

Druhy tuků a olejů

Tuky a oleje patří mezi tzv. lipidy, jedny z hlavních živin. Tyto živiny poskytují našemu tělu nejbohatší zdroj energie a v tuku rozpustných vitaminů (A, E, D, K). Oleje a tuky mají různé složení mastných kyselin, což souvisí s různou výživovou hodnotou, konzistencí a také s řadou vlastností jako je například různá tepelná stabilita a s tím i vhodnost použití oleje (pro studenou kuchyni nebo pro teplou kuchyni). **Esenciální mastné kyseliny** jsou kyseliny, které si naše tělo nedokáže samo vyrobit a měli bychom je přijímat v dostatečném množství ze stravy. Patří mezi ně **omega 3 a omega 6 mastné kyseliny**.

V současné době je na trhu dostupná celá řada rostlinných olejů, které se liší složením a způsobem použití. Nejznámější jsou olivový, slunečnicový a řepkový.

 **Olivový olej** je hojně používaný olej. Je tepelně stabilní přibližně do 180 °C, proto se hodí i do teplé kuchyně. Avšak při vyšší teplotě se rozkládají některé zdraví prospěšné látky. Dále obsahuje určité množství **omega 6** a zanedbatelné množství **omega 3**.

 **Slunečnicový olej** patří mezi nejběžněji používané v české kuchyni. Má vysoký obsah **omega 6**, avšak neobsahuje **omega 3**. Tento olej je vhodný hlavně pro studenou kuchyni. Z hlediska složení není úplně vhodný ke smažení, protože není tolik stabilní jako některé jiné druhy olejů. Doporučuje se jej střídát s jinými oleji.

 **Slunečnicový i řepkový olej** mají podobný obsah **omega 6**, avšak **řepkový olej** obsahuje kolem 10 % **omega 3**, které máme obecně ve stravě velký nedostatek. Právě z hlediska složení je řepkový olej považován za jeden z nejlepších běžně dostupných olejů. O řepkovém oleji se dá bez nadsázky říct, že je vhodný pro přípravu jakéhokoli studeného či teplého pokrmu. K hlavním výhodám řepkového oleje patří odolnost při vysokých teplotách a dále pak jeho tekutost. Tu si zachovává i při skladování v chladu, na rozdíl od mnoha jiných olejů, které v lednici ztuhnou. Marinády, dressingy či octové salátové zálivky připravené z řepkového oleje se proto mohou používat ihned po vytáhnutí z lednice. Díky své neutrální chuti nepůsobí dominantním dojmem a pouze jedinečně doladí chuť hlavních ingrediencí v pokrmu. Pokud by měl kuchař povolen pouze jeden univerzální olej, zvítězil by rozhodně řepkový.

THOMY Combiflex je tvořen z 99 % řepkovým olejem. Řepkový olej přirozeně obsahuje **omega 3** mastné kyseliny. Díky jeho různorodosti použití může být považován za jeden z nevhodnějších běžně dostupných olejů.




www.nestleprofessional.cz

Původní práce

Ekonomická situace domácností a ceny, za které domácnosti nakupují potraviny

Ing. Helena Sekavová, ÚZEI, Praha

Abstrakt

Příspěvek se zabývá ekonomickou situací českých domácností v posledních dvou letech, výdaji domácností na nákup základních potravin a „průměrnými“ cenami potravin. Průměrné ceny jsou ceny, za které domácnosti potraviny skutečně nakoupí. Jsou počítány ze statistiky rodinných účtů (ČSÚ) jako podíl výdaje a tržní spotřeby domácností té které potraviny. Jejich výše je - kromě nabídky a spotřebitelských cen potravin - závislá na změnách ve spotřebním chování domácností. Vedle ekonomické situace domácností (tj. příjmové úrovně a ekonomické stability) působí celá řada dalších vlivů, jako jsou spotřební zvyklosti, preferování určitých potravin v dané kvalitě a ceně, výběr nákupního místa, nákupy v akcích, nákupy do zásoby atd. Průměrné ceny nejsou totožné s cenami spotřebitelskými, publikovanými ČSÚ. Zcela logicky se průměrné ceny liší i v jednotlivých typech domácností.

Ekonomická situace domácností v letech 2014 a 2015

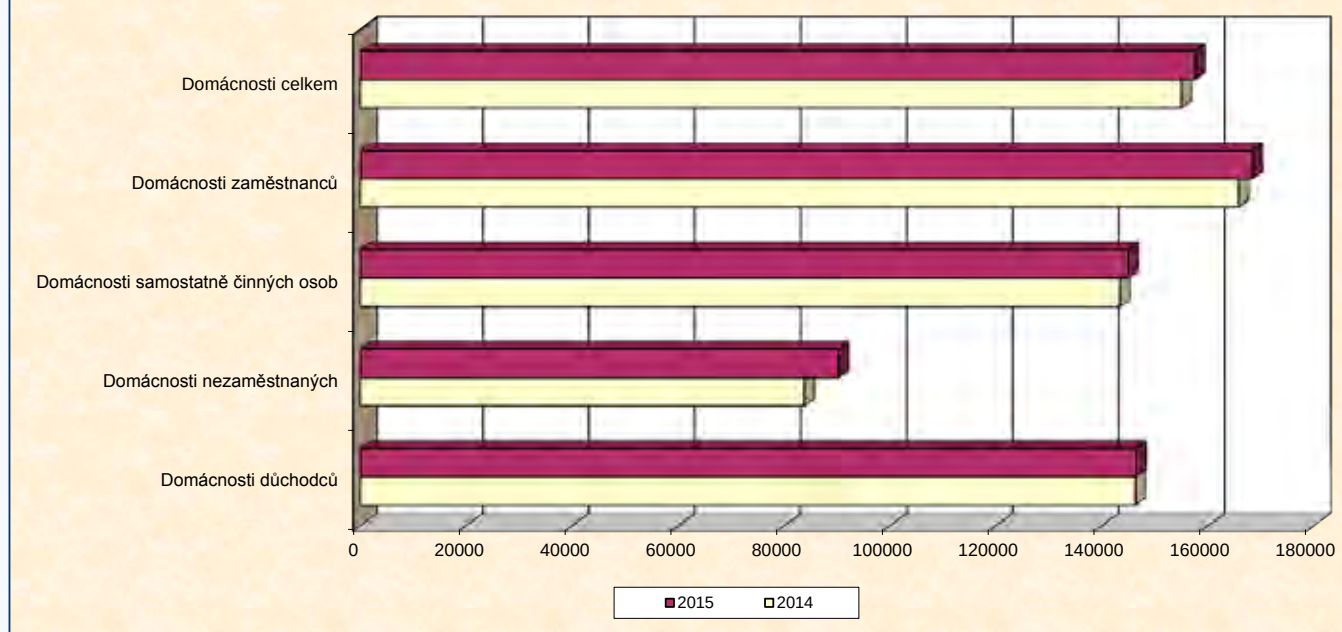
V letech 2014 a 2015 zaznamenaly čisté peněžní příjmy domácností progresivní trend. V roce 2014 činilo jejich me-

ziroční zvýšení 3,0 %; celkové spotřební výdaje rostly však významně pomaleji (+1,0 %) a reálné spotřební výdaje, vzhledem k 0,4% míře inflace, stouply jen o 0,6 %. V roce 2015 se tempo růstu čistých peněžních příjmů snížilo (meziroční přírůstek byl 1,7 %), snížilo se i tempo růstu nominálních (peněžních) spotřebních výdajů (+0,3 %). Při 0,3% míře inflace je patrné, že reálné výdaje domácností stagnovaly.

Nejvyšší příjmy na osobu v domácnostech, členěných podle sociálních skupin¹⁾, mají domácnosti zaměstnanců, nejnížší domácnosti nezaměstnaných. V roce 2015 se relativně příznivě vyvíjela ekonomická situace právě v domácnostech nezaměstnaných, čisté peněžní příjmy meziročně vzrostly o 7,7 % (zejména se zvýšily příjmy z podpory v nezaměstnanosti, z ostatních příjmů rostly např. peněžní transfery od osob mimo domácnost atd.). Přesto byla příjmová úroveň domácností nezaměstnaných na velmi nízké úrovni (viz graf 1) a v porovnání s průměrnou domácností byly čisté peněžní příjmy na osobu v domácnostech nezaměstnaných o 42,7 % nižší. Z ostatních domácností si v roce 2015 meziročně nejvíce „polepšily“ domácnosti zaměstnanců, jejich čisté peněžní příjmy vzrostly o 1,6 %; nejnížší přírůstek měly domácnosti důchodců (+0,1 %).

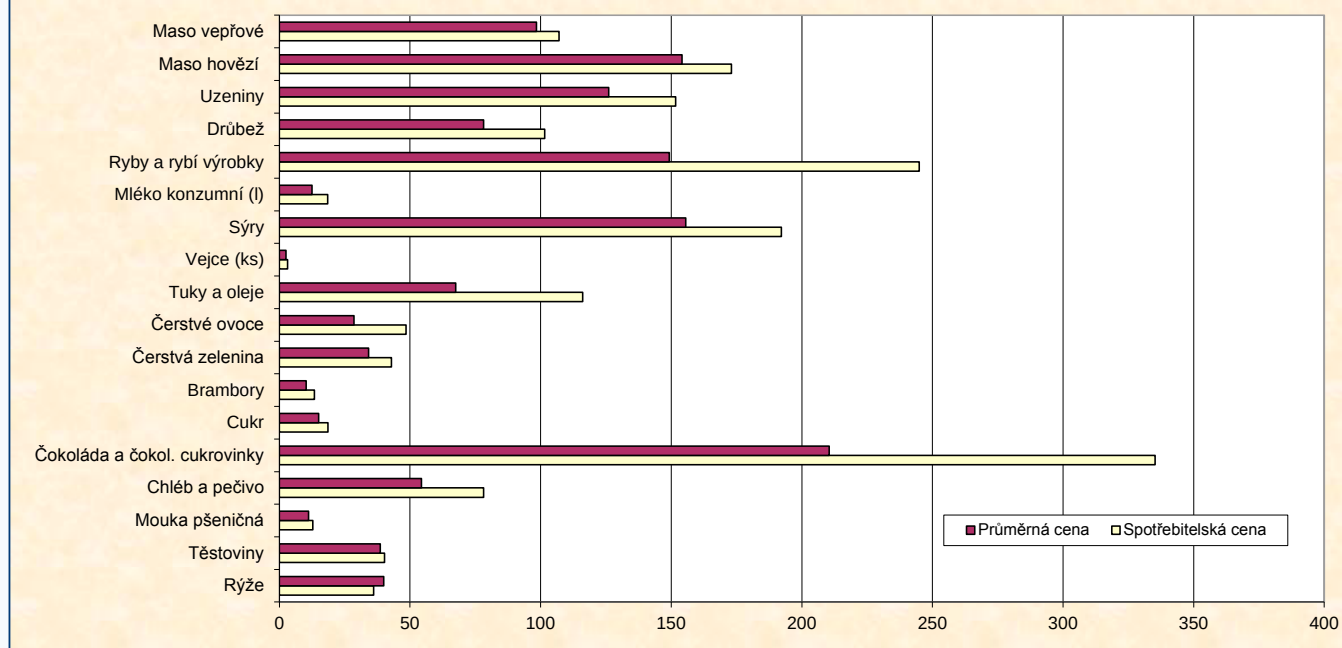
¹⁾ Domácnosti podle sociálních skupin jsou členěny na domácnosti zaměstnanců, samostatně činných, nezaměstnaných a důchodců bez ekonomicky aktivních členů.

**Graf 1 - Vývoj čistých peněžních příjmů v domácnostech v letech 2014 a 2015
(v Kč na osobu a rok)**



Pramen: ČSÚ - Statistika rodinných účtů, 2016

Graf 2 - Porovnání průměrných cen, za které domácnosti nakupovaly potraviny¹⁾, s cenami spotřebitelskými²⁾ (rok 2015, Kč/kg, ks, l)



¹⁾ Průměrná cena je vypočtena jako podíl vydání a tržní spotřeby dané potraviny v domácnostech.

²⁾ Spotřebitelská cena skupin potravin je vypočtena ze spotřebitelských cen jednotlivých potravin a odpovídajících vah podle spotřebitelského koše (ČSÚ).

Pramen: ČSÚ - Statistika rodinných účtů, 2016; databáze spotřebitelských cen; výpočty ÚZEI

Z grafu 1 je patrná podobnost příjmové úrovně mezi domácnostmi samostatně činných osob a domácnostmi důchodců. K tomuto „paradoxu“ dochází zejména tím, že příjmy jsou uváděny na jednoho člena domácnosti. Domácnosti samostatně činných osob jsou nejpočetnějšími

domácnostmi s nejvyšším počtem vyživovaných dětí (průměrný počet členů v domácnosti je 2,77), tudíž se jejich celkové příjmy „rozptýlí“ mezi více osob než je tomu u málopočetných domácností důchodců (1,48 osob na domácnost).

Za potraviny a nealkoholické nápoje vydaly v roce 2014 domácnosti celkem 20,3 % ze všech svých spotřebních vydání. O rok později (2015) klesl tento podíl na 20,0 %. Nominálně (v Kč) klesly meziroční výdaje za potraviny a nealkoholické nápoje o 1,1 %. Důvodem poklesu byl především meziroční snížení spotřebitelských cen potravin a nealkoholických nápojů (rovněž o 1,1 %). Reálné výdaje za potraviny a nealkoholické nápoje tak stagnovaly.

Nejvíce za potraviny a nealkoholické nápoje utrácely domácnosti důchodců (v porovnání s průměrnou domácností byly jejich výdaje za potraviny a nealkoholické nápoje v roce 2015 o 19,5 % vyšší); rovněž podíl vydání za potraviny a nealkoholické nápoje na celkových spotřebních vydáních byl v tomto typu domácností nejvyšší (23,9 %). Na druhé straně domácnosti důchodců měly velmi nízké výdaje v zařízeních veřejného stravování (zejména v restauracích a kavárnách).

Nejnižší výdaje za potraviny a nealkoholické nápoje měly domácnosti nezaměstnaných (v roce 2015 za ně vydaly o 22,5 % prostředků méně než průměrná domácnost). Přesto byl podíl vydání za potraviny a nealkoholické nápoje na spotřebních vydáních v domácnostech nezaměstnaných druhý nejvyšší (22,7 %). Důvodem relativně vysokého podílu při nízkých nominálních výdajích (v Kč) byly jejich velmi nízké disponibilní spotřební zdroje (příjmy). Pro porovnání: podíl výdajů za potraviny a nealkoholické nápoje na spotřebních vydáních domácností zaměstnanců činil 18,9 %, domácností samostatně činných 18,8 %.

Průměrné ceny, za které domácnosti nakupovaly potraviny, a jejich porovnání s cenami spotřebitelskými. Zdrojem dat pro výpočty „průměrných cen“ potravin, tj. nákladů domácností na nákup 1 kg, l, ks základních druhů potravin, byla statistika rodinných účtů (ČSÚ); konkrétně údaje o vydáních domácností za jednotlivé potravinové skupiny a o jejich tržní hmotné spotřebě. Podílem těchto dvou údajů

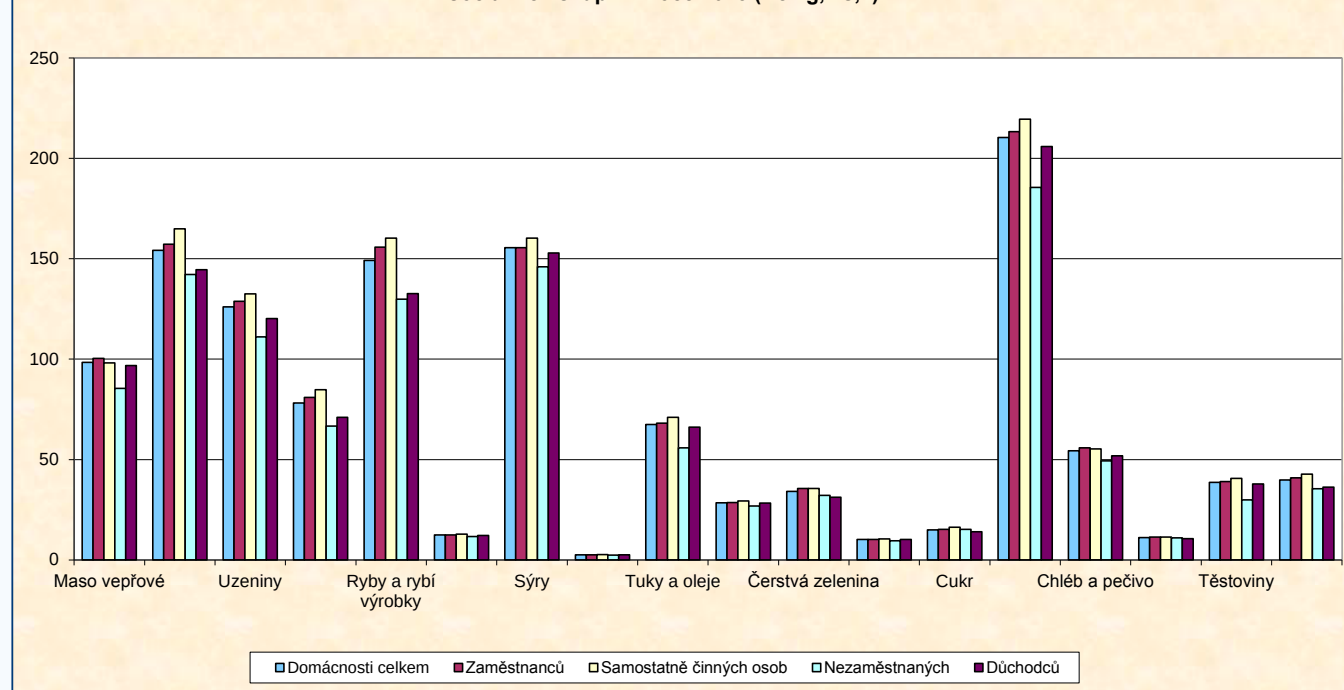
byla získána průměrná cena, kterou domácnosti vynaložily na nákup jednotky dané potraviny.

Je zřejmé, že vypočtené průměrné ceny se od spotřebitelských cen potravin, publikovaných ČSÚ, více či méně odlišují, neboť jsou do značné míry závislé na změnách v nákupním chování domácností. U většiny sledovaných potravin jsou průměrné ceny v porovnání s cenami spotřebitelskými významně nižší (viz graf 2).

Největší rozdíly mezi průměrnými cenami (SRÚ) a spotřebitelskými cenami (ČSÚ) se vyskytují u potravin s širším spektrem výběru, jak v sortimentu, tak kvalitě. Jedná se zejména o tuky a oleje (spotřebitelská cena v roce 2015 byla o 72 % vyšší než cena průměrná), o čerstvé ovoce (o 70 % vyšší), ryby a rybí výrobky (o 64 %), čokoládu a cukrovinky (o 59 %). Značné rozdíly byly i u mléka (spotřebitelská cena byla vyšší o 48 %), chleba a pečiva (o 44 %), dále u čerstvé zeleniny, uzenin, drůbeže a některých dalších potravin, u kterých domácnosti zřejmě častěji volí levnější zástupce, nebo je nakupují ve slevových akcích, příp. do zásoby apod. Naopak zanedbatelný rozdíl mezi cenou průměrnou a spotřebitelskou byl u vajec (0,56 Kč/ks) a velmi nízký byl u pšeničné mouky (1,60 Kč/kg), u nichž spotřebitel nemá velkou možnost výběru. U jediné položky z hodnocených 18 základních skupin potravin - u rýže - byla průměrná cena vyšší než spotřebitelská cena (rozdíl činil 10 %). Důvodem je zřejmě značná rozmanitost nabízených druhů rýže v různých cenových relacích.

Výběr potravin a průměrná cena, za kterou domácnosti potraviny nakupují, jsou ovlivněny celou řadou sociálně-ekonomických a tržních faktorů, jako nabídka na trhu a cenový vývoj, ekonomická síla a stabilita domácností, typ domácnosti, její spotřební zvyklosti a jejich změny (preferování určitých potravin v dané kvalitě a ceně, výběr určitého nákupního místa, nákupy ve slevových akcích a další).

Graf 3 - Porovnání průměrných cen, za které nakupovaly potraviny domácnosti jednotlivých sociálních skupin v roce 2015 (Kč/kg, ks, l)



Průměrná cena je vypočtena jako podíl vydání a tržní spotřeby dané potraviny v domácnostech.

Pramen: ČSÚ - Statistika rodinných účtů, 2016; výpočty ÚZEI

Zcela logicky se liší průměrné ceny i v jednotlivých typech domácností.

Nejvíce za potraviny vydávají domácnosti důchodců, s odstupem následují domácnosti zaměstnanců. Nejnižší výdaje za potraviny mají domácnosti nezaměstnaných. Toto pořadí však neplatí u průměrných cen, jak uvádí graf 3. Zřejmě vyšší průměrné ceny nakupovaly v roce 2015 většinu potravin domácnosti samostatně činných. Některé potraviny (vepřové maso, chléb a pečivo) nakupovaly za nejvyšší průměrné ceny domácnosti zaměstnanců. Domácnosti důchodců (s nejvyššími výdaji za potraviny) nakupovaly potraviny za nižší průměrné ceny. Pšeničnou mouku, cukr a čerstvou zeleninu, nakupovaly dokonce nejlevněji. Většinu potravin za nejnižší průměrné ceny však nakupují domácnosti nezaměstnaných (s nejnižšími výdaji za potraviny).

Z hlediska meziročního srovnání vzrostla v roce 2015 nejvíce průměrná cena, za kterou domácnosti nakupovaly brambory (o 13 %, tj. o 1,15 Kč/kg), a to při poklesu jejich spotřeby a při stagnaci spotřebitelské ceny brambor. Rovněž vzrostly průměrné ceny čerstvého ovoce (o 8 %), čerstvé zeleniny a čokolády a čokoládových cukrovinek (shodně o 7 %), dále ryb a rybích výrobků, těstovin a rýže (shodně o 5 %). Velmi mírně vzrostla průměrná cena chleba s pečivem a hovězího masa (o 1 %). U všech těchto potravin (s výjimkou čerstvého ovoce mírného pásma, hovězího masa a chleba s běžným pečivem) vzrostla meziročně i spotřebitelská cena.

Závěr

Ekonomická situace domácností (disponibilní spotřební zdroje) značně ovlivňuje celkovou spotřebu, vč. spotřeby potravin. Domácnosti s nejvyššími příjmy mají nižší podíl výdajů za potraviny a nealkoholické nápoje na celkových spotřebních výdajích než domácnosti s příjmy nejnižšími (přestože nominální, tj. peněžní, výdaje za potraviny jsou v domácnostech s nejvyššími příjmy významně vyšší).

Čisté peněžní příjmy rostly v domácnostech v obou sledovaných letech 2014 a 2015 meziročně více než činil přírůstek spotřebních výdajů. Výdání za potraviny a nealkoholické nápoje se v roce 2014 meziročně zvýšily; v roce 2015 naopak klesly, reálné výdaje však vzhledem k pokle-

su spotřebitelských cen potravin a nealkoholických nápojů stagnovaly.

Propočet průměrných cen, za které nakupovaly domácnosti potraviny (SRÚ), prokázal, že domácnosti nakupují většinu potravin levněji, než publikované spotřebitelské ceny (ČSÚ). Příčinou - vedle nabídky a cen potravin - je spotřební chování domácností a jeho změny. Zde se uplatňuje celá řada sociálně-ekonomických a tržních vlivů (ekonomická síla a stabilita domácnosti, typ domácnosti, spotřební zvyklosti, preferování určitých potravin v dané kvalitě a ceně, výběr nákupního místa, nákupní akce atd.). Výrazně nižší než ceny spotřebitelské jsou průměrné ceny těch potravin, u kterých je značná možnost výběru jak z hlediska sortimentu, tak kvality (např. tuky a oleje, ovoce, ryby a rybí výrobky, uzeniny, čokoláda a cukrovinky, pečivo, zelenina a další potraviny). Zanedbatelné rozdíly mezi oběma typy cen jsou naopak u potravin s omezenou možností výběru.

Rovněž se potvrzuje, že se významně liší průměrné ceny, za které nakupují potraviny jednotlivé typy domácností. Domácnosti ekonomicky silnější a stabilnější (zaměstnanců, samostatně činných osob) nakupují potraviny ve vyšších cenových relacích než domácnosti ekonomicky slabší. Většinu potravin za nejnižší průměrné ceny nakupují pochopitelně domácnosti nezaměstnaných. Levněji potraviny nakupují i domácnosti důchodců.

Literatura

1. ČSÚ - Statistika rodinných účtů (SRÚ), 2015, 2016.
2. ČSÚ - databáze spotřebitelských cen, 2016.

Abstract

The article analyses the economic situation of the Czech households in the past two years, the expenditures on the purchase of basic foodstuffs, and the „average“ food prices. Average food prices are calculated as a division of the expenditure and market food consumption. Their amount is dependent on the consumer behavior of the households. Average food prices are not identical with the consumer prices, published by CZSO. Quite logically, the average prices are different in various types of households.