



Информация о калорийности блюд в кафе и ресторанах, помещенная на упаковке, позволит усмирить аппетит и сделать рацион питания более здоровым. Правда, отмечают, американские исследователи, дополнительные сведения помогают далеко не всем, ведь не каждый готов изучать таблицы калорийности.

С 2008 году власти Нью-Йорка, обеспокоенные состоянием здоровья горожан, обязали всех владельцев ресторанов сообщать посетителям о калорийности предлагаемых блюд. Специалисты городского департамента здравоохранения недавно подвели итоги этого эксперимента, проведя масштабный опрос. В частности они установили, что каждый шестой опрошенный изучал информацию о пищевой ценности продуктов, что помогало ему съесть меньше.

Опыт американского мегаполиса попытались перенять сети фаст-фуда Великобритании. Тогда английские исследователи опросили более 7000 человек в 2007 году и еще 8500 в 2009 году и установили, что около 15% посетители таких кафе и ресторанов изучали информацию о калорийности на блюдах, после чего съедали на 106 калорий меньше. Хотя [грузинская кухня](#) настолько вкусная, что иногда невозможно остановиться.

Несмотря на кажущуюся значимость полученных результатов, диетологи не спешат делать обнадеживающие выводы. По их мнению, подобные эксперименты все-таки не оказали принципиального влияния на рационы питания посетителей общепитов. А вот маркетинговые ходы способны гораздо серьезнее повлиять на схему питания жителей крупных городов, уверены специалисты. Так в материале BBC сообщается, что посетители сети Subway не только не уменьшили потребление калорий после опубликования на блюдах дополнительных сведений, но и наоборот стали съедать на 20% больше закусок. Вероятная причина? Просто производители увеличили порции продуктов.

Другим сетям удалось увеличить продажи за счет серьезного изменения меню. Сделав упор на здоровое питание, их блюда стали более популярными среди покупателей. Такие изменения можно по праву считать наиболее значительным последствием нововведения с информацией о калориях.

Источник: [firstnews](#)