

Закуска

Една десета от децата и една пета от възрастните обикновено не закусват. При останалите закуската най-често се състои от хляб, пържени филийки, банички или други тестени произведения, приемани от четири пети от децата и от близо три пети от възрастните. Мляко, чай, кисело мляко или какао пият сутрин една трета от децата и 16% от възрастните. Консумирането на мляко и млечни продукти изглежда недостатъчно за цялата общност и особено за децата. Още в групата на 10–15-годишните едва 24,6% редовно имат сутрин по някоя от тези основни за страната храни. Салам, сирене, яйца и кашкавал ядат на закуска една пета от децата и 13,5% от възрастните. Половината от възрастните сутрин пият кафе – по-често жените, отколкото мъжете. Плодовете и соковете присъстват в закуската на една пета от децата и само при 7% от възрастните. Още при 10–15-годишните деца делът на тези, които получават плод за закуска, спада на 15%. Една пета от децата са посочили, че обикновено закусват нещо друго. Това най-често се оказват вафли и други шоколадови изделия.

Консумирани храни

Дневното меню на ромите изглежда силно изкривено в посока към тестените изделия и сладките неща. Само веднъж-два пъти седмично плодове хапват една четвърт от представителите на тази общност, а една трета ядат плод понякога или никога. Рибата присъства изключително рядко в тяхното меню. Не се приемат достатъчно зеленчуци (виж табл. 94).

Храненето при децата и жените е дори по-дисбалансирано, отколкото при възрастните и мъжете. Децата ядат по-често плодове, млечни продукти, макарони, ориз и картофи и много по-често сладки и бонбони от възрастните. В същото време в менюто им се появяват още по-рядко месото, яйцата, рибата, зеленчуците и салатите. Разликата в менюто на мъжете и жените е главно в това, че жените ядат доста по-често сладки неща от мъжете, но по-рядко месо, риба и зеленчуци.