



Analyzing Shifts in the Food Consumption Patterns of Tehran's Urban Households (2006–2023)

Mohamad Torkashvand Moradabadi¹ Kolsoom Irannejad² | Kosar Zorati Poor³ Younes Akbari⁴ Sadegh Moslem Safat⁵

1. Associate Professor of Demography, Department of Social Sciences, Yazd University, Yazd, Iran; m.torkashvand@yazd.ac.ir
- 2 *. Master's Degree in Demography, Department of Social Sciences, Iran. Iran, Yazd University, Yazd, (Corresponding Author); irannejadko0@gmail.com
3. Master's Degree in sociology, Department of Social Sciences, Iran, yazd, yazd University, (Corresponding Author);
4. PhD in Sociology of Rural Social Development, Iran Tehran
5. Master's Degree in sociology, Department of Social Sciences, Iran. Bandar abas, Hormozgan University, moslemsafat1372627@gmail.com

ARTICLE INFO

Article type:
Research Article

Keywords:
*Food Consumption Patterns,
Household Expenditure,
Food Security,
Nutritional Health,
Urban Households,
Tehran.*

ABSTRACT

Introduction: Household food consumption patterns serve as a key indicator for assessing welfare, food security, and socio-economic transitions. This study aimed to analyze the trends and composition of food item consumption among urban households in Tehran and its implications for public health and urban planning.

Methods: This study utilized a secondary data analysis design. It examined the trends in food expenditure and consumption among urban households in Tehran Province, Iran, over an extended period (2006–2023), using official data published by the Statistical Center of Iran.

Findings: The findings reveal a accelerated growth in food expenditures (approximately a 39-fold increase in nominal terms over the period) and significant shifts in consumption structure. While spending on healthy food groups such as fruits, vegetables, dairy, and meat increased substantially, the consumption of nutritionally low-value groups like sugary drinks, ready-to-eat foods, and sweets also grew at a notable pace. Furthermore, the share of food expenses in total household costs, after years of relative stability, has shown an increasing trend since 2020, indicating growing inflationary pressure on the household food basket.

Conclusion: The identified dual consumption pattern—simultaneous rises in both healthy and unhealthy food items—presents complex challenges for public health, dietary equity, and household economics. This situation elevates the risks of increased non-communicable diseases and deepened nutritional inequalities, particularly among low-income deciles. The results underscore the necessity for integrated policy attention and targeted interventions by urban governance institutions, notably the Tehran Municipality, in areas such as nutritional education, market regulation, support for vulnerable groups, and improving access to healthy food.

Cite this article: Torkashvand Moradabadi, M., Irannejad, K., Zorati Poor, K., Akbari, Y., Moslem Safat, S (2023). Analyzing Shifts in the Food Consumption Patterns of Tehran's Urban Households (2006–2023). *Population Journal*, 30 (126), 36-56.

© The Author(s).

Extended Abstract**Introduction:**

Household consumption patterns, especially in the Tehran metropolis, are not only a reflection of dietary preferences and lifestyles, but also a key indicator for measuring well-being, food security, and economic sustainability. Household consumption directly affects economic growth and quality of life, and its decline can have widespread social and economic consequences (Nasiri, 2013). In many countries, more than 60 percent of GDP is provided by household consumption; therefore, changes in consumption patterns, especially in essential items such as food, can be a sign of a shrinking national economy and a decline in public welfare (Popkin 2006). This study aims to analyze the trend of food consumption of urban households in Tehran during 2006-2013, focusing on identifying healthy and unhealthy dietary patterns, and to provide policy suggestions for improving the public nutrition situation.

Methods and Data:

This study is a secondary data analysis that uses official data published by the Statistical Center of Iran to examine the trend of food consumption of urban households in Tehran during the period 1385 to 1402. The main goal is to analyze the nutritional pattern of households and identify changes in the composition of the food basket over time. The data used in this study were extracted from the "Household Expenditure and Income" project of the Statistical Center of Iran using the rotational sampling method.

Findings:

The findings and results of the survey of food items in Tehran show that the total household expenses in Tehran have always been higher than the national average. According to the results of Table 1. In 2011, the average annual household expense in Tehran was about 169 thousand Tomans and in the whole country about 132 thousand Tomans. This gap was maintained in the following years and in 2022 it reached about 1.9 million Tomans in Tehran and 1.3 million Tomans in the whole country. This difference could be due to the higher costs of living in the capital, including housing, transportation, education and services.

In the food spending sector, a relatively stable but gradually growing trend is observed. In 2011, Tehran households spent about 30,000 tomans on food, while this figure was about 32,000 tomans nationwide. In 2022, this cost increased to about 434,000 tomans in Tehran and 376,000 tomans nationwide.

Chart 1 examines the trend of changes in annual expenditure of various food groups in urban households in Tehran province over a 12-year period. In this chart, the meat group has accounted for the highest level of expenditure in most years. From 2011 to 2022, the annual expenditure on meat in Tehran has grown significantly and has become one of the heaviest food items in recent years. This increase can be attributed to severe inflation in the meat market, reduced supply, and households' dependence on animal protein sources. During 2011 to 2022, food expenditure of Tehran households has increased in all groups, but the intensity of this increase has been greater in groups such as meat, dairy, fruit, and oil. These trends are not only a reflection of inflation and price changes, but also indicate changes in food preferences, urban lifestyles, and nutritional security challenges in Tehran.

Figure 2 shows an 18-year trend in the changes in expenditures related to the "soft drinks, prepared foods, and tobacco" group in urban households in Tehran province. This group includes three main subgroups: soft drinks, prepared foods, and snacks, and tobacco. Although these items are not included in the category of essential goods, their consumption is common and influential in urban lifestyle. In 2006, the total expenditure

in this group was about 1,908 Tomans and in 2023 it reached 61,026 Tomans. This increase of more than 32 times over 18 years indicates a significant growth in the consumption and price of this group.

The cost of soft drinks has increased from 226 Tomans in 2006 to 15,939 Tomans in 2023. This significant growth, especially in recent years, reflects the increased consumption of carbonated and industrial beverages among Tehrani households. Despite public health warnings, soft drink consumption remains high.

Table 1. Average household expenses by food and non-food, urban areas of Iran and Tehran, 2011-2012

Year	Total costs		Edible		Inedible		Percentage of food costs	
	country	Tehran Province	country	Tehran Province	Country Iran	Tehran Province	Whole country	Tehran Province
1390	132716	169510	32752	30557	99965	138953	25	18
1391	164281	217283	44570	41321	119711	175962	27	19
1392	205982	274638	54953	53427	151029	221211	27	19
1393	234865	323807	58126	61048	176739	262759	25	19
1394	262397	374574	62431	67723	199967	306851	24	19
1395	284820	414641	66636	75509	218185	339132	23	18
1396	329525	479948	76750	88957	252775	390992	23	18
1397	393227	584676	94505	110125	298722	474551	24	19
1398	474379	727175	117529	131097	356850	596077	25	19
1399	621392	957016	161094	188937	460298	768079	26	18
1400	925017	1376905	246537	290651	678480	1086254	27	20
1401	1371460	1961894	376822	434450	994638	1527445	27	22

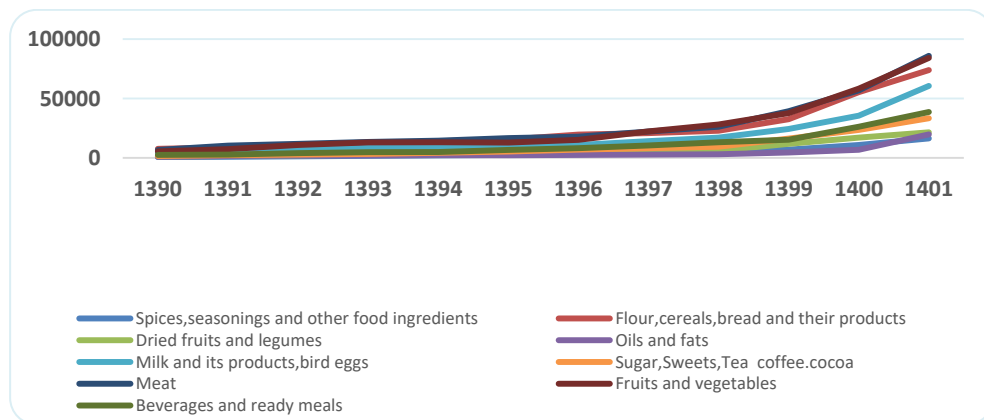
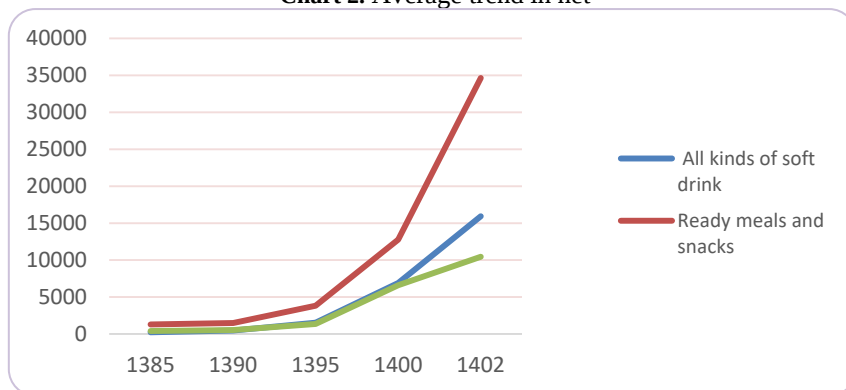


Chart 1. Average annual cost of each food item for urban households in Tehran Province, 2011 to 2012

Chart 2. Average trend in net



expenditures on soft drinks, ready-made foods, and tobacco in an urban household in Tehran province, 2006 to 2023

Conclusion: During the period 2006-2013, food and tobacco costs of urban households in Tehran province have increased with a completely upward and accelerated trend. The current composition of the food basket of Tehran households, with the simultaneous growth of healthy and unhealthy items, presents a dual picture of the urban nutrition situation. On the one hand, the increase in the consumption of fruits, vegetables, dairy products and legumes indicates nutritional awareness and efforts to maintain health. On the other hand, the growth in the consumption of soft drinks, ready-made foods, sweets and tobacco, especially among the youth and middle classes, can lead to an increase in non-communicable diseases such as diabetes, obesity, blood pressure and heart disease.



تحلیل روند تغییرات سبد مصرف اقلام خوراکی خانوارهای شهری تهران

در بازه زمانی ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۲

محمد ترکاشوند مرادآبادی^۱ | کلثوم ایران نژاد^۲ | کوثر ذرتی پور^۳ | یونس اکبری^۴ | صادق مسلم صفت

۱. دانشیار جمعیت‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه یزد، یزد، ایران؛ m.torkashvand@yazd.ac.ir

۲. دانش‌آموخته کارشناسی‌ارشد جمعیت‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه یزد، یزد، ایران (نویسنده مسئول)؛ irannejadko0@gmail.com

۳. دانش‌آموخته کارشناسی‌ارشد جمعیت‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

۴. دکتری جامعه‌شناسی توسعه اجتماعی روستایی؛ younes.akbari1987@gmail.com

۵. کارشناس ارشد پژوهش علوم اجتماعی، بندرعباس، دانشگاه هرمزگان؛ moslemsafat1372627@gmail.com

چکیده

اطلاعات مقاله

نوع مقاله:

علمی-پژوهشی

مقدمه: الگوی مصرف خوراکی خانوارها، شاخصی کلیدی برای سنجش رفاه، امنیت غذایی و تحولات اقتصادی-اجتماعی است. این پژوهش با هدف تحلیل روند و ترکیب مصرف اقلام خوراکی در خانوارهای شهری تهران و پیامدهای آن برای سلامت و برنامه‌ریزی شهری انجام شد.

روش: این مطالعه از نوع تحلیل ثانویه است که با استفاده از داده‌های رسمی مرکز آمار ایران، روند هزینه و مصرف خوراکی خانوارهای شهری استان تهران را در یک بازه زمانی بلندمدت (۱۳۸۵-۱۴۰۲) مورد بررسی قرار می‌دهد.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان‌دهنده رشد شتابان هزینه‌های خوراکی (با افزایشی حدود ۳۹ برابری در کل دوره) و تغییرات معنادار در ساختار مصرف است. در حالی که هزینه‌های گروه‌های غذایی سالم نظیر میوه، سبزی، لبنیات و گوشت افزایش چشمگیری داشته، مصرف گروه‌های کم‌ارزش تغذیه‌ای مانند نوشابه‌ها، غذاهای آماده و شیرینی‌ها نیز با سرعت قابل‌توجهی رشد کرده است. همچنین، سهم هزینه خوراکی از کل هزینه خانوار پس از سال‌ها ثبات نسبی، از ۱۳۹۹ روندی افزایشی یافته که نشان‌دهنده فشار تورمی بر سبد غذایی خانوارهاست.

نتیجه‌گیری: الگوی دوگانه مصرف (افزایش موازی مواد غذایی سالم و ناسالم)، پیامدهای پیچیده‌ای برای سلامت عمومی، عدالت غذایی و اقتصاد خانوار دارد. این وضعیت، خطر افزایش بیماری‌های غیرواگیر و تشدید نابرابری‌های تغذیه‌ای را به‌ویژه در دهک‌های کم‌درآمد بالا می‌برد. نتایج، لزوم توجه سیاستی یکپارچه و مداخلات هدفمند نهادهای مدیریت شهری (به‌ویژه شهرداری تهران) را در حوزه‌های آموزش تغذیه، تنظیم بازار، حمایت از گروه‌های آسیب‌پذیر و ارتقای دسترسی به غذای سالم آشکار می‌سازد.

کلیدواژه‌ها:

الگوی مصرف خوراکی،

امنیت غذایی،

تهران،

خانوارهای شهری،

سلامت تغذیه‌ای،

هزینه و درآمد

استناد: ترکاشوند مرادآبادی؛ محمد، ایران نژاد؛ کلثوم، ذرتی پور؛ کوثر، اکبری؛ یونس، مسلم صفت؛ صادق (۱۴۰۴). تحلیل روند تغییرات سبد

مصرف اقلام خوراکی خانوارهای شهری تهران در بازه زمانی ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۲؛ فصلنامه علمی جمعیت ۳۰ (۱۲۶)، ۵۶-۳۶.

© نویسندگان.

۱. مقدمه

الگوی مصرف خانوارها، به‌ویژه در کلان‌شهر تهران، نه تنها بازتابی از ترجیحات تغذیه‌ای و سبک زندگی است، بلکه شاخصی کلیدی برای سنجش رفاه، امنیت غذایی و پایداری اقتصادی محسوب می‌شود. مصرف خانوارها مستقیماً بر رشد اقتصادی و کیفیت زندگی اثر می‌گذارد و کاهش آن می‌تواند پیامدهای اجتماعی و اقتصادی گسترده‌ای به همراه داشته باشد (نصیری، ۱۴۰۲)؛ در بسیاری از کشورها، بیش از ۶۰ درصد تولید ناخالص داخلی از محل مصرف خانوارها تأمین می‌شود؛ بنابراین تغییرات در الگوی مصرف، به‌ویژه در اقلام ضروری مانند خوراک، می‌تواند نشانه‌ای از کوچک‌شدن اقتصاد ملی و کاهش رفاه عمومی باشد (popkin, 2006).

در سال‌های اخیر، ترکیب هزینه‌های خانوارهای شهری تهران به‌طور محسوسی تغییر کرده و سهم خوراک و مسکن در سبد مصرفی افزایش یافته است. این جایگزینی، به‌ویژه در دهک‌های پایین درآمدی، با کاهش هزینه‌های مربوط به آموزش، سلامت، تفریح و ارتباطات همراه بوده و نشان‌دهنده فشار اقتصادی ناشی از تورم و گران‌شدن کالاهای ضروری است (نصیری، ۱۴۰۲؛ مهاجری و همکاران، ۱۳۹۹). همزمان، سبک تغذیه‌ای سنتی جای خود را به الگوهای پرکالری، فرآوری‌شده و ارزان‌قیمت داده است؛ تغییری که تحت‌تأثیر جهانی‌شدن، کاهش فعالیت بدنی و تغییرات درآمدی رخ داده است (Hawkes, 2007؛ رضایی، ۱۳۹۲).

مطالعات داخلی نشان می‌دهد که اگرچه عرضه اقلام خوراکی از نظر کمی قابل‌قبول است، اما ترکیب سفره خانوارها نشان‌دهنده افزایش ناامنی غذایی و کاهش مصرف مواد مغذی مانند لبنیات، میوه‌ها، سبزی‌ها و پروتئین‌های حیوانی است (شعبان‌زاده خوشرویی و همکاران، ۱۴۰۰). از سوی دیگر، کاهش سهم یارانه‌ها در درآمد خانوارها، به‌ویژه در دهک‌های پایین، نشان می‌دهد که سیاست‌های حمایتی در سال‌های اخیر از اهداف اولیه خود فاصله گرفته‌اند و تأثیر چندانی در بهبود بودجه خانوار ندارند (نصیری، ۱۴۰۲). همچنین، اختلاف درآمد بین دهک‌های مختلف در تهران به‌طور چشمگیری بالاست؛ به‌طوری‌که درآمد دهک دهم حدود ۸٫۶ برابر دهک اول است که می‌تواند شاخصی نگران‌کننده برای نابرابری اقتصادی و تغذیه‌ای باشد.

پژوهش حاضر با بهره‌گیری از داده‌های پیمایش هزینه و درآمد خانوار مرکز آمار ایران، در بازه زمانی ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۲، در پی آن است تا الگوی مصرف خوراکی خانوارهای شهری تهران را تحلیل کرده و روند تغییرات در ترکیب سبد غذایی را بررسی کند. این مطالعه با سه ویژگی متمایز، در پی ارائه تصویری دقیق از وضعیت تغذیه‌ای خانوارهاست:

– استفاده از داده‌های رسمی و معتبر با قابلیت تحلیل روندی؛

– تمرکز بر خانوارهای شهری تهران به‌عنوان نمونه‌ای از کلان‌شهرهای ایران؛

- در نهایت، این پژوهش ضمن ارائه تحلیل توصیفی از نوع و ترکیب سبد خوراکی خانوار، پیشنهادهایی کاربردی برای ارتقای وضعیت تغذیه و بهبود سیاست‌های مرتبط با سلامت عمومی ارائه خواهد داد.

۲. پیشینه تحقیق

مسئله تغذیه و الگوی مصرف خوراکی خانوارها در دهه‌های اخیر، به‌ویژه در کلان‌شهرهایی مانند تهران، به یکی از دغدغه‌های اصلی حوزه سلامت عمومی، رفاه اجتماعی و سیاست‌گذاری اقتصادی تبدیل شده است. با افزایش جمعیت و فشارهای اقتصادی، ترکیب سبد غذایی خانوارها دستخوش تغییراتی شده که پیامدهای آن در شاخص‌های امنیت غذایی، سلامت تغذیه‌ای و نابرابری اجتماعی قابل مشاهده است. مطابق تعریف نشست جهانی غذا (FAO, 1996)، امنیت غذایی زمانی تحقق می‌یابد که همه افراد، در همه زمان‌ها، به غذای کافی، سالم و مغذی، با دسترسی فیزیکی و اقتصادی مناسب، دسترسی داشته باشند. این اصل در اسناد بین‌المللی، مانند اعلامیه جهانی حقوق بشر (۱۹۴۸)، پیمان حقوق اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی و برنامه توسعه پایدار ۲۰۳۰، نیز مورد تأکید قرار گرفته است. در سطح ملی، اصل ۴۳ قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران، سند چشم‌انداز ۲۰ ساله و سیاست‌های اقتصاد مقاومتی نیز بر ضرورت تأمین تغذیه سالم و رفع محرومیت غذایی تأکید دارد.

تحلیل الگوی مصرف خوراکی خانوارها در کلان‌شهر تهران، مستلزم شناخت دقیق از روندهای تغذیه‌ای، عوامل مؤثر بر انتخاب‌های غذایی و پیامدهای اجتماعی و اقتصادی ناشی از تغییرات سبد تغذیه‌ای است. مطالعات پیشین، چه در سطح بین‌المللی و چه در ایران، نشان داده‌اند که ترکیب غذایی خانوارها، به‌طور فزاینده‌ای تحت تأثیر عوامل اقتصادی، فرهنگی و جمعیتی قرار گرفته و در بسیاری موارد از الگوی مطلوب فاصله گرفته است.

پورقادر و همکاران (۱۴۰۲) در پژوهش خود نشان دادند که سبد غذایی مطلوب طراحی شده برای سال ۱۴۰۲ در مقایسه با سبد غذایی مطلوب سال ۱۳۹۲ ۵ درصد ردپای آب و ۲ درصد ردپای کربن کمتری دارد. اندک افزایش پایداری زیست‌محیطی سبد غذایی مطلوب سال ۱۴۰۲ نسبت به سبد سال ۱۳۹۲، به‌طور عمده ناشی از کاهش سهم گوشت‌ها، میوه و برنج و افزایش سهم حبوبات بوده است. افزایش میزان لبنیات یکی از دلایلی است که پایداری زیستی سبد غذایی مطلوب جدید را محدود کرده است.

مطالعات متعدد نشان داده‌اند که مصرف میوه، سبزی‌ها، شیر و لبنیات در بسیاری از جوامع، از جمله ایران، کمتر از مقادیر توصیه شده است. عبدی (۱۳۹۴) گزارش می‌دهد که مصرف این

اقلام در ایران حدود ۲۰ تا ۲۵ درصد کمتر از سطح مطلوب است.

مطالعات متعددی کاهش مصرف اقلام مغذی مانند میوه، سبزی‌ها، شیر و لبنیات را گزارش کرده‌اند. پان و همکاران (۱۹۹۹) در ایالات متحده، کاهش مصرف لبنیات و سبزی‌ها و افزایش مصرف غذاهای چرب و شیرین را به‌عنوان نشانه‌ای از گذار تغذیه‌ای ناسالم معرفی کردند. آگودو و همکاران (۱۹۹۹) در اسپانیا و در ایران عبدی و همکاران (۱۳۹۴) نشان دادند که مصرف شیر، تخم‌مرغ، سبزی و میوه به‌طور متوسط ۲۰ تا ۲۵ درصد کمتر از مقادیر توصیه‌شده است و کمبود دریافت آهن و کلسیم در رژیم غذایی خانوارها مشهود است. واشی و همکاران (۲۰۱۰) نیز در عربستان سعودی گزارش دادند که بیش از ۴۸ درصد افراد، به‌ندرت از شیر استفاده می‌کنند یا هرگز استفاده نمی‌کنند. واعظ مهدوی و همکاران (۱۴۰۰) در ایران گزارش دادند که به دلیل هزینه بالا، گوشت قرمز و سفید در بسیاری از خانوارها حذف شده است. حمزه و همکاران (۱۳۹۰) در کرمانشاه نیز نشان دادند که ۵۰۲۷ درصد خانوارها مصرف گوشت را کمتر از میزان استاندارد عنوان کرده‌اند. در مقایسه، آرانستا و همکاران (۱۹۹۸) در اسپانیا مصرف روزانه گوشت را حدود ۱۶۳ گرم گزارش کردند، در حالی که این رقم در ایران به‌طور قابل‌توجهی پایین‌تر است (عبدی، ۱۳۹۴).

قاسمی و همکاران (۱۳۸۳) تأکید کرده‌اند که ایران طی ۴۵ سال گذشته، بالاترین میزان مصرف غلات را داشته است. به گزارش فودکس ایران (۱۳۹۰) نیز سرانه مصرف نان در ایران حدود ۱۶۰ کیلوگرم در سال است که بیش از دو تا سه برابر کشورهای اروپایی مانند فرانسه و آلمان است. اسلاتری (۱۹۹۸) نیز در مطالعه‌ای بر زنان اسپانیایی ساکن آمریکا، ارتباط مصرف بالای برنج با سطح تحصیلات پایین‌تر را نشان داد. روند مصرف اقلام ناسالم، مانند نوشابه‌های گازدار، میان‌وعده‌های فرآوری‌شده و غذاهای آماده در ایران نگران‌کننده است. رشیدخانی و همکاران (۱۳۸۷) فهرستی از رایج‌ترین میان‌وعده‌ها شامل شکلات، پفک، شیرینی، چیپس و نوشابه را ارائه کردند. تفرشی کریمی (۲۰۲۰) گزارش داد که سرانه مصرف نوشابه در ایران حدود ۴۲ لیتر در سال است؛ چهار برابر میانگین جهانی. در حالی که رشد مصرف شیر و لبنیات تنها ۱ درصد است. براساس مطالعات، مهم‌ترین عوامل جمعیتی مؤثر بر تغذیه؛ سن، جنسیت، وضعیت تأهل، تحصیلات، درآمد و بعد خانوار است.

بررسی مطالعات پیشین نشان می‌دهد که الگوی تغذیه‌ای خانوارهای ایرانی، به‌ویژه در مناطق شهری، با چالش‌هایی جدی مواجه است. کاهش مصرف اقلام مغذی، افزایش مصرف غذاهای پرکالری و ارزان‌قیمت و تأثیر عوامل اقتصادی و جمعیتی بر انتخاب‌های غذایی، همگی نشان‌دهنده نیاز به بازنگری در سیاست‌های تغذیه‌ای و حمایتی است. پژوهش حاضر با تمرکز بر

داده‌های رسمی و تحلیل روندی، می‌تواند تصویری دقیق از وضعیت موجود ارائه دهد و زمینه‌ساز پیشنهاد‌های سیاستی برای ارتقای سلامت تغذیه‌ای در تهران باشد.

۳. روش تحقیق

این پژوهش یک مطالعه توصیفی و از نوع تحلیل ثانویه داده‌ها است و با بهره‌گیری از داده‌های رسمی منتشرشده به وسیله مرکز آمار ایران، به بررسی روند مصرف اقلام خوراکی خانوارهای شهری تهران در بازه زمانی ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۲ می‌پردازد. هدف اصلی، تحلیل الگوی تغذیه‌ای خانوارها و شناسایی تغییرات در ترکیب سبد خوراکی طی زمان است.

داده‌های مورد استفاده در این پژوهش از طرح «هزینه و درآمد خانوار» مرکز آمار ایران با استفاده از روش نمونه‌گیری چرخشی استخراج شده است. این طرح یکی از معتبرترین و مستمرترین طرح‌های آماری کشور است که از سال ۱۳۵۳، به صورت سالانه (با چند سال وقفه) اجرا شده و اطلاعات جامعی از وضعیت اقتصادی خانوارهای شهری و روستایی ارائه می‌دهد. این داده‌ها شامل موارد زیر است:

- میزان هزینه خانوار برای اقلام خوراکی و غیرخوراکی
- ترکیب درآمد خانوارها براساس منابع مختلف (حقوق، مشاغل آزاد، درآمدهای غیرشغلی، بارانه‌ها)

- توزیع هزینه‌ها براساس دهک‌های درآمدی
 - سهم اقلام خوراکی در سبد مصرفی خانوارها
 - اطلاعات تفکیکی براساس استان، منطقه شهری و سال
- طرح مذکور براساس توصیه‌های سازمان ملل متحد و با بهره‌گیری از استانداردهای بین‌المللی مانند SNA و NHSCP طراحی شده و به روش نمونه‌گیری احتمالی اجرا می‌شود. جامعه آماری این پژوهش شامل خانوارهای شهری استان تهران در بازه زمانی ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۲ است. واحد تحلیل، خانوار است و تمرکز اصلی بر اقلام خوراکی در سبد مصرفی خانوارها خواهد بود.

۴. یافته‌ها

در بررسی الگوی مصرف خوراکی خانوارهای شهری، شناخت ویژگی‌های جمعیتی و زیرساختی خانوارها، نقش مهمی در تفسیر داده‌های تغذیه‌ای دارد. از این‌رو، ابتدا به تحلیل چند مورد از ویژگی‌های خانوارهای شرکت‌کننده در پیمایش هزینه و خانوار پرداخته می‌شود تا زمینه‌ای برای

فهم بهتر رفتار مصرفی فراهم شود.

براساس داده‌های جدول شماره ۱، متوسط بعد خانوار در مناطق شهری کشور و استان تهران طی سال‌های ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۱ روندی کاهشی را تجربه کرده است. در سال ۱۳۹۱، بعد خانوار در کل کشور ۳٫۶ نفر و در تهران ۳٫۴ نفر بوده است. این عدد در سال‌های بعد به تدریج کاهش یافته و در سال ۱۴۰۱ به ۳٫۲ نفر در کل کشور و ۳٫۱ نفر در تهران رسیده است. این کاهش تدریجی نشان‌دهنده تغییرات ساختاری در ترکیب خانوارها، از جمله افزایش خانوارهای تک‌نفره، کاهش نرخ باروری و تغییر در الگوی ازدواج و تشکیل خانواده است. همچنین، در تمامی سال‌ها، بعد خانوار در تهران کمتر از میانگین کشوری بوده که می‌تواند بازتابی از سبک زندگی شهری، محدودیت‌های مسکن و ترجیحات فرهنگی خاص کلان‌شهرها باشد.

جدول ۱. متوسط بعد خانوار در مناطق شهری تهران و ایران، ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۱

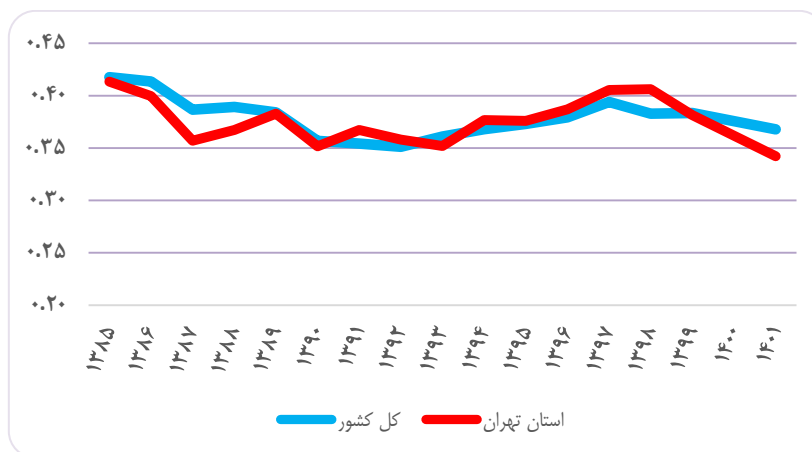
سال	کل کشور	استان تهران
۱۳۹۰	۱/۴	۱/۳
۱۳۹۱	۳/۶	۳/۴
۱۳۹۲	۳/۵	۳/۳
۱۳۹۳	۳/۵	۳/۳
۱۳۹۴	۳/۵	۳/۳
۱۳۹۵	۳/۴	۳/۳
۱۳۹۶	۳/۴	۳/۳
۱۳۹۷	۳/۴	۳/۲
۱۳۹۸	۳/۳	۳/۲
۱۳۹۹	۳/۳	۳/۲
۱۴۰۰	۳/۳	۳/۱
۱۴۰۱	۳/۲	۳/۱

در جدول شماره ۲ متوسط درآمد خالص سالانه خانوارهای شهری استان تهران طی سال‌های ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۱ بررسی شده است. روند کلی درآمد خانوارها در این دوره، افزایشی و پرشتاب بوده است. درآمد سالانه از حدود ۱۶۵ هزار تومان در سال ۱۳۹۰ به بیش از ۲ میلیون و ۳۰۰ هزار تومان در سال ۱۴۰۱ رسیده است. این رشد چشمگیر، به‌ویژه در سال‌های ۱۳۹۹ تا ۱۴۰۱، می‌تواند ناشی از تورم، افزایش هزینه‌های زندگی و تغییر در منابع درآمدی باشد. در نمودار شماره ۱، متوسط ضریب جینی خانوارهای شهری در ایران و استان تهران طی سال‌های ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۱ ارائه شده است. در این دوره، ضریب جینی به‌عنوان شاخصی برای سنجش

نابرابری درآمدی، نوساناتی داشته اما روند کلی آن در تهران نسبت به کل کشور متفاوت بوده است؛ در سال‌های ابتدایی (۱۳۸۵ تا ۱۳۹۰)، ضریب جینی در تهران پایین‌تر از میانگین کشوری بوده و نشان‌دهنده توزیع درآمدی نسبتاً متعادل‌تر در پایتخت بوده است. اما از سال ۱۳۹۱ به بعد، ضریب جینی تهران در برخی سال‌ها از میانگین کشوری فراتر رفته است. به‌ویژه در سال‌های ۱۳۹۷ و ۱۳۹۸ که ضریب جینی تهران به ترتیب ۰,۴۰۵۴ و ۰,۴۰۶۲ ثبت شده، در حالی که میانگین کشوری در همان سال‌ها ۰,۳۹۴ و ۰,۳۸۲۸ بوده است. در سال‌های پایانی (۱۴۰۰ و ۱۴۰۱)، ضریب جینی در تهران مجدداً کاهش یافته و به ۰,۳۴۲۲ در سال ۱۴۰۱ رسیده است، که پایین‌تر از میانگین کشوری (۰,۳۶۷۹) است. این کاهش می‌تواند ناشی از سیاست‌های حمایتی، تغییر در ترکیب درآمدی، یا کاهش شکاف درآمدی میان دهک‌ها باشد.

جدول ۲. متوسط درآمد خالص سالانه خانوار شهری استان تهران، ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۱

سال	جمع	درآمد از مشاغل آزاد	درآمدهای حقوق‌بگیر	درآمدهای متفرقه
۱۳۹۰	۱۶۵۳۷۱	۲۱۵۰۸	۴۲۹۶۹	۱۰۰۸۹۵
۱۳۹۱	۲۲۱۰۶۰	۳۵۱۷۳	۵۱۵۰۹	۱۳۴۳۷۸
۱۳۹۲	۲۸۵۹۹۰	۴۲۷۵۱	۷۴۲۸۵	۱۶۸۹۵۳
۱۳۹۳	۳۳۱۶۵۸	۴۷۷۷۵	۹۴۸۶۱	۱۸۹۰۲۲
۱۳۹۴	۳۷۴۶۴۷	۵۵۸۴۵	۱۱۳۶۲۷	۲۰۵۱۷۵
۱۳۹۵	۴۴۳۶۰۳	۷۵۶۷۵	۱۳۶۵۷۰	۲۳۱۳۵۷
۱۳۹۶	۵۱۵۳۵۱	۸۴۸۲۹	۱۶۰۷۲۷	۲۶۹۷۹۵
۱۳۹۷	۶۴۰۳۰۳	۱۰۱۵۳۶	۱۹۱۴۶۶	۳۴۷۳۰۰
۱۳۹۸	۸۱۳۱۷۰	۱۱۸۶۵۷	۲۴۰۹۲۳	۴۵۳۵۸۹
۱۳۹۹	۱۰۹۸۱۱۸	۱۶۶۰۴۴	۲۹۵۸۱۰	۶۳۶۲۶۴
۱۴۰۰	۱۵۹۸۸۴۴	۲۶۵۵۹۸	۴۵۳۴۸۰	۸۷۹۷۶۶
۱۴۰۱	۲۳۰۶۶۲۲	۳۴۹۱۳۷	۶۸۳۷۵۴	۱۲۷۳۷۳۲



نمودار ۱. متوسط ضریب جینی خانوارهای شهری تهران و ایران، ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۱

۴-۱. هزینه‌های خانوارها

یکی از شاخص‌های کلیدی در تحلیل الگوی مصرف خانوار، بررسی ترکیب هزینه‌ها به تفکیک خوراکی و غیرخوراکی است. براساس داده‌های جدول شماره ۳، که متوسط هزینه‌های سالانه خانوارهای شهری در ایران و استان تهران را طی سال‌های ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۱ نشان می‌دهد، مشاهده می‌شود که جمع کل هزینه‌های خانوار در تهران همواره بالاتر از میانگین کشوری بوده است. به‌طوری‌که در سال ۱۳۹۰ این مقدار در تهران حدود ۱۶۹ هزار تومان و در کل کشور ۱۳۲ هزار تومان بود و در سال ۱۴۰۱ به حدود ۱,۹ میلیون تومان در تهران و ۱,۳ میلیون تومان در کل کشور رسید. در بخش هزینه‌های خوراکی، رقمی که خانوارهای تهرانی در سال ۱۳۹۰ هزینه کرده‌اند حدود ۳۰ هزار تومان بود، در حالی‌که این رقم در کل کشور حدود ۳۲ هزار تومان بوده است. در سال ۱۴۰۱، این هزینه به حدود ۴۳۴ هزار تومان در تهران و ۳۷۶ هزار تومان در کل کشور افزایش یافته است. بااین‌حال، مهم‌ترین شاخص، یعنی سهم هزینه خوراکی از کل هزینه در تهران، همواره پایین‌تر از میانگین کشوری بوده است. این سهم در سال ۱۳۹۰ در تهران ۱۸ درصد و در کل کشور ۲۵ درصد بود و در سال ۱۴۰۱ به ۲۲ درصد در تهران و ۲۷ درصد در کل کشور رسید. این تفاوت عموماً به‌عنوان نمایه‌ای از رفاه نسبی بالاتر در تهران تفسیر می‌شود، اما روند افزایشی آن در هر دو محدوده، حاکی از فشار تورمی فزاینده بر سبد خوراکی خانوارهاست.

جدول شماره ۴، که روند ۱۸ ساله هزینه‌های خالص خانوارهای شهری تهران را از سال ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۲ نشان می‌دهد، این تحلیل را تکمیل می‌کند. این داده‌ها نشان می‌دهند که سهم

هزینه خوراکی از کل هزینه تا سال ۱۳۹۸ تقریباً ثابت و در حدود ۱۸ درصد باقیمانده، اما از سال ۱۳۹۹ روندی افزایشی یافته و در سال‌های ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱ به ترتیب به ۲۱ و ۲۲ درصد رسیده است. این افزایش، نشانه آشکاری از کاهش قدرت خرید و تحت فشار قرار گرفتن بیشتر خانوارها برای تأمین اقلام ضروری است. باین‌حال، در سال ۱۴۰۲ یک تغییر قابل‌تأمل رخ داده است؛ با وجود جهش کل هزینه به بیش از ۳,۳ میلیون تومان، سهم خوراکی مجدداً به ۱۸ درصد کاهش یافته است. از لحاظ مقداری، هزینه خوراکی از ۱۵ هزار تومان در سال ۱۳۸۵ به بیش از ۵۸۷ هزار تومان در سال ۱۴۰۲ (حدود ۳۹ برابر افزایش) و هزینه غیرخوراکی از ۷۰ هزار تومان به بیش از ۲,۷ میلیون تومان (حدود ۳۸ برابر افزایش) رسیده است. این امر نشان می‌دهد که کاهش سهم خوراکی در سال ۱۴۰۲ عمدتاً نه به دلیل بهبود وضعیت رفاهی، بلکه به علت رشد بسیار سریع‌تر و سنگین‌تر هزینه‌های غیرخوراکی (به‌ویژه در حوزه‌هایی مانند مسکن) رخ داده است. در نتیجه، می‌توان گفت اگرچه سهم هزینه غذا در تهران همچنان پایین‌تر از متوسط ملی است، روند صعودی آن در سال‌های اخیر و ترکیب فعلی هزینه‌ها، همگی از تشدید فشار اقتصادی بر خانوارهای تهرانی حکایت دارد.

جدول ۳. متوسط هزینه‌های خانوار به تفکیک خوراکی و غیرخوراکی، مناطق شهری ایران و تهران، ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۱

سال	جمع هزینه‌ها		خوراکی		غیرخوراکی		درصد هزینه خوراکی	
	کل کشور	استان تهران	کل کشور	استان تهران	کل کشور	استان تهران	کل کشور	استان تهران
۱۳۹۰	۱۳۲۷۱۶	۱۶۹۵۱۰	۳۲۷۵۲	۳۰۵۵۷	۹۹۹۶۵	۱۳۸۹۵۳	۲۵	۱۸
۱۳۹۱	۱۶۴۲۸۱	۲۱۷۲۸۳	۴۴۵۷۰	۴۱۳۲۱	۱۱۹۷۱۱	۱۷۵۹۶۲	۲۷	۱۹
۱۳۹۲	۲۰۵۹۸۲	۲۷۴۶۳۸	۵۴۹۵۳	۵۳۴۲۷	۱۵۱۰۳۹	۲۲۱۲۱۱	۲۷	۱۹
۱۳۹۳	۲۳۴۸۶۵	۳۳۳۸۰۷	۵۸۱۲۶	۶۱۰۴۸	۱۷۶۷۳۹	۲۶۲۷۵۹	۲۵	۱۹
۱۳۹۴	۲۶۲۳۹۷	۳۷۴۵۷۴	۶۲۴۳۱	۶۷۷۲۳	۱۹۹۹۶۷	۳۰۶۸۵۱	۲۴	۱۸
۱۳۹۵	۲۸۴۸۲۰	۴۱۴۶۴۱	۶۶۶۳۶	۷۵۵۰۹	۲۱۸۱۸۵	۳۳۹۱۳۲	۲۳	۱۸
۱۳۹۶	۳۲۹۵۲۵	۴۷۹۹۴۸	۷۶۷۵۰	۸۸۹۵۷	۲۵۲۷۷۵	۳۹۰۹۹۲	۲۳	۱۹
۱۳۹۷	۳۹۳۲۲۷	۵۸۴۶۷۶	۹۴۵۰۵	۱۱۰۱۲۵	۲۹۸۷۲۲	۴۷۴۵۵۱	۲۴	۱۹
۱۳۹۸	۴۷۴۳۷۹	۷۲۷۱۷۵	۱۱۷۵۲۹	۱۳۱۰۹۷	۳۵۶۸۵۰	۵۹۶۰۷۷	۲۵	۱۸
۱۳۹۹	۶۲۱۳۹۲	۹۵۷۰۱۶	۱۶۱۰۹۴	۱۸۸۹۳۷	۴۶۰۲۹۸	۷۶۸۰۷۹	۲۶	۲۰
۱۴۰۰	۹۲۵۰۱۷	۱۳۷۶۹۰۵	۲۴۶۵۳۷	۲۹۰۶۵۱	۶۷۸۴۸۰	۱۰۸۶۲۵۴	۲۷	۲۱
۱۴۰۱	۱۳۷۱۴۶	۱۹۶۱۸۹۴	۳۷۶۸۲۲	۴۳۴۴۵۰	۹۹۴۶۳۸	۱۵۲۷۴۴۵	۲۷	۲۲

جدول ۴. متوسط هزینه‌های خالص یک خانوار شهری به تفکیک هزینه خوراکی و غیرخوراکی در استان تهران، ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۲

شرح	۱۳۸۵	۱۳۸۶	۱۳۸۷	۱۳۸۸	۱۳۸۹	۱۳۹۰	۱۳۹۱	۱۳۹۲
متوسط کل هزینه	۸۵۸	۱۶۹۵	۴۱۴۶	۷۳۷۱	۹۵۷۰	۱۳۷۶۹	۱۹۶۱۸	۳۳۰۸۴
متوسط هزینه‌های خالص یک خانوار شهری	۳۱	۱۰	۴۱	۷۵	۱۶	۰۵	۹۴	۳۶
هزینه‌های غیرخوراکی	۷۰۵	۱۳۸۹	۳۳۹۱	۵۹۶۰	۷۶۸۰	۱۰۸۶۲	۱۵۲۷۴	۲۷۲۱۲
هزینه‌های خوراکی و دکانی	۱۵۲	۳۰۵۵	۷۵۵۰	۱۳۱۰	۱۸۸۹	۲۹۰۶۵	۴۳۴۴۵	۵۸۷۲۰
درصد هزینه‌های خوراکی نسبت به کل هزینه‌های خانوار	۱۸	۱۸	۱۸	۱۸	۲۰	۲۱	۲۲	۱۸

نمودار شماره ۲ روند سهم هزینه خوراکی از کل هزینه خانوارهای شهری تهران (۱۳۸۵-۱۴۰۲) را نشان می‌دهد. این سهم تا سال ۱۳۹۸ حدود ۱۸ درصد ثابت بود، اما از ۱۳۹۹ روند افزایشی یافت و در سال‌های ۱۳۹۹، ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱ به ترتیب به ۲۰ درصد، ۲۱ درصد و ۲۲ درصد رسید. این افزایش نشان‌دهنده فشار تورمی بر سبد خوراکی و کاهش قدرت خرید خانوارهاست. بااین حال، در سال ۱۴۰۲ این سهم مجدداً به ۱۸ درصد کاهش یافته که عمدتاً ناشی از رشد شدید هزینه‌های غیرخوراکی (به‌ویژه مسکن) بوده است.

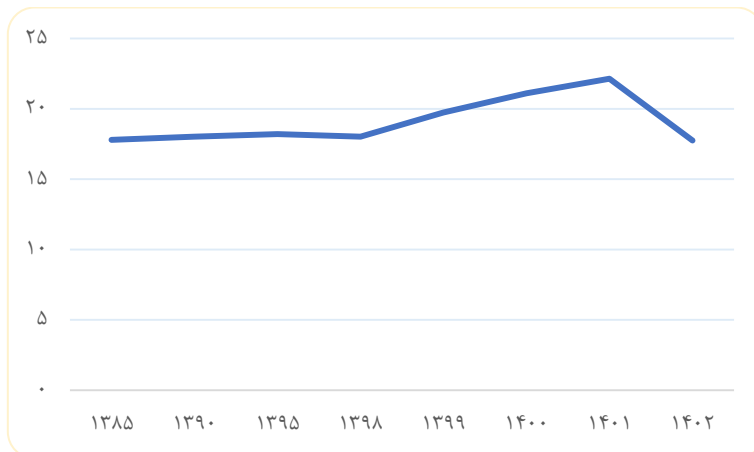
نمودار شماره ۳ مصرف گروه‌های خوراکی را در تهران و کل کشور در سال ۱۴۰۱ مقایسه می‌کند. مصرف نوشابه‌ها، غذاهای آماده و تنقلات در تهران بالاتر از میانگین کشوری است که نشان‌دهنده سبک زندگی سریع‌تر و دسترسی آسان‌تر به محصولات فرآوری شده است. همچنین مصرف میوه و سبزی‌ها و لبنیات در تهران بیشتر است که حاکی از دسترسی بهتر و آگاهی تغذیه‌ای بالاتر است. در مقابل، مصرف قند، شکر و شیرینی‌ها و روغن و چربی‌ها در تهران کمتر از متوسط کشور است که می‌تواند نشانه‌ای از گرایش به الگوهای سالم‌تر غذایی باشد.

نمودار شماره ۴ ترکیب هزینه خوراکی خانوارهای تهرانی را در دوره ۱۳۹۰-۱۴۰۱ نمایش می‌دهد. سهم گروه غلات (نان، برنج، ماکارونی) کاهش یافته، در حالی که سهم میوه و سبزی‌ها افزایش قابل توجهی داشته است. سهم گوشت‌نوساناتی داشته و در سال‌های اخیر کاهش نسبی نشان می‌دهد. هزینه غذاهای آماده، تنقلات و نوشابه‌ها اگرچه سهم کمتری دارد، اما روندی افزایشی داشته که نشان از تغییر ذائقه به سمت مصرف محصولات صنعتی و فست‌فود دارد.

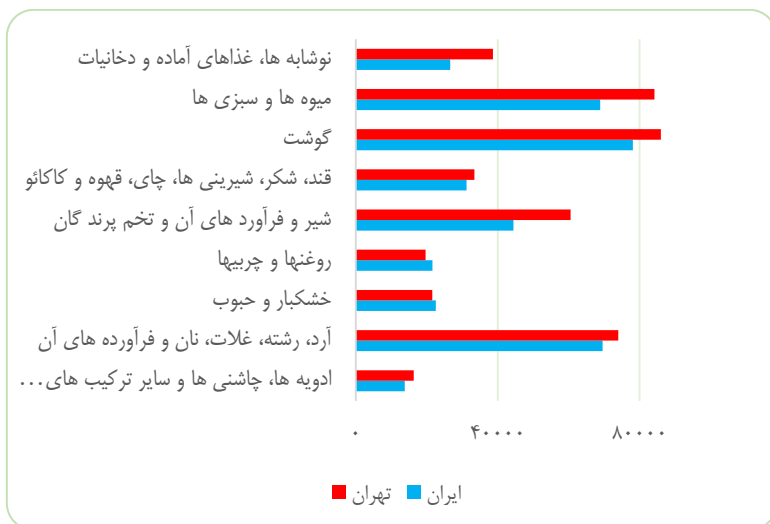
نمودار شماره ۵ روند هزینه سالانه گروه‌های خوراکی را در تهران (۱۳۹۰-۱۴۰۱) نشان می‌دهد. گروه گوشت در بیشتر سال‌ها پرهزینه‌ترین قلم بوده و افزایش شدیدی را تجربه کرده است. هزینه‌های لبنیات، میوه و روغن نیز رشد قابل توجهی داشته‌اند که هم بازتاب تورم و هم تغییر ترجیحات غذایی است.

نمودار شماره ۶ تغییرات هزینه گروه نوشابه‌ها، غذاهای آماده و دخانیات را در دوره ۱۸ ساله (۱۳۸۵-۱۴۰۲) بررسی می‌کند. کل هزینه این گروه بیش از ۳۲ برابر افزایش یافته است. هزینه غذاهای آماده و تنقلات از ۱،۲۸۰ تومان به ۳۴،۶۳۶ تومان (۲۷ برابر) و هزینه نوشابه‌ها از ۲۲۶ تومان به ۱۵،۹۳۹ تومان رسیده است. این رشد چشمگیر نشان‌دهنده تحول عمیق در الگوی مصرف به سمت غذاهای فرآوری شده و نوشیدنی‌های صنعتی است.

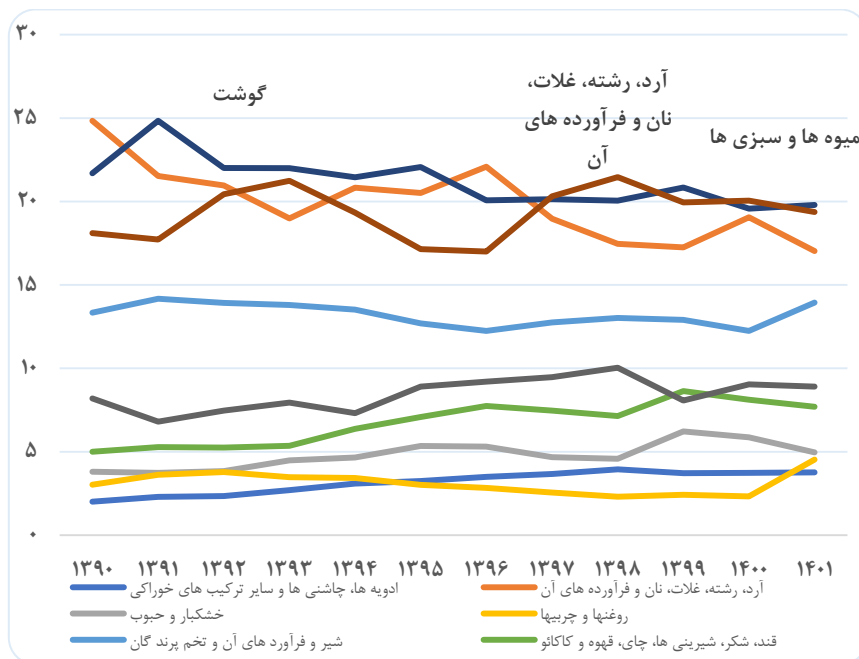
الگوی مصرف خوراکی در تهران ترکیبی از گرایش‌های مثبت (مصرف بیشتر میوه، سبزی و لبنیات) و منفی (افزایش مصرف فست‌فود، تنقلات و نوشابه) را نشان می‌دهد. اگرچه سهم هزینه خوراکی در تهران پایین‌تر از میانگین کشوری است — که نشانه سطح رفاه نسبی بالاتر است — ولی روند افزایشی آن در سال‌های اخیر و نیز رشد قابل توجه هزینه‌های غیرخوراکی، فشار اقتصادی فزاینده بر خانوارهای تهرانی را تأیید می‌کند. این یافته‌ها لزوم توجه سیاستی همزمان به امنیت غذایی، سلامت تغذیه‌ای و کنترل تورم در کلان‌شهر تهران را نمایان می‌سازد.



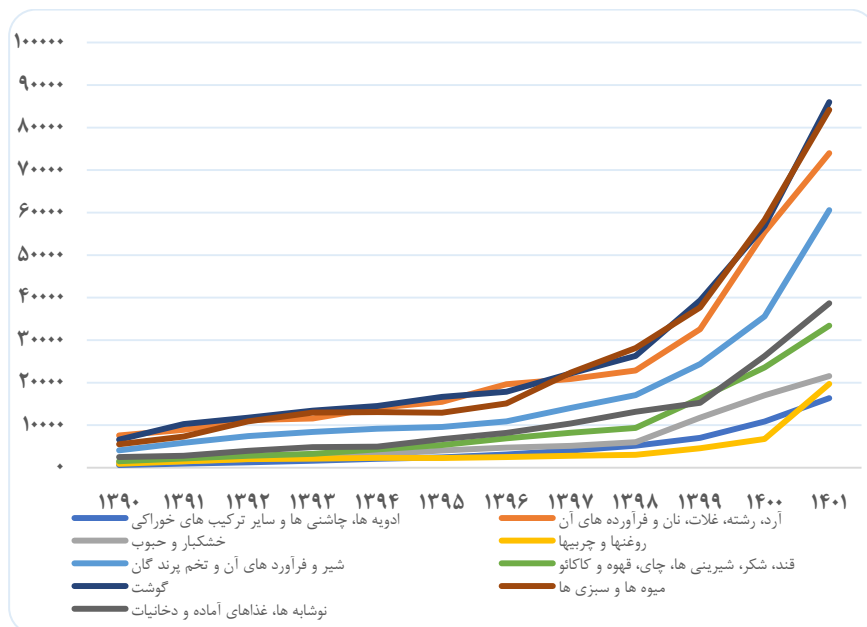
نمودار ۲. درصد هزینه‌های خوراکی از کل هزینه‌های خانوار مناطق شهری استان تهران، ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۲



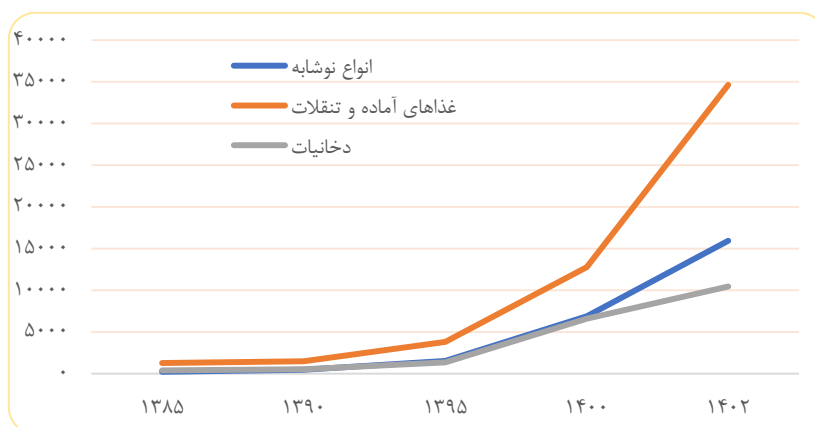
نمودار ۳. متوسط هزینه های خوراکی سالانه خانوار مناطق شهری ایران و تهران، ۱۴۰۱



نمودار ۴. درصد هریک از اقلام خوراکی در هزینه های خوراکی خانوار شهری استان تهران، ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۱



نمودار ۵. متوسط هزینه سالانه هر یک از اقلام خوراکی خانوارهای شهری استان تهران، ۱۳۹۰ تا ۱۴۰۱



نمودار ۶. روند متوسط هزینه های خالص نوشابه ها، غذاهای آماده و دخانیات در یک خانوار شهری در استان تهران، ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۲

۵. نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که الگوی مصرف خوراکی خانوارهای تهرانی در بازه ۱۳۸۵ تا ۱۴۰۲ تحولات چشمگیری را تجربه کرده است. به‌طور کلی، هزینه‌های سالانه خوراکی و دخانی با رشدی شتابان از حدود ۱۵ هزار تومان به بیش از ۵۸۷ هزار تومان رسیده که افزایشی حدود ۳۹ برابری را نشان می‌دهد. این رشد نه تنها ناشی از تورم عمومی و افزایش قیمت‌هاست، بلکه بازتاب تغییرات عمیق در سبک زندگی، ترجیحات غذایی و افزایش مصرف محصولات فرآوری شده نیز هست.

در تحلیل ترکیب سبد مصرفی، دو روند موازی قابل مشاهده است: از یک‌سو، هزینه‌های مربوط به گروه‌های غذایی سالم مانند گوشت (از ۳۶۵۸ به ۱۳۵۰۲۶ تومان)، لبنیات و تخم‌مرغ (از ۲۰۱۸۲ به ۷۶۰۷۵۰ تومان)، میوه و سبزی (از ۳۰۳۸۵ به ۱۰۹۰۴۳۸ تومان) و حبوبات و خشکبار (از ۶۷۷ به ۳۳۰۲۵۶ تومان) افزایشی چشمگیر داشته که نشان‌دهنده تلاش خانوارها برای حفظ کیفیت تغذیه، علی‌رغم فشارهای اقتصادی است. از سوی دیگر، هزینه‌های گروه‌های کم‌ارزش تغذیه‌ای مانند نوشابه‌ها، غذاهای آماده و دخانیات (از ۱۰۹۰۸ به ۶۱۰۰۲۶ تومان)، شیرینی‌ها و قند (از ۸۰۷ به ۴۲۰۷۵۳ تومان) و چاشنی‌های صنعتی (از ۳۵۰ به ۲۰۰۱۵۴ تومان) نیز رشد سریعی داشته که حاکی از گسترش مصرف محصولات فرآوری شده، شیرین و آماده در سبک زندگی شهری است.

این دوگانگی در الگوی مصرف، پیامدهای مهمی برای سلامت عمومی، اقتصاد خانوار و ساختار اجتماعی دارد. از نظر سلامت، افزایش همزمان مصرف مواد سالم و ناسالم می‌تواند به تشدید بیماری‌های غیرواگیری مانند دیابت، چاقی و فشارخون منجر شود. از منظر اقتصادی، فشار هزینه‌ای شدید به‌ویژه بر دهک‌های کم‌درآمد، ممکن است آنان را به حذف اقلام مغذی از سبد غذایی وادار کند و نابرابری تغذیه‌ای را عمق بخشد. از جنبه اجتماعی نیز وابستگی فزاینده به غذاهای آماده و صنعتی، به تضعیف فرهنگ غذایی سنتی و کاهش مهارت‌های آشپزی خانگی می‌انجامد.

برای مواجهه با این چالش‌ها، شهرداری تهران به‌عنوان نهاد مدیریت شهری می‌تواند با اجرای سیاست‌های هدفمند نقش‌آفرینی کند. توسعه بازارهای محلی میوه و سبزی تازه با قیمت مناسب، اجرای برنامه‌های آموزش تغذیه‌ای در سرای محلات و مدارس، نظارت بر کیفیت غذای عرضه شده در فروشگاه‌های فست‌فود و اغذیه‌فروشی‌ها، حمایت از توزیع اقلام سالم مانند حبوبات و لبنیات با قیمت تنظیم شده، گنجاندن بسته‌های تغذیه سالم در حمایت‌های اجتماعی شهرداری و راه‌اندازی سامانه پایش تغذیه شهری از جمله اقدامات پیشنهادی هستند. این

مداخلات یکپارچه می‌تواند در بلندمدت نه تنها به بهبود سلامت شهروندان و کاهش هزینه‌های درمانی بینجامد، بلکه با تقویت سرمایه انسانی و بهره‌وری اجتماعی، به توسعه پایدار شهری کمک شایانی کند.

منابع

- پایگاه خبری فناوری غذا و صنایع تبدیلی کشاورزی ایران (ایفتا) <https://iftati.ir/4>
- پورقادر، م.، عبدالهی، م.، هوشیارراد، آ.، اسفرجانی، ف.، خوش فطرت، م.، ر.، قدسی، د.، عجمی، م.، سبحانی، س.، ر.، میالنی بناب، ع.، اسماعیلی، م.، کاراندیش، م.، محرابی، ی.، آزادبخت، ل.، امیدوار، ن.، وفا، م.، ر.، حسینی، س. م.، پورآرام، ح.، صادقی قطب‌آبادی، ف.، جعفروند، ا.، اسماعیل‌زاده، ا.، فرشیدی، ح. (۱۴۰۲). سید غذایی مطلوب و مقرون‌به‌صرفه پایدار ایران- ۱۴۰۲. مجله علوم تغذیه و صنایع غذایی ایران، ۱۹(۱)، ۱۱-۱۱. <https://nsft.sbm.ac.ir/article-1-3793-fa.html>
- حمزه، ب.، ایزدی، ن.، پاسدار، ی.، و نیازی، پ. (۱۳۹۰). عادات غذایی در زنان دارای اضافه‌وزن و چاق سنین باروری، دانشور پزشکی (نشریه پژوهشی پایه و بالینی)، ۱۹(۶). https://daneshvarmed.shahed.ac.ir/article_1503.html
- رشیدخانی، ب.، رضازاده، آ.، امیدوار، ن.، هوشیار راد، آ.، و ستایشگر، زهره. (۱۳۸۷). رابطه الگوهای غذایی غالب با وضعیت اقتصادی-اجتماعی و جمعیتی در زنان ۲۰ تا ۵۰ ساله شمال شهر تهران. مجله علوم تغذیه و صنایع غذایی ایران، ۳(۲)، ۱-۱۲. https://nsft.sbm.ac.ir/index.php?sid=1&slc_lang=fa
- رضایی، ف. (۱۳۹۲). بازبینی الگوی مصرف تغذیه در استان تهران با رویکرد فرهنگی. پژوهشنامه فرهنگ و جامعه
- شعبان‌زاده خوشرو، م.، و حسینی، س. ص. (۱۴۰۰). الگوی مصرف مواد غذایی، دریافت مواد مغذی و امنیت غذایی در کلانشهر تهران. دوازدهمین کنفرانس تخصصی ملی اقتصاد کشاورزی، سندج. <https://civilica.com/doc/1798445/download>
- عبدی، ف.، عطاردی کاشانی، ز.، میرمیران، پ.، و استکی، ت. (۱۳۹۴). بررسی و مقایسه الگوی مصرف غذایی در ایران و جهان: یک مقاله مروری. مجله علوم زیست‌پزشکی پیشرفته، ۵(۲). <https://sid.ir/paper/203903/fa>

- مهاجری، م.، حیدرآبادی، ا.، و رحمانی فیروزجاه، ع. (۱۳۹۹). تبیین جامعه‌شناختی الگوهای غذایی شهر تهران. برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، ۴۳، ۳۲-۱.
https://journals.atu.ac.ir/article_12127.html
- نصیری، م. (۱۴۰۲). بررسی الگوی مصرف و درآمد خانوارهای استان تهران. معاونت بررسی‌های اقتصادی اتاق بازرگانی صنایع معادن و کشاورزی استان تهران.
<https://cdn.isna.ir/d/2023/11/14/0/62802266.pdf?ts=1699959316786>
- واعظ مهدوی، ز.، راغفر، ح.، امامی جزه، ک.، حاجی‌نبی، کامران. (۱۴۰۰). تخمین تقاضای غذا در بیستک‌های درآمدی در ایران. فصلنامه علمی پژوهشی رفاه اجتماعی، ۲۱(۸۱)، ۳۲۷-۲۸۷
<https://refahj.uswr.ac.ir/article-1-3851-fa.html>

References

- Abdi, F., Attarodi Kashani, Z., Mirmiran, P., & Estaki, T. (2015). Study and comparison of food consumption patterns in Iran and the world: A review article. Journal of Advanced Biomedical Sciences, 5(2), 1–18. (in Persian) <https://sid.ir/paper/203903/fa>
- Agudo, A., & Pera, G. (1999). Vegetable and fruit consumption associated with anthropometric, dietary and lifestyle factors in Spain. EPIC Group of Spain. Public Health Nutrition, 2(3), 263–271. <https://doi.org/10.1017/S1368980099000353>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). (1996). Rome Declaration on World Food Security and World Food Summit Plan of Action. World Food Summit. <http://www.fao.org/3/w3613e/w3613e00.htm>
- Ghassemi, H., Harrison, G., & Mohammad, K. (2002). An accelerated nutrition transition in Iran. Public Health Nutrition, 5(1A), 149–155. <https://doi.org/10.1079/PHN2001287>
- Ghassemi, H., Harrison, G., & Mohammad, K. (2002). An accelerated nutrition transition in Iran. Public Health Nutrition, 5(1A), 149–155. (in Persian) <https://doi.org/10.1079/PHN2001287>
- Hamzeh, B., Izadi, N., Pasdar, Y., & Niazi, P. (2011). Dietary habits in overweight and obese women of reproductive age. Daneshvar Medicine: Basic and Clinical Research Journal, 19(6), 87–96. (in

Persian) https://daneshvarmed.shahed.ac.ir/article_1503.html

- Hawkes, C. (2007). Globalization, food and nutrition transitions. *Globalization and Health*, 3(1), 5. <https://doi.org/10.1186/1744-8603-3-5>
- Hawkes, C. (2007). Globalization, food and nutrition transitions. *Globalization and Health*, 3(1), 5. (in Persian) <https://doi.org/10.1186/1744-8603-3-5>
- Iran Food Technology and Agricultural Processing Industries News Base (IFTA). (n.d.). Iranian food industry news and statistics. Retrieved October 26, 2023, from <https://iftati.ir/>
- Mohajeri, M., Hyderabadi, E., & Rahmani Firouzjah, A. (2019). Sociological explanation of food patterns in Tehran. *Welfare and Social Development Planning*, 43, 1–32. (in Persian) https://journals.atu.ac.ir/article_12127.html
- Monteiro, C. A., Cannon, G., Moubarac, J.-C., Levy, R. B., Louzada, M. L. C., & Jaime, P. C. (2019). Ultra-processed foods: What they are and how to identify them. *Public Health Nutrition*, 22(5), 936–941. <https://doi.org/10.1017/S1368980018003762>
- Mozaffarian, D., Hao, T., Rimm, E. B., Willett, W. C., & Hu, F. B. (2011). Changes in diet and lifestyle and long-term weight gain in women and men. *The New England Journal of Medicine*, 364(25), 2392–2404. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa1014296>
- Mozaffarian, D., Hao, T., Rimm, E. B., Willett, W. C., & Hu, F. B. (2011). Changes in diet and lifestyle and long-term weight gain in women and men. *The New England Journal of Medicine*, 364(25), 2392–2404. (in Persian) <https://doi.org/10.1056/NEJMoa1014296>
- Noshad, M., Hosseini Pouraram, S. M., Sadeghi Ghotbabadi, F., Jafarvand, E., Esmaeilzadeh, A., & Farshidi, H. (2023). Iran's sustainable and affordable desirable food basket - 2023. *Iranian Journal of Nutrition Sciences and Food Technology*, 19(1), 1–11. (in Persian) <https://doi.org/10.52547/nsft.19.1.1>
- Nasiri, M. (2023). Survey of household consumption and income patterns in Tehran province. Deputy of Economic Surveys, Chamber of Commerce, Mining Industries and Agriculture of Tehran Province. (in Persian)

- Popkin, B. M. (2006). Global nutrition dynamics: The world is shifting rapidly toward a diet linked with noncommunicable diseases. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 84(2), 289–298. <https://doi.org/10.1093/ajcn/84.1.289>
- Popkin, B. M. (2006). Global nutrition dynamics: The world is shifting rapidly toward a diet linked with noncommunicable diseases. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 84(2), 289–298. (in Persian) <https://doi.org/10.1093/ajcn/84.1.289>
- Pourghaderi, M., Abdollahi, M., Houshyarrad, A., Esfarjani, F., Khoshfetrat, M. R., Ghodsi, D., Ajami, M., Sobhani, S. R., Milani, B. A., Esmaeili, M., Karandish, M., Mehrabi, Y., Azadbakht, L., Omidvar, N., & Nourallahi, M. R. (2023). Iran's sustainable and affordable desirable food basket - 2023. *Iranian Journal of Nutrition Sciences and Food Technology*, 19(1), 1–11. (in Persian) <https://nsft.sbm.ac.ir/article-1-3793-fa.html>
- Rashidkhani, B., Azimzadeh, S., Omidvar, N., Houshyarrad, A., & Setayeshgar, Z. (2008). Relationship between dominant dietary patterns and socio-economic and demographic status in women aged 20 to 50 in northern Tehran. *Iranian Journal of Nutrition Sciences and Food Technology*, 3(2), 1–12. (in Persian) https://nsft.sbm.ac.ir/index.php?sid=1&slc_lang=fa
- Rezaei, F. (2013). Review of nutritional consumption patterns in Tehran province with a cultural approach. *Journal of Culture and Society*, 5(10), 45–60. (in Persian)
- Shabanzadeh Khoshroudi, M., & Hosseini, S. S. (2011, February). Food consumption patterns, nutrient intake and food security in Tehran metropolis [Conference presentation]. 12th National Conference on Agricultural Economics, Sanandaj, Iran. (in Persian) <https://civilica.com/doc/179844>
- Tafreshi Karimi, M. (2020). National consumption trends of carbonated beverages in Iran. *Iranian Journal of Public Health*, 49(3), 312–320. (in Persian) <https://doi.org/10.18502/ijph.v49i3.3199>
- Tafreshi Karimi, M. (2020). National consumption trends of carbonated beverages in Iran. *Iranian Journal of Public Health*, 49(3), 312–320. <https://doi.org/10.18502/ijph.v49i3.3199>

- Vaez Mahdavi, Z., Raghfar, H., Emami Jazeh, K., & Haji Nabi, K. (2021). Estimating food demand in income groups in Iran. *Social Welfare Quarterly*, 21(81), 287–327. (in Persian) <https://refahj.uswr.ac.ir/article-1-3856-fa.html>
- World Health Organization (WHO). (2020, April 29). Healthy diet. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>