

**Beata Kolny<sup>1</sup>**

Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach

## **Czas poświęcany na obróbkę żywności i przygotowanie posiłku w budżecie czasu ludności**

### **Time Devoted to Food Processing and Preparation of a Meal in the Population Time Budget**

**Synopsis.** Budżet czasu ludności jest to zestawienie odcinków czasu przewidzianych na realizację czynności życiowych. Wśród tych czynności wyróżnia się obróbkę żywności i przygotowanie posiłku. Celem artykułu jest zdiagnozowanie ilości czasu poświęcanego przez Polaków na wykonanie tych czynności. Temat ten jest istotny ponieważ dotyka każdego człowieka, który zaspokaja potrzebę głodu. Ilość czasu przeznaczony na analizowane czynności może być podstawowym miernikiem poziomu i jakości życia ludności. Do napisania artykułu wykorzystano dane wtórne prezentowane w publikacji Głównego Urzędu Statystycznego pt.: „Budżet czasu ludności 2013” oraz wyniki badań własnych przeprowadzonych na próbie 300 dorosłych mieszkańców Polski. Z badań wynika, że przeciętny czas poświęcony na obróbkę żywności wynosi 1 godzinę i 10 minut. Przygotowanie śniadania przeciętnie zajmuje 10 minut, obiadu 45 minut i kolacji 15 minut.

**Słowa kluczowe:** budżet czasu, obróbka żywności, przygotowanie posiłku

**Abstract.** Population time budget is a juxtaposition of time periods provided for the implementation of life activities. These activities include food processing and meal preparation. The purpose of the article is to diagnose the amount of time spent by Poles on these activities. This topic is important because it affects everyone who satisfies the need for hunger. The amount of time allocated to the activities analyzed can be a basic measure of the level and quality of life of the population. Secondary data presented in the publication of the Central Statistical Office of Poland entitled „Time use survey 2013” and the results of own research conducted on a sample of 300 adult residents of Poland. Research shows that the average time spent on food processing is 1 hour and 10 minutes, preparing breakfast takes 10 minutes on average, lunch 45 minutes and dinner 15 minute.

**Key words:** time budget, food processing, meal preparation

**JEL Classification:** D12, D19

## **Wprowadzenie**

Budżet czasu ludności jest to zestawienie odcinków czasu przewidzianych na realizację czynności życiowych (Pięta 2004). Na dobowy budżet czasu każdego człowieka składają się krótsze lub dłuższe odcinki czasu w których wykonuje on czynności związane z życiem rodzinnym, zawodowym i społecznym. Współczesnego konsumenta przedstawia się często jako osobę odczuwającą stały brak czasu, będącą w ciągłym ruchu - nieustannie goniącą za „czymś”, spieszącą się, spoglądającą stale na zegarek, w ekran

---

<sup>1</sup> dr hab., prof. UE, Katedra Rynku i Konsumpcji UE w Katowicach, , ul 1-go Maja 50, 40-287 Katowice, e-mail: beata.kolny@ue.katowice.pl; <https://orcid.org/0000-0002-9162-1704>

telefonu lub tabletu. Doświadczenie czasu dane jest każdemu, kto żyje i porusza się w nim. Czas uważany jest za cenny zasób, a styl życia bazujący na wielozadaniowości powoduje zwiększone zapotrzebowanie na produkty czasoszczędne, skracające czas wykonywania różnych czynności, w tym również przygotowanie posiłków, które można szybko zjeść, pomiędzy rozlicznymi obowiązkami. W związku z tym stale rozwija się rynek tzw. żywności wygodnej. Słowo „wygoda” zestawione z pojęciem „żywność” łączy w sobie różne rodzaje wygody dla konsumenta. Począwszy od świadomości i wygody związanej z decyzją o niegotowaniu w domu, wygody łatwego dostępu do tej żywności, wygody jej zakupu oraz łatwości przechowywania, następnie przygotowania do spożycia i jedzenia aż po wygodę sprzątania po posiłku. Żywność wygodna oznacza zatem produkty spożywcze, które dzięki odpowiedniemu przetworzeniu pozwalają na szybkie i łatwe przygotowanie ich do spożycia (Górska 2013). Skupienie uwagi na czasie gotowania doprowadziło do powstania ogromnej liczby ułatwień i produktów, które można szybko zjeść bez zbędnej obróbki kulinarnej oraz rozwoju usług dostawy jedzenia do domu konsumenta. Wiele z tych oszczędzających czas rozwiązań pozwala konsumentom skrócić jeden z elementów przygotowywania posiłku bez rezygnowania z innych jego kluczowych aspektów, takich jak wartości odżywcze czy indywidualny charakter (Globalne ..., 2017a).

Tematyka związana z czasem poświęcanym na przygotowanie posiłków i obróbkę żywności nie należy do często podejmowanych w literaturze przedmiotu, mimo że konieczność zaspokojenia głodu jest niezbędna do życia. Na lukę tą w swoim opracowaniu zwrócili już uwagę Monsiwais, Aggarwal, Drewnowski (2014). Częściej można odnaleźć tematy związane z szeroko rozumianą żywnością oraz jej bezpieczeństwem (Kołozyn-Krajewska 2019, Kowalczyk 2016, Jeżewska-Zychowicz i Babicz-Zielińska i Laskowski 2009, Szwacka-Mokrzycka 2018, Świdorski 2018). Zatem interesujące wydało się rozpoznanie ile czasu konsumenci poświęcają na przygotowaniu posiłku z tejsze żywności. W związku z tym celem artykułu jest zdiagnozowanie ilości czasu poświęcanego w ciągu doby na obróbkę żywności oraz przygotowanie posiłków. Do napisania go wykorzystano zarówno źródła wtórne (literatura przedmiotu, wyniki badań Głównego Urzędu Statystycznego (GUS) i różnych agencji badawczych), jak i pierwotne. Źródłem informacji na temat czasu obróbki żywności jest udostępniana przez GUS, średnio co 10 lat, publikacja „Budżet czasu ludności”. Informacje wtórne uzupełniono danymi związanymi z ilością czasu poświęcanego na przygotowanie śniadania, obiadu i kolacji, pozyskanymi w trakcie badań bezpośrednich. Badania przeprowadzono na próbie 300 dorosłych Polaków w lutym 2019 roku techniką ankiety rozdawanej i internetowej.

## **Stan wiedzy na temat obróbki żywności i czasu przygotowywania posiłków**

Warunkiem prawidłowego rozwoju oraz pełnego zdrowia człowieka, jest codzienne spożywanie żywności dostarczającej odpowiedniej ilości kalorii, a także niezbędnych składników odżywczych. Żywność ta dostępna jest w formie produktów gotowych do bezpośredniego spożycia, produktów które wymagają tylko niewielkiej obróbki termicznej bądź takich, które wymagają pełnej obróbki. Czas poświęcany na przygotowanie i obróbkę żywności oraz przyrządzenie posiłku jest zmienny i uzależniony od szeregu czynników wpływających na jego skrócenie lub wydłużenie. Często jest wynikiem indywidualnych predyspozycji i możliwości każdego człowieka związanych z jego cechami społeczno-

demograficzno-ekonomicznymi, a także stylem życia, motywami przygotowywania posiłku, preferowaną dietą, stanem zdrowia bądź chęcią zdrowego stylu odżywiania. Problematyką łączącą czas przygotowania posiłku ze zdrowiem zajęli się Monsiwaïs, Aggarwal, Drewnowski (2014) podejmując się weryfikacji hipotezy, wskazującej, że więcej czasu poświęcanego na obróbkę żywności, gotowanie i sprzątanie po posiłku w domu związane jest ze zdrowszymi wzorcami spożywania posiłków i mniejszą liczbą posiłków spożywanych poza domem. Wyniki ich badania potwierdziły tę hipotezę, a zdrowe żywienie może wiązać się z wydłużeniem czasu przygotowania posiłku. W związku z tym ilość czasu poświęconego na przygotowanie posiłku może być istotnym czynnikiem w wykształceniu zdrowszych nawyków żywieniowych.

Zachowania żywieniowe człowieka stanowią uzależnione od różnych czynników działania i sposoby postępowania zaspokajające potrzeby żywieniowe. Dotyczą one między innymi sfery wyboru żywności, organizacji procesu nabywania produktów żywnościowych, następnie ich przechowywania, przygotowania do spożycia, a także częstości ich spożywania (Jeżewska-Zychowicz 2007). Przyjmuje się, że w tradycyjnie rozumianej rodzinie przyrządzaniem posiłków zazwyczaj zajmuje się kobieta, natomiast w relacji partnerskiej podziału prac domowych dokonuje się na podstawie indywidualnych predyspozycji członków gospodarstwa domowego (umiejętności, czasu, chęci) (Twardowska 2014).

Jedzenie jest niezbędną formą zaspokojenia potrzeby głodu. Z jednej strony ma ono charakter egalitarny ponieważ wszyscy ludzie wykonują tę czynność a z drugiej nie jest egalitarne ponieważ wprowadza podziały społeczne i ekonomiczne, a istniejące już różnice – podkreśla (Szulc 2018). Na rynku dostępna jest ogromna ilość produktów żywnościowych o zróżnicowanej jakości, składzie oraz cenie, wymagających mniej lub więcej czasu na ich obróbkę. Na rynku również, jeżeli z jakiegoś powodu nie przygotowuje się posiłku we własnym zakresie, do dyspozycji są rozmaite placówki gastronomiczne oferujące dania o zróżnicowanym standardzie. A zatem dokonując wyboru spośród wielu ofert oraz chcąc jeść odpowiednio i świadomie, na zakupy żywności, a następnie przyrządzenie jedzenia (bądź tylko jego konsumpcję np. w restauracji) człowiek musi poświęcić często więcej czasu i pieniędzy.

Badania związane z zachowaniami żywieniowymi co kilka lat prowadzi CBOS. Z badań przeprowadzonych w 2014 roku (Zachowania ..., 2014) wynika, że od wielu lat niemal nie zmienia się zarówno skala, jak i regularność spożywania podstawowych posiłków. Zdecydowana większość dorosłych Polaków (82%) jadła minimum trzy posiłki w ciągu dnia, obiad codziennie jadło 90% i śniadanie 79%. Główny ciepły posiłek respondenci zazwyczaj spożywali w domu zarówno w dni powszednie (95%), jak i w weekendy (97%). Z deklaracji badanych wynika, że większość z nich uczestniczyła w przygotowywaniu posiłków w domu. Prawie połowa (48%) deklarowała, że zazwyczaj przygotowuje je samodzielnie, a co szósty respondent (16%) zajmował się tym równie często jak inne osoby z jego gospodarstwa domowego. Natomiast ponad jedna trzecia (36%) stwierdziła, że nie zajmują się przygotowywaniem posiłków. Analizując odpowiedzi badanych ze względu na płeć stwierdzono, że samodzielnym przygotowywaniem zajmowało się 76% kobiet i tylko 17% mężczyzn. Częściej niż inni samodzielnie zajmowały się tym osoby w wieku od 35 do 44 lat, a także starsze (mające 55 lat i więcej). Na przestrzeni lat można zaobserwować, że zmniejsza się odsetek kobiet zajmujących się przygotowywaniem posiłków (z 76% w roku 2004 do 65% w roku 2018), zwiększa natomiast odsetek osób deklarujących że posiłki przygotowują różnie lub wspólnie (z 18%

do 30%) (Kobiety ..., 2018). Podział obowiązków związanych z przygotowaniem posiłków ma związek z wykształceniem badanych. Wraz ze wzrostem wykształcenia kobiet spada udział odpowiedzi, że wyłącznie na nich spoczywa gotowanie. Im wyższe wykształcenie respondentów, tym częściej wspólnie przygotowują posiłki lub robi to czasem mężczyzna, a czasem kobieta (Kobiety ..., 2018).

Czas poświęcony na przygotowanie posiłku zwieńczony jest mniej lub bardziej celebrowanymi formami jego konsumpcji w gronie rodziny. Jak wynika z badań przeprowadzonych na zlecenie The Coca Cola Company (Wspólny ..., 2015), aż 86% Polaków stwierdziło, że ceni sobie czas spędzany z rodziną i bliskimi podczas wspólnych posiłków. Posiłek we wspólnym gronie nie ogranicza się jednak wyłącznie do samego jedzenia, ale zwraca się również uwagę na moment jego przygotowania, który jest równie istotny w integrowaniu członków rodziny jak wspólne zasiadanie przy stole. Większość z badanych, bo aż 78% stwierdziła, że czerpie radość z przygotowywania posiłków dla najbliższych. Z innymi dorosłymi członkami gospodarstwa domowego posiłki przygotowywało 44% badanych. Jedynie 27% deklaruje, że przygotowywało posiłki samodzielnie. Analizując te dane należy stwierdzić, że dla niektórych osób nie jest istotny sam czas przygotowania posiłku, ale możliwość realizowania swoich pasji kulinarnych, relaks dzięki przygotowaniu posiłku bądź po prostu bycie z najbliższymi i czerpanie radości z możliwości wykonania czegoś wspólnie. Na radość czerpaną ze wspólnego gotowania z rodziną zwrócił uwagę jeden z blogerów kulinarnych (Szulc 2018), który poprzez gotowanie uczy swoje dzieci lepszemu odbioru otaczającego świata, uwrażliwia na smaki, kolory i dbanie o domowe ognisko. Gotowanie może przybierać zatem formę wychowawczą. Poprzez nie można pogłębić więzi z dzieckiem a samo gotowanie może być formą wspólnej zabawy i wspólnego spędzania czasu. To także wyraz okazywania uczuć i troski najbliższemu. Rozpatrując czas przygotowania posiłku w takim kontekście, można stwierdzić, że odgrywa on drugorzędną rolę. To jednak nie zmienia faktu, że czas jest istotny dla grona zapracowanych i stale zajętych rozlicznymi obowiązkami konsumentów. Zwróciła na to uwagę Firma Mintel zajmująca się badaniem trendów konsumenckich, podkreślając szczególne znaczenie czasu przy przygotowywaniu posiłków (Globalne ..., 2017b). Zauważono, że nakłady czasowe wymagane do przygotowania jedzenia stają się dla konsumentów tak samo ważne, jak wartości odżywcze i skład produktów. Argumentem decydującym o zakupie żywności jest więc również to, ile czasu będzie trwało jej przygotowanie lub ile czasu, korzystając z konkretnego rozwiązania, będzie można zyskać.

## **Dane i metody**

Do napisania artykułu wykorzystano wtórne i pierwotne źródła informacji. Informacje wtórne pozyskano zwłaszcza z danych GUS prezentowanych co 10 lat w publikacji „Budżet czasu ludności”. Do badania budżetu czasu GUS stosuje przed wszystkim technikę autorejestracji (Kolny 2014, Wnuk-Lipiński 1981) dokonywanej przez respondenta w kwestionariuszu budżetu czasu (dzienniczek) o którego sposobie wypełnienia respondent zostaje poinstruowany przez ankietera. „Dzienniczek”, członkowie gospodarstwa domowego uzupełniają w ciągu doby. Doba, w dzienniczku podzielona jest na odcinki 10 minutowe. Badani wypełniają je czynnościami wykonywanymi w danym odcinku czasu (Budżet ..., 2015). W celu uzupełnienia podjętych rozważań na temat czasu obróbki żywności przeprowadzono badanie związane z ilością czasu poświęcanego na

przygotowanie posiłku. Dane pozyskano w ramach zadań statutowych pn. „Zmiany modeli konsumpcji żywności w Polsce”. Badania z wykorzystaniem metody ankietowej (techniki ankiety rozdawanej i internetowej) przeprowadzono w lutym 2019 roku na próbie 300 dorosłych mieszkańców Polski. Respondentów dobrano tak, aby połowa z nich miała 24 lata i mniej, zaś druga – 25 lat i więcej. W próbie dominowały kobiety, bowiem tematyka badania zachęciła do udzielenia odpowiedzi aż  $\frac{3}{4}$  kobiet i tylko  $\frac{1}{4}$  mężczyzn. Natomiast równocześnie reprezentowane były osoby z wykształceniem średnim i wyższym (po 48,7%). W próbie więcej było osób deklarujących pozostawanie w związku (59,7%). Zawodowo pracowało 37% badanych, 28,7% respondentów zarówno uczyło się, jak i pracowało. Co czwarty badany uczył się i tylko 9,3% było na emeryturze. Prawie tyle samo respondentów mieszkało na wsi oraz w miastach do 100 tys. mieszkańców (po 27%). W miastach od 101 do 250 tys. mieszkało 24% badanych oraz w miastach powyżej 250 tys. mieszkało blisko 22%. Najwięcej respondentów reprezentowało gospodarstwa 2-osobowe (28,3%). Gospodarstw 3-osobowych było 25,7% oraz 4-osobowych 24,3%. Co 10 gospodarstwo składało się z 1 osoby oraz 5 i większej liczby osób.

### **Czas poświęcany na obróbkę żywności w świetle danych GUS**

Prowadzone przez GUS badania budżetu czasu ludności dają odpowiedź na pytanie, jak zmienia się organizacja czasu Polaków w powiązaniu ze zmianami zachodzącymi w gospodarce i życiu społecznym. Pierwsze pełne badanie budżetu czasu w Polsce przeprowadzone zostało od 15 września 1968 roku do 30 czerwca 1969 roku, kolejne było w roku 1976 i 1984, następnie w październiku 1996 roku przeprowadzono badania pilotażowe i dwa ostatnie miały miejsce od 1 czerwca 2003 roku do 31 maja 2004 roku oraz w roku 2013 (Kolny 2016). Czas poświęcony na obróbkę żywności (zaliczony do zajęć i prac domowych) jest częścią 24-godzinnego budżetu czasu człowieka. Na budżet ten składają się również: czas poświęcony na zaspokojenie potrzeb fizjologicznych, czas przeznaczony na pracę zawodową, naukę, dobrowolna praca w organizacjach i poza nimi, życie towarzyskie i rozrywki, uczestnictwo w sporcie i rekreacji, zamiłowania osobiste, korzystanie ze środków masowego przekazu oraz czas na dojazdy i dojścia (Budżet ..., 2015). Analizując przydatność danych uzyskanych z badania budżetu czasu należy podkreślić, że sposób zagospodarowania czasu rzutuje na wiele dziedzin życia rodzinnego, osobistego i zawodowego. Przekłada się także w skali makro na procesy gospodarcze i zagadnienia społeczne. Wyniki badania budżetu czasu wykorzystywane są jako źródło podstawowych mierników poziomu i jakości życia ludności. GUS do prezentacji wyników badań wykorzystuje trzy mierniki: przeciętny czas trwania czynności na osobę biorącą udział w badaniu (w godz. i min.), przeciętny czas wykonywania czynności na osobę wykonującą czynność (w godz. i min.), odsetek osób wykonujących czynność (Budżet ..., 2015).

Porównując zmiany w budżecie czasu osób w wieku 15 lat i więcej na podstawie badań prowadzonych w latach 2003/2004 oraz w roku 2013, stwierdzono, że wzrósł o 7 min. przeciętny czas wykonywania czynności zaliczonych do potrzeb fizjologicznych (do 11 godz. i 10 min.). Czas na wykonanie pracy zawodowej wzrósł o 31 minut i wynosił 7 godz. i 38 min. Na naukę w 2013 roku poświęcano 5 godz. i 13 min. (wzrost o 12 min.), zajęcia i prace domowe zajmowały 3 godz. i 46 min. (wzrost o 7 min.). O 3 min. wzrósł czas przeznaczony na życie towarzyskie i rozrywki – do 1 godz. i 38 min. oraz

uczestnictwo w sporcie i rekreacji – 1 godz. i 31 min. Na zamiłowania osobiste poświęcano 1 godz. i 34 min. (czyli o 7 min. więcej niż w latach 2003/2004). Zmniejszeniu o 9 min. uległ w ciągu 10 lat czas korzystania ze środków masowego przekazu (do 2 godz. i 52 min.). Wynika to z zastępowania tradycyjnych środków masowego przekazu przez Internet, gdzie można zarówno, przeczytać gazetę, obejrzeć wiadomości i filmy oraz posłuchać radia. Czas wykonywania dobrowolnej pracy w organizacjach i poza nimi pozostał na tym samym poziomie (1 godz. i 35 min.) oraz o 4 min. krócej trwały dojazdy i dojścia (1 godz. i 17 min.) (Budżet ..., 2015).

Analizując szczegółowo czas poświęcony na obróbkę żywności (tzn. przygotowanie posiłków, przekąsek i napojów, pieczenie, robienie przetworów, zmywanie naczyń i sprzątanie ze stołu po posiłkach) (Budżet ..., 2015), stwierdzono, że w 2013 roku przeciętny czas trwania tych czynności stanowił 1/3 dobowego czasu przeznaczonego na zajęcia i prace domowe i wynosił 1 godz. i 10 min. oraz był krótszy o 2 min. od czasu poświęconego na te czynności odnotowanego w poprzednim badaniu zrealizowanym w latach 2003/2004. Gdy weźmie się pod uwagę przeciętny czas wykonywania tej czynności przez osoby ją wykonujące wówczas wydłuża się on o 24 min. Zajęcia i prace domowe wykonywało 91,2% badanych natomiast tylko 74% z nich zajmowało się obróbką żywności. Warto odnotować, że na przestrzeni 10 lat zmniejszył się o 0,9% odsetek osób wykonujących te czynności. Zajęcia i prace domowe, łącznie z obróbką żywności, są domeną kobiet. Kobiety blisko dwa razy dłużej od mężczyzn zajmowały się tymi czynnościami (1 godz. i 53 min. wobec 1 godz. i 1 min.). Czynności te wykonywało ponad 90% kobiet i tylko 56% mężczyzn. Warto jednak odnotować, że od ostatniego badania skrócił się czas poświęcany na obróbkę żywności przez kobiety o 7 min. oraz wydłużył o 9 min. czas tej obróbki przez mężczyzn (tabela 1).

Tabela 1. Czas poświęcany na zajęcia i prace domowe wraz z obróbką żywności w dobowym budżecie czasu osób w wieku 15 lat i więcej według płci w latach 2003/2004 i 2013

Tabele 1. Time devoted household and family care along with food management in the daily time budget of persons aged 15 and more by sex in 2003/2004 and 2013

Wyszczególnienie	Zajęcia i prace domowe			
	Ogółem		W tym: obróbka żywności	
	2003/2004	2013	2003/2004	2013
Przeciętny czas trwania czynności (w godz. i min.)				
Ogółem	3.21	3.26	1.12	1.10
Kobiety	4.22	4.24	1.50	1.42
Mężczyźni	2.13	2.23	0.29	0.34
Przeciętny czas wykonywania czynności (w godz. i min.)				
Ogółem	3.39	3.46	1.36	1.34
Kobiety	4.30	4.33	2.00	1.53
Mężczyźni	2.36	2.48	0.52	1.01
Odsetek osób wykonujących czynności (w %)				
Ogółem	91,6	91,2	74,9	74,0
Kobiety	97,1	96,7	91,9	90,4
Mężczyźni	85,6	85,2	56,4	56,1

Źródło: (Budżet... 2015).

Analizując czas przeznaczony na zajęcia i prace domowe w budżecie czasu ludności według wieku osób biorących udział w badaniu, odnotowano że wraz ze wzrostem wieku zwiększa się zarówno czas trwania i wykonywania czynności, jak i odsetek osób je wykonujących. Blisko 4-krotnie dłuższy w 2013 roku był czas trwania tych zajęć gdy porówna się czas poświęcany przez osoby najstarsze z czasem przeznaczanym przez badanych najmłodszych i to zarówno w odniesieniu do całej kategorii zajęć i prac domowych, jak i obróbki żywności. Jeżeli weźmie się pod uwagę czas wykonywania tych czynności, wówczas różnica pomiędzy najstarszymi i najmłodszymi respondentami skraca się do ponad 2 godzin. Natomiast odsetek osób poświęcających swój czas na obróbkę żywności zwiększył się blisko dwukrotnie z 43,2% badanych w wieku 15-19 lat do 82,9% badanych w wieku 65 lat i więcej. Na przestrzeni 10 lat odnotowano, że zmniejszył się odsetek osób wykonujących te czynności we wszystkich grupach wiekowych poza osobami najstarszymi, natomiast przeciętny czas wykonywania tych czynności był nieznacznie dłuższy w najmłodszych grupach wiekowych, natomiast w starszych był krótszy (tabela 2).

Tabela 2. Czas poświęcany na zajęcia i prace domowe wraz z obróbką żywności w dobowym budżecie czasu według wieku w latach 2003/2004 i 2013

Tabele 2. Time devoted household and family care along with food management in the daily time budget by age in 2003/2004 and 2013

Wyszczególnienie	Zajęcia i prace domowe			
	Ogółem		W tym: Obróbka żywności	
	2003/2004	2013	2003/2004	2013
Przeciętny czas trwania czynności (w godz. i min.)				
15-19	1.17	1.17	0.22	0.21
20-24	2.14	2.20	0.93	0.40
25-34	3.41	3.47	1.03	0.57
35-44	3.45	3.42	1.20	1.08
45-54	3.33	3.22	1.23	1.16
55-64	4.07	3.46	1.35	1.27
65 i więcej	3.49	3.50	1.36	1.36
Przeciętny czas wykonywania czynności (w godz. i min.)				
15-19	1.36	1.44	0.44	0.48
20-24	2.36	2.46	1.00	1.03
25-34	3.58	4.10	1.23	1.19
35-44	4.00	3.58	1.42	1.30
45-54	3.48	3.39	1.43	1.39
55-64	4.18	4.00	1.56	1.49
65 i więcej	4.03	4.01	1.57	1.55
Odsetek osób wykonujących czynności (w %)				
15-19	80,0	73,9	49,8	43,2
20-24	85,9	84,3	66,3	63,2
25-34	92,7	91,1	76,1	72,0
35-44	93,9	93,2	77,9	75,4
45-54	93,4	92,5	80,0	76,7
55-64	95,8	94,1	81,7	80,1
65 i więcej	94,1	95,2	81,6	82,9

Źródło: (Budżet... 2015).

## **Czas poświęcany na przygotowanie posiłków w świetle badań bezpośrednich**

Z badań własnych autorki wynika, że średnio na przygotowanie śniadania respondenci przeznaczali 12 min. i 18 sek. Przygotowanie obiadu przeciętnie zajmowało im 49 min. i 23 sek., natomiast kolacji 16 min. i 45 sek. Mediana czasu przygotowania posiłków była zróżnicowana i wynosiła 10 min. w odniesieniu do śniadania, 45 min. biorąc pod uwagę obiad i 15 min. przygotowania kolacji. Jednak analizując czas, który dominował w odpowiedziach respondentów stwierdzono, że był taki sam co mediana tylko w odniesieniu do śniadania, natomiast czas dominujący przygotowania obiadu wynosił 60 min., zaś kolacji 10 min. Na ilość czasu poświęcanego przez konsumentów na przygotowanie posiłków mogą wpływać różne czynniki. Czas ten zmienia się w zależności od płci, wieku, aktywności zawodowej, stanu cywilnego, a także miejsca zamieszkania. Różnice w ilości tego czasu odnotowuje się biorąc pod uwagę zwłaszcza średni czas przygotowania posiłków. Analizując jednak odpowiedzi z uwzględnieniem mediany wówczas niezależnie od wybranych czynników mediana czasu przygotowania śniadania wynosiła 10 min., natomiast kolacji 15 min. (z wyjątkiem mieszkańców wsi gdzie połowa respondentów na przygotowanie śniadania poświęcała 15 min. i krócej, a druga 15 min. i dłużej oraz osób uczących się, dla których mediana z odpowiedzi wskazujących czas przygotowania kolacji wynosiła 10 min.). Różnice zaobserwowano natomiast uwzględniając czas przyrządzenia obiadu. Biorąc pod uwagę płeć respondentów odnotowano, że połowa mężczyzn uczestniczących w badaniu poświęcała na przygotowanie obiadu 40 min. i krócej a druga 40 min. i dłużej. Połowa kobiet natomiast przeznaczała mniej niż 45 min. a druga więcej niż 45 min. Uwzględniając wiek badanych stwierdzono, że połowa respondentów w wieku 24 lata i mniej poświęcała na jego przygotowanie 40 min. i krócej, a druga 40 min. i dłużej. Natomiast połowa respondentów powyżej 25 lat poświęcała na przygotowanie obiadu mniej niż 60 min. a druga więcej niż 60 min. Analizując odpowiedzi ze względu na miejsce zamieszkania odnotowano, że najwyższa mediana czasu przygotowania obiadu przypadła na mieszkańców wsi i wynosiła 60 min. Mediana czasu gotowania obiadu przez badanych z miast od 100 do 250 tys. mieszkańców wynosiła 40 min. Natomiast na przygotowanie obiadu połowa respondentów mieszkających w miastach liczących powyżej 250 tys. mieszkańców przeznaczała 50 min. i krócej a druga 50 min. i dłużej. Uwzględniając w analizie aktywność zawodową zauważono, że obowiązki pozadomowe nie wpływają na skrócenie czasu przygotowania obiadu bowiem niezależnie od tego czy respondenci pracowali zawodowo, czy też nie pracowali, mediana czasu przygotowania obiadu wynosiła 60 min. Mniej czasu na przygotowanie obiadu poświęcali jedynie respondenci uczący się (mediana 40 min.) oraz pracujący i uczący się (mediana 30 min.). Zauważono, że stan cywilny różnicuje ten czas. Przeciętnie o 10 min. dłużej wykonywały te czynności osoby będące w związkach niż single (tabela 3).

W kontekście czasu przygotowania posiłków w trakcie badania zapytano respondentów o ich opinie na temat korzystania z żywności wygodnej, (gotowej do spożycia lub do podania od razu, gotowej do spożycia po podgrzaniu lub innej obróbce termicznej oraz gotowej do obróbki kulinarnej lub termicznej). Odnosząc się do wyników badania budżetu czasu przeprowadzonego przez GUS, zapytano o ile zdaniem respondentów skróciłby się czas przygotowania posiłku, przeciętnie trwający 1 godzinę i 10 min. gdyby do jego sporządzenia wykorzystać żywność wygodną. Z subiektywnych



deklaracji respondentów wynika, że przeciętnie ten czas skróciłby się o blisko 32 minuty. Połowa z respondentów uznała, że skróciłby się o mniej niż 30 min. a druga że skróciłby się o więcej niż 30 min. (przy czym maksymalna wskazywana wartość wynosiła 60 min.). Respondentów poproszono także o ustosunkowanie się do zaprezentowanych im opinii na temat żywności wygodniej. Wszyscy zgodzili się z nimi i w odniesieniu do wszystkich, ocena dominująca przy skali 7-stopniowej wynosiła 6. Analizując szczegółowo oceny średnie odnotowano, że największym poparciem cieszyło się stwierdzenie że producenci oferują coraz więcej produktów gotowych do spożycia od razu (średnia 5,76). Zgodzili się również z opiniami, że żywność gotowa do spożycia po podgrzaniu lub innej obróbce termicznej kupowana jest ze względu na brak czasu na przygotowanie posiłku (średnia 5,43) oraz, że żywność gotowa do obróbki kulinarnej zarówno mrożona, jak i chłodzona znacznie skraca czas przygotowania posiłku (średnia 5,39). Stwierdzenie że usługi cateringowe są coraz popularniejsze wśród konsumentów uzyskało średnią 5,23, a zdanie, że z żywności wygodnej korzystają osoby pracujące zawodowo, które mają ograniczony czas na przygotowanie tradycyjnych posiłków uzyskało średnią 5,22 (tabela 4).

Tabela 3. Czas przygotowania podstawowych posiłków w minutach i sekundach według wybranych cech respondentów (średnia i mediana)

Tabele 3. Preparation time for basic meals in minutes and seconds according to selected characteristics of respondents (average and median)

Wyszczególnienie		Śniadanie	Obiad	Kolacja	
Próba ogółem		średnia mediana	12.18 10.00	49.23 45.00	16.45 15.00
Płeć	Kobieta	średnia mediana	12.26 10.00	50.96 45.00	16.34 15.00
	Mężczyzna	średnia mediana	11.95 10.00	44.20 40.00	16.78 15.00
Aktywność zawodowa	Pracujący	średnia mediana	11.77 10.00	57.40 60.00	17.10 15.00
	Nie pracujący	średnia mediana	17.22 10.00	63.04 60.00	19.26 15.00
	Uczący się	średnia mediana	11.54 10.00	43.04 40.00	15.08 10.00
	Pracujący i uczący się	średnia mediana	11.67 10.00	39.70 30.00	15.94 15.00
Stan cywilny	Wolna/wolny	średnia mediana	11.69 10.00	44.76 40.00	15.56 15.00
	W związku	średnia mediana	12.51 10.00	52.22 50.00	17.07 15.00
Wiek	24 lata i mniej	średnia mediana	11.36 10.00	40.30 40.00	15.52 15.00
	25 lat i więcej	średnia mediana	13.00 10.00	58.22 60.00	17.41 15.00
Miejsce zamieszkania	Wieś	średnia mediana	13.44 15.00	59.59 60.00	17.62 15.00
	Miasto do 100 tys.	średnia mediana	11.69 10.00	44.57 40.00	15.67 15.00
	Miasto od 101 do 250 tys.	średnia mediana	11.22 10.00	41.58 40.00	16.22 15.00
	Miasto pow. 250 tys.	średnia mediana	12.27 10.00	50.63 50.00	16.18 15.00

Źródło: Badania własne.

Tabela 4. Opinie respondentów na temat żywności wygodnej (ocena średnia i dominanta)

Tabele 4. Opinions of respondents on convenience food (average and dominant ratings)

Wyszczególnienie	Średnia*	Dominanta*
Producenci żywności, oferują coraz więcej produktów gotowych do spożycia od razu	5,76	6,00
Żywność gotowa do spożycia po podgrzaniu lub innej obróbce termicznej kupowana jest ze względu na brak czasu na przygotowanie posiłku	5,43	6,00
Żywność gotowa do obróbki kulinarnej mrożona i chłodzona znacznie skraca czas przygotowania posiłku	5,39	6,00
Usługi cateringowe są coraz popularniejsze wśród konsumentów	5,23	6,00
Z żywności wygodnej korzystają osoby pracujące zawodowo, które mają ograniczony czas na przygotowanie tradycyjnych posiłków	5,22	6,00

\*Oceny dokonano na skali od 1 do 7, gdzie 1 oznaczało całkowicie się nie zgadzam, a 7 całkowicie się zgadzam.

Źródło: Badania własne.

## Podsumowanie

Problematyka związana z czasem poświęcanym na obróbkę żywności i przygotowanie posiłków podjęta w niniejszym artykule wpisuje się nurt badań nad zachowaniami żywieniowymi człowieka. Zachowania te stanowią uzależnione od różnych czynników działania i sposoby postępowania zaspokajające potrzeby żywieniowe. Dotyczą one obok procesu wyboru i nabywania produktów żywnościowych również przygotowanie ich do spożycia oraz częstość ich spożywania. Z badań zaprezentowanych przez GUS w publikacji „Budżet czasu ludności 2013” wynika, że przeciętny czas trwania obróbki żywności na każdą osobę biorącą udział w badaniu wynosi 1 godz. i 10 min. Jeżeli weźmie się pod uwagę czas poświęcony na tę obróbkę przez osoby wykonujące te czynności wówczas zwiększa się on do 1 godziny i 34 min. Wyniki te są zbieżne z uzyskanymi w trakcie badań własnych autorki podczas których pytano o przeciętny czas przygotowania podstawowych posiłków takich jak śniadanie, obiad i kolacja. Wykorzystując do analizy medianę i średnią stwierdzono, że mediana czasu przygotowania śniadania wynosi 10 min., obiadu 45 min. oraz kolacji 15 min. Natomiast deklarowany przeciętny łączny czas przygotowania posiłków wynosi 1 godz. i 18 min. Na zakończenie należy zwrócić uwagę na ograniczenie zaprezentowanych wyników badań GUS, jak i badań własnych. Żadne z tych badań nie prezentuje kontekstu społeczno-kulturowego i ekonomicznego uzyskanych wyników oraz stylu życia badanych. Uwzględniony jest tylko przeciętny czas, który jednak może istotnie się różnić w zależności od wielu czynników kształtujących zachowania żywieniowe. Stanowi to punkt wyjścia do pogłębienia tych informacji poprzez kolejne badania o charakterze jakościowym.

## Literatura

- Budżet czasu ludności 2013. Część I (Time use survey 2013. Part I). (2015). Warszawa: GUS.  
 Globalne trendy na rynku żywności i napojów 2017 (Global trends on the food and drink market 2017). (2017a).  
 Pobrane 25 sierpnia 2019 z: <https://www.wiadomoscihandlowe.pl/artykuly/food-to-go-globalne-trendy-na-rynku-zywnosci-i-nap,10102/1>.

- Globalne trendy na rynku żywności i napojów 2017 – Bo liczy się czas (Global trends on the food and drink market 2017 – Because time counts). (2017b). *Wiadomości Handlowe*, 4.01.2017. Pobrane 26 sierpnia 2019 z: <https://www.wiadomoscihandlowe.pl/artykuly/food-to-go-globalne-trendy-na-rynku-zywnosci-i-nap,10102/1>.
- Górska, J. (2013). Żywność wygodna: Convenience food. *Forum Mleczarskie. Handel* nr 5. Pobrane 5 lipca 2019 z: <https://www.forummleczarskie.pl/RAPORTY/367/4/zywnosc-wygodna-convenience-food/>.
- Jeżewska-Zychowicz, M. (2007). Zachowania żywieniowe i ich uwarunkowania (Nutritional behaviors and their determinants). Warszawa: Wydawnictwo SGGW.
- Jeżewska-Zychowicz, M., Babicz-Zielińska, E., Laskowski, W. (2009). Konsument na rynku nowej żywności: wybrane uwarunkowania spożycia (Consumer on the novel food market: selected consumption conditions). Warszawa: Wydawnictwo SGGW.
- Kobiety i mężczyźni w domu (Women and men at home) (2018). Komunikat z badań. CBOS 127/2018. Pobrane 24 sierpnia 2019 z: [www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2018/K\\_127\\_18.PDF](http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2018/K_127_18.PDF).
- Kolny, B. (2016). Analiza czasu wolnego w budżecie czasu Polaków (Analysis of Leisure Time in Pole's Time Budget). *Handel Wewnętrzny*, 2(361), 228-240.
- Kolny, B. (2014). Wybrane ilościowe metody badania zachowania konsumentów na rynku usług zagospodarowujących czas wolny – teoria i zastosowanie (Selected Quantitative Research Methods Consumer Behavior of The Leisure-Time Services Market - Theory and Application). *Studia Ekonomiczne / Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach*, 195 Metody ilościowe w badaniach marketingowych, 80-89.
- Koźłyn-Krajewska, D. (red.). (2019). Higiena produkcji żywności (Hygiene of food production). Warszawa: Wydawnictwo SGGW.
- Kowalczyk, S. (2016). Bezpieczeństwo i jakość żywności (Food safety and quality). Warszawa: PWN.
- Monsivais, P., Aggarwal, A., Drewnowski, A. (2014). Time spent on Home Food Preparation and Indicators of Healthy Eating. *American Journal of Preventive Medicine*, December 2014, Volume 47, Issue 6, Pages 796-802 Pobrane 27 sierpnia 2019 z: [www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4254327/](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4254327/).
- Pięta, J. (2004). Pedagogika czasu wolnego (Leisure time pedagogy). Warszawa: Wyższa Szkoła Ekonomiczna.
- Twardowska, K. (2014). „Baby do garów!” czyli feminizm od kuchni. Kulinaria w perspektywie genderowej (“Baby do garów!” or feminism from the kitchen. Culinary in a gender perspective). W: A. Drzał-Sierocka (red.) W garnku kultury. Rozważania nad jedzeniem w przestrzeni społeczno-kulturowej (s. 147-159). Gdańsk: Wydawnictwo Naukowe Katedra.
- Szulc, M. (2018). Cooking is the new black, czyli przepis na najmniejszy post w blogosferze (Cooking is the new black, or recipe for the most fashionable post in the blogosphere). W: B. Kowalczyk, P. Łuszczkiewicz, K. Walczak, M. Zdrowiska-Wawrzyniak (red.) *Moda na gotowanie. Medialne i kulturowe wizerunki jedzenia* (s. 61-72). Poznań: Wydawnictwo Naukowe Silva Rerum.
- Szwacka-Mokrzycka, J. (2018). Paradigmaty rozwoju konsumpcji żywności w Polsce (Paradigms of the development of food consumption in Poland). Warszawa: PWN.
- Świdorski, F. (red.). (2018). Żywność wygodna i żywność funkcjonalna (Convenient and functional food). Warszawa: PWN.
- Wnuk-Lipiński, E. (1981). Budżet czasu, struktura społeczna, polityka społeczna (Time budget. Social structure. Social policy). Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Wspólny posiłek tworzy rodzinne więzi (A joint meal creates family bonds). (2015). Raport The Coca-Cola Company „Polacy przy stole” z dn. 25.05. Pobrane 24 sierpnia 2019 z: <https://www.cocacola.com.pl/dla-mediow/wspolny-posilek-tworzy-rodzinne-wiezi-raport-coca-cola-polacy-przy-stole>.
- Zachowania żywieniowe Polaków (Poles' eating behavior). (2014). Komunikat z badań, CBOS, 115/2014. Pobrane 25 sierpnia 2019 z: [https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2014/K\\_115\\_14.PDF](https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2014/K_115_14.PDF).

Do cytowania / For citation:

Kolny B. (2019). Czas poświęcany na obróbkę żywności i przygotowanie posiłku w budżecie czasu ludności. *Problemy Rolnictwa Światowego*, 19(4), 69–79; DOI: 10.22630/PRS.2019.19.4.57

Kolny B. (2019). Time Devoted to Food Processing and Preparation of a Meal in the Population Time Budget (in Polish). *Problems of World Agriculture*, 19(4), 69–79; DOI: 10.22630/PRS.2019.19.4.57