



Tisková zpráva

Preference ve stravování českých občanů – Potraviny 2025

- ⊙ Naprostá většina českých občanů uvádí, že je pro ně důležité, jakým způsobem se stravují (92%), přičemž pro dvě pětiny je to rozhodně důležité.
- ⊙ Naprostou většinu dotazovaných druhů potravin či složek konzumuje více než polovina českých spotřebitelů zcela bez omezení nebo jen s občasným omezením. Jedinou výjimkou jsou potraviny obsahující palmový olej, u nichž uvedl srovnatelný podíl respondentů spotřebu bez omezení či jen občasné omezení (46 %) a časté omezení nebo úplné vynechávání z jídelníčku (46 %).
- ⊙ Konzumaci potravin s vysokým obsahem tuku omezuje nebo zcela vylučuje 39 % respondentů, potraviny obsahující (částečně) ztužené tuky rovněž 39 %, potraviny s přidaným cukrem omezuje 44 %, a potraviny s palmovým olejem 46 %.
- ⊙ Jako hlavní důvod pro vynechávání určitých potravin uváděli respondenti nejčastěji jejich negativní vliv na zdraví – nejvíce u částečně ztužených tuků (53 %), cukru a potravin s přidaným cukrem (51 %), uzenin (50 %), potravin s vysokým obsahem tuku (49 %) a potravin s palmovým olejem (45 %).
- ⊙ Snížení hmotnosti bylo častou motivací zejména pro vynechávání pečiva (47 %), ale i dalších kategorií jako jsou potraviny s vysokým obsahem tuku (35 %), cukr a potraviny s přidaným cukrem (36 %), uzeniny (26 %), potravin obsahujících ztužené tuky (24 %) a mléčné výrobky (19 %).
- ⊙ V případě mléka a mléčných výrobků nicméně dominovalo zdravotní omezení nebo doporučení lékaře (33 %) a u exotického či mimosezónního ovoce byly hlavním důvodem finanční náklady (53 %).

Zpracovala:

Monika Kyselá

Centrum pro výzkum veřejného mínění, Sociologický ústav AV ČR, v. v. i.

Tel.: 210 310 587; e-mail: monika.kysela@soc.cas.cz



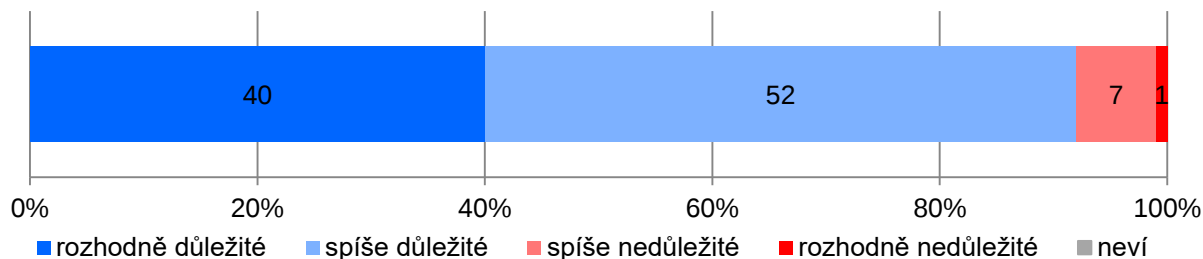
Ve výzkumu realizovaném prostřednictvím pravděpodobnostního online Panelu Naše společnost zařadilo v březnu 2025 Centrum pro výzkum veřejného mínění Sociologického ústavu AV ČR otázky ze Strategie AV21 Udržitelná produkce a spotřeba potravin. Šetření se zaměřilo celkově na názory a postoje české veřejnosti k nakupování potravin, obalovým materiálům a preferencím týkajícím se nákupů. Část výzkumu prezentovaná v této tiskové zprávě zjišťovala preference týkající se osobního stravování, zda lidé omezují některé složky stravy a z jakých důvodů a také nakolik jsou čeští občané obeznámeni s tzv. novými potravinami (novel food)¹ a zda tyto druhy potravin zahrnují pravidelně do svého jídelníčku.

¹ Novel food (nové potraviny) jsou potraviny, které byly v Evropské unii nebo jiných oblastech nové nebo dosud neznámé a začaly se konzumovat až po roce 1997. To znamená, že tyto potraviny nemají dlouhou historii konzumace a nebyly běžně součástí stravy před tímto obdobím. Mezi příklady novel food patří: Nové druhy rostlin nebo zvířat, které se dosud nejedly (například nové druhy řas, hmyzu nebo neobvyklé ovoce). Nové technologie zpracování potravin, jako jsou potraviny vytvořené pomocí genetického inženýrství nebo nové způsoby extrakce. Nové složky, jako jsou speciální doplňky stravy, které byly dříve neznámé.

Jak se Češi stravují?

V úvodu bloku o stravování jsme položili respondentům obecnou otázku, nakolik je pro ně důležité, jak se stravují. Z odpovědí zaznamenaných v grafu 1 vyplývá, že naprostá většina (92 %) českých občanů považuje svůj způsob stravování za důležitý, přičemž pro dvě pětiny (40 %) je způsob stravování rozhodně důležitý a pro více než polovinu (52 %) spíše důležitý. Naopak za nedůležitý svůj způsob stravování označila méně než desetina, přičemž 7 % jej má za spíše nedůležitý a zcela nedůležitý je podle pouhého 1 % dotázaných.

Graf 1: Je pro Vás důležité, nebo nedůležité, jak se stravujete?² (%)



Zdroj: CVVM SOÚ AV ČR, Panel Naše společnost PNS_2503, 1037 respondentů starších 15 let, online dotazování CAWI + osobní dotazování CAPI.

Detailní analýza ukázala, že stravování považují častěji za rozhodně důležité ženy oproti mužům (43 % ženy, 37 % muži). Za rozhodně důležitý svůj způsob stravování považují také lidé s vysokoškolským vzděláním a lidé považující plýtvání potravinami za velký problém. Naopak za rozhodně nedůležité označili svůj způsob stravování lidé, kteří zároveň uvedli, že obtížně vycházejí s příjmy.

Další otázkou jsme zjišťovali, zda se respondenti snaží cíleně vynechávat nebo omezovat ve svém jídelníčku určité druhy potravin nebo je naopak konzumují bez omezení. Výsledky zachycuje graf 2. Naprostou většinu dotazovaných druhů potravin či složek konzumují čeští spotřebitelé zcela bez omezení nebo jen s občasným omezením, což uvedla nadpoloviční většina z nich. Jedinou výjimkou jsou potraviny obsahující palmový olej, u nichž uvedl srovnatelný podíl respondentů spotřebu bez omezení či jen občasné omezení (46 %, v tom 18 % bez omezení a 28 % občas omezuje) a časté omezení nebo úplné vynechávání z jídelníčku (46 %, v tom 28 % často omezuje a 18 % vůbec nejlí).

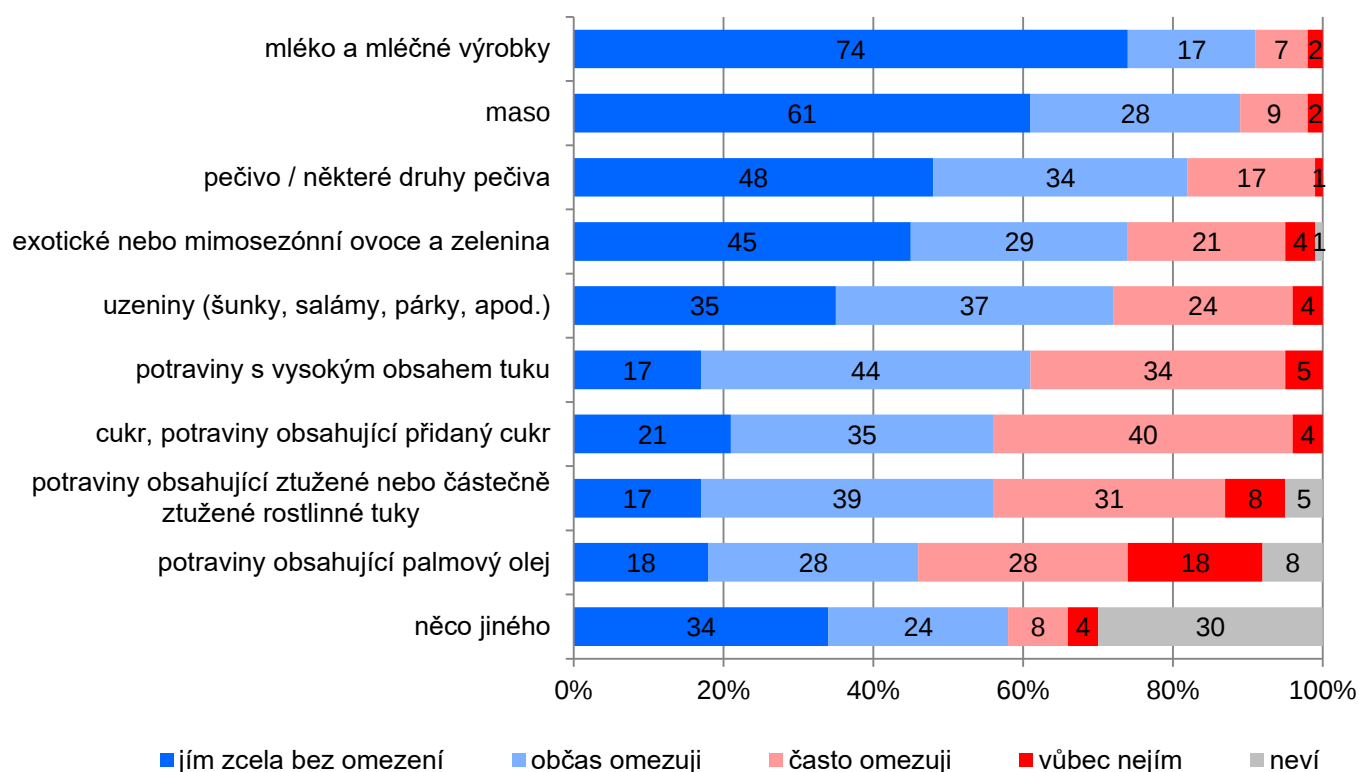
Mezi nejméně omezované druhy potravin se řadí na prvním místě mléko a mléčné výrobky (74 % je konzumuje zcela bez omezení), za nimi maso, které jí zcela bez omezení více než tři pětiny (61 %) dotázaných. Méně než polovina dotázaných jí zcela bez omezení pečivo (48 %) a podobný podíl (45 %) neomezuje v jídelníčku také exotické či mimosezónní ovoce a zeleninu. Více než třetina (35 %) konzumuje bez omezení uzeniny. Naopak mezi nejčastěji omezované potraviny, přičemž jejich konzumaci omezuje často nebo zcela skoro dvě pětiny dotázaných, patří potraviny s vysokým obsahem tuku (39 % omezuje často nebo je vůbec nejlí), necelé dvě pětiny (39 %) se také často nebo vždy vyhýbají potravinám obsahujícím plně nebo částečně ztužené tuky. Další omezovanou přísadou je také cukr, případně potraviny obsahující přidaný cukr (44 % často omezuje nebo vůbec nejlí), a necelá polovina (46 %) se vyhýbá potravinám s palmovým olejem.

V podrobnějším třídění je zřejmé, že obecně k omezování přistupují častěji ženy, zatímco muži u jednotlivých druhů potravin častěji uváděli konzumaci bez omezení. Z hlediska věku stojí za zmínku zvyšující se podíl lidí omezujících exotické nebo mimosezónní ovoce spolu s vyšším věkem. K úplnému vyřazení uzenin, cukru a exotického či mimosezónního ovoce častěji přistupují respondenti, kteří jsou na mateřské / rodičovské dovolené.

Pokud respondenti uvedli, že omezují jiné potraviny, uváděli polotovary a instantní jídla, potraviny obsahující „éčka“ či fast food, také se v odpovědích objevily potraviny obsahující lepek, potraviny s GMO složkami, případně také alkohol nebo jiné specifické druhy potravin typu mořské plody, med, houby či sója.

² Znění otázky: „Je pro Vás důležité, nebo nedůležité, jak se stravujete?“ Možnosti odpovědí: Rozhodně důležité, spíše důležité, spíše nedůležité, rozhodně nedůležité, nevím.

Graf 2: Omezované druhy potravin³ (%)



Pozn. Položky v grafu jsou řazeny podle součtu podílu odpovědí „jím zcela bez omezení“ + „občas omezují“.

Zdroj: CVVM SOÚ AV ČR, Panel Naše společnost PNS_2503, 1037 respondentů starších 15 let, online dotazování CAWI + osobní dotazování CAPI.

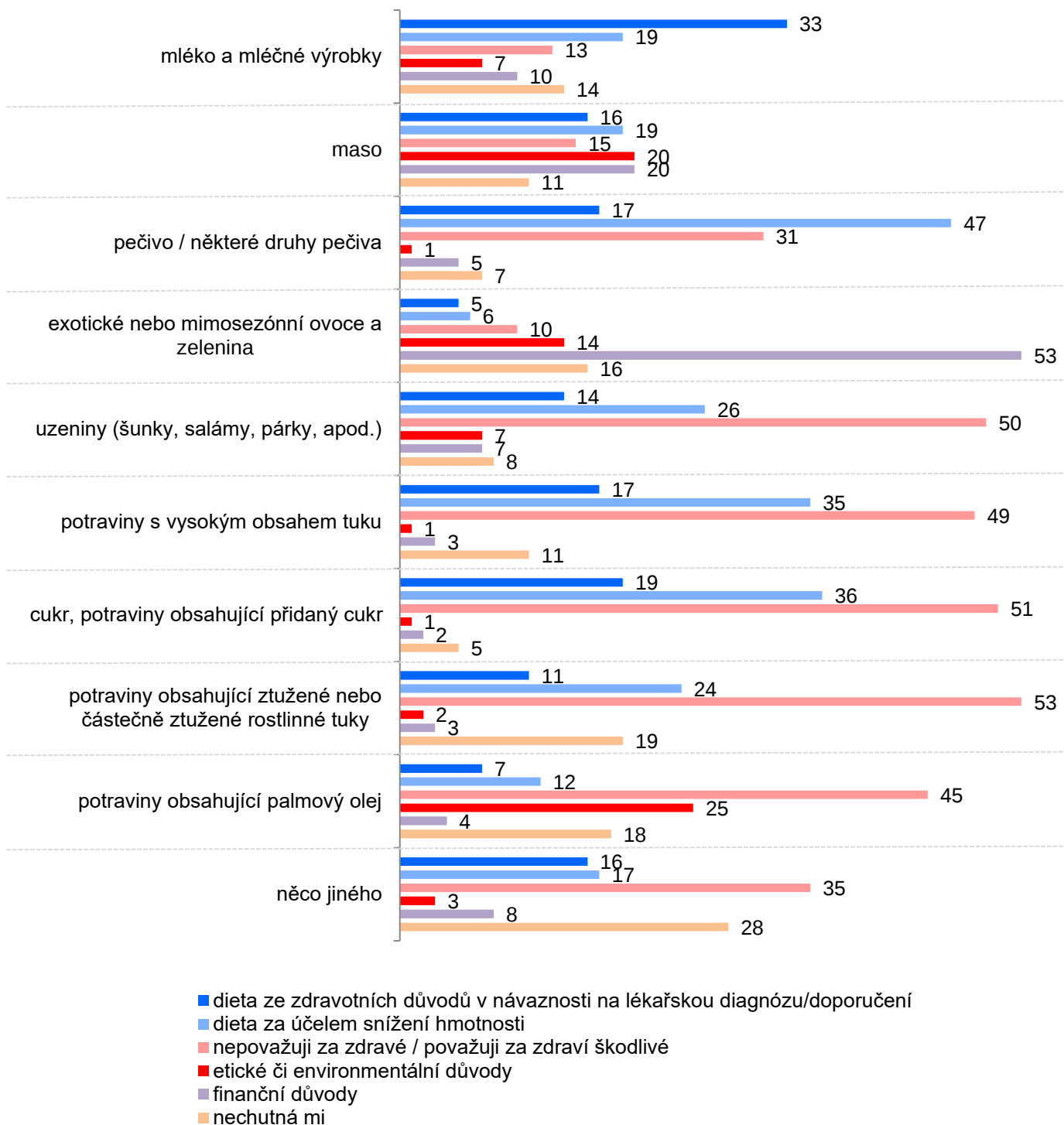
Zajímalo nás také zdůvodnění omezování či vynechávání konkrétních složek či potravin z jídelníčku. Obecně převládalo zdůvodnění, že respondent nepovažuje danou potravinu za zdravou nebo je dle jeho názoru přímo zdraví škodlivá. Konkrétní zaznamenané důvody zobrazuje graf 3.

Argument zdravotní škodlivosti se objevoval zejména pro částečně ztužené rostlinné tuky (53 % uvedlo, že je vynechávají kvůli škodlivému vlivu na zdraví), cukr či potraviny s přidaným cukrem (51 %), uzeniny (50 %), potraviny s vysokým obsahem tuku (49 %), potraviny obsahující palmový olej (45 %), případně jiné vynechávané potraviny mimo nabízený seznam (35 %). Mezi frekventovaná zdůvodnění patří i úprava stravy za účelem snížení hmotnosti, což byl dominantní důvod pro omezování pečiva (47 %) a také druhý nejčastější důvod pro vynechávání mléka a mléčných výrobků (19 %), uzenin (26 %), potravin s vysokým obsahem tuku (35 %), cukru a potravin s přidaným cukrem (36 %) i potravin se ztuženými rostlinnými tuky (24 %).

V případě mléka a mléčných výrobků převládá zdůvodnění zdravotním omezením / doporučením lékaře (33 %). Finanční důvody převládaly u omezení spotřeby exotického či mimosezónního ovoce (53 %). Etické a enviromentální důvody byly nejčastěji zmíněny v případě omezování potravin obsahujících palmový olej (25 % lidí, kteří takové potraviny omezují tak činí právě z tohoto důvodu), masa (20 %) a mimosezónního nebo exotického ovoce či zeleniny (14 %). U omezování „jiných“ potravin, tedy těch, které jsme nenabízeli v seznamu, převládalo zdůvodnění, že je respondenti nekonzumují, protože je nepovažují za zdravé, na druhém místě zmiňovali, že jim daná potravina nechutná, na třetím místě se pak umístila snaha dodržovat doporučení lékařů a snaha snížit svou hmotnost.

³ Znění otázky: „Lidé přistupují ke svému stravování různými způsoby. Nyní nás zajímá, co zohledňujete ve svém jídelníčku Vy. Vyhýbáte se, nebo omezujete ve své stravě následující druhy potravin? a) pečivo, nebo některé druhy pečiva, b) maso, c) uzeniny (šunky, salámy, párky apod.), d) mléko a mléčné výrobky, e) potraviny s vysokým obsahem tuku, f) cukr, potraviny obsahující přidaný cukr, g) potraviny obsahující palmový olej, h) potraviny obsahující ztužené nebo částečně ztužené rostlinné tuky, i) exotické nebo mimosezónní ovoce a zelenina, j) Něco jiného. Uvedte co?“ Možnosti odpovědi: Tento druh potravin: vůbec nejím, často omezují, občas omezují, jím zcela bez omezení.

Graf 3: Důvody pro vyřazování jednotlivých druhů potravin⁴ (%)



Zdroj: CVVM SOÚ AV ČR, Panel Naše společnost PNS_2503, 1037 respondentů starších 15 let, online dotazování CAWI + osobní dotazování CAPI.

Pozn. Položky v grafu jsou řazeny podle podílu odpovědí „jím zcela bez omezení“ + „občas omezují“. Na otázku opovídali pouze respondenti, kteří v předchozí otázce uvedli, že daný druh potravin omezují či vůbec nekonzumují, respondenti mohli vybrat více důvodů.

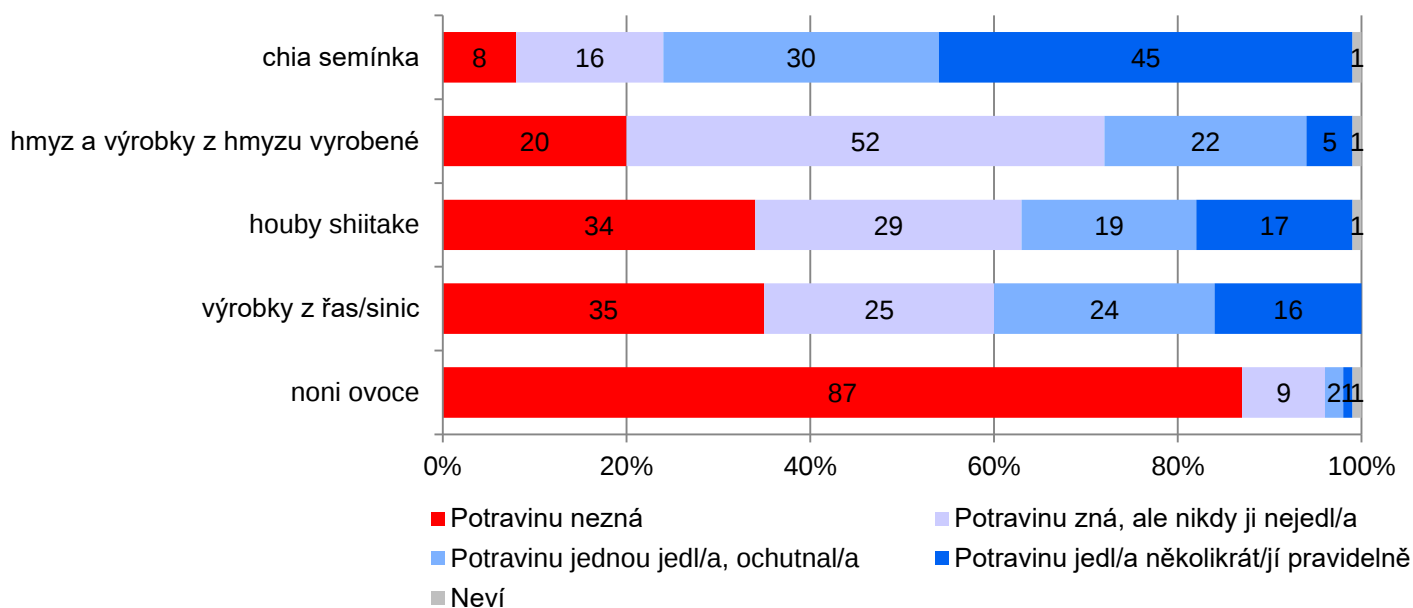
⁴ Znění otázky: „Jaké důvody Vás vedou k tomu, že ve svém jídelníčku vynecháváte nebo omezujete tuto potravinu?“ Možnosti odpovědi: dieta ze zdravotních důvodů v návaznosti na lékařskou diagnózu/doporučení, dieta za účelem snížení hmotnosti, nepovažuji za zdravé / považuji za zdraví škodlivé, etické či environmentální důvody, finanční důvody, nechutná mi.

V poslední prezentované otázce jsme se ptali na tzv. nové potraviny, konkrétně jsme zjišťovali, nakolik jsou respondentům známe, případně zda a nakolik je zařazují do svých jídelníčků.

Nejznámější z dotazovaných nových potravin jsou dle výsledků v grafu 4 chia semínka, která nezná méně než desetina respondentů (8 %), naopak pravidelně je konzumuje téměř polovina (45 %) a další téměř třetina (30 %) je minimálně ochutnala, což z chia semínek dělá zdaleka nejpobulárnější novou potravinu z našeho seznamu. Druhou nejznámější novou potravinou je hmyz a jedlé výrobky z něj, které jsou známe čtyřem pětina dotázaných, přičemž je ale vyzkoušela jen menší část z nich. Více než polovina (52 %) dotázaných potraviny z hmyzu zná, ale nikdy je neochutnala, další přibližně pětina (22 %) je alespoň jednou ochutnala a pouze 5 % je konzumuje pravidelně. Ačkoli jsou tedy potraviny z hmyzu druhé nejznámější, nepatří zároveň mezi nejčastěji konzumované. Na třetím místě jsou co do známosti houby shiitake, a také výrobky z řas/sinic, které zná srovnatelný podíl českých občanů (66 % a 65 %). Obojí je také konzumováno častěji, než tomu je v případě hmyzu. Houby shiitake vyzkoušela necelá pětina (19 %) dotázaných a pravidelně je konzumuje podobný podíl (17 %). Výrobky z řas nebo sinic vyzkoušela téměř čtvrtina (24 %) a pravidelně je konzumuje 16 % občanů. Zcela nejméně známé je noni ovoce, které bylo v téměř devíti desetinách případů respondentů neznámé.

Pro většinu nových potravin platí, že je obecně častěji znaly ženy, které také častěji zařazují do svých jídelníčků chia semínka a výrobky z řas a sinic. Naopak muži oproti ženám častěji uvedli, že vyzkoušeli některou z potravin obsahující hmyz. Z hlediska věkových skupin jsou častějšími konzumenty hmyzu či výrobků obsahujících hmyz lidé z nejmladších věkových kategorií 15-19 a 20-29 let, chia semínka konzumují častěji občané mladší 54 let a to poměrně vyrovnaně napříč věkovými kategoriemi, naopak lidé nad 65 let uváděli výrazně častěji, že chia semínka neznají nebo je znají, ale zatím neochutnali.

Graf 4: Obeznamenost s tzv. novými potravinami (novel food)⁵ (%)



Pozn. Položky v grafu jsou seřazeny od nejznámější po nejméně známou, tedy podle podílu odpovědi „potravinu neznám“ od nejmenšího po největší podíl.

Zdroj: CVVM SOÚ AV ČR, Panel Naše společnost PNS_2503, 1037 respondentů starších 15 let, online dotazování CAWI + osobní dotazování CAPI.

⁵ Znění otázky: "V posledních letech se v nabídce obchodů objevily potraviny nového typu (tzv. novel food). Znáte a konzumujete některé z těchto potravin: výrobky z řas nebo sinic např. Chlorella, Spirulina, Kombu, nori, wakame, hijiki, Agar-agar, Fukoidan, Seawood snacks, hmyz a jeho produkty (tyčinky, mouka apod.), chia semínka, houby shiitake, noni ovoce. Nabídka odpovědí: Potravinu neznám, potravinu znám, ale nikdy jsem ji nejedl, potravinu jsem jednou jedl/ochutnal, potravinu jsem jedl několikrát/jím pravidelně.

Technické parametry výzkumu

Výzkum:	Panel Naše společnost, PNS_2503
Realizátor:	Centrum pro výzkum veřejného mínění, Sociologický ústav AV ČR, v. v. i.
Projekt:	Strategie AV21 „Udržitelná produkce a spotřeba potravin“
Termín terénního šetření:	14. 3. 2025 – 26. 3. 2025
Výběr respondentů:	Vícestupňový stratifikovaný náhodný výběr
Strata:	Kraj (NUTS 3), velikost místa bydliště
Opora výběru:	Registr sčítacích obvodů a budov
Zdroj pro vážení dat:	Designové váhy zohledňují počet osob v domácnosti a kalibrační váhy zohledňující křížení velikosti místa bydliště proti NUTS2, a dále věk, vzdělání, pohlaví
Zdroj dat pro vážení:	Český statistický úřad
Reprezentativita:	Obyvatelstvo ČR ve věku od 15 let
Počet dotázaných:	1037
Metoda sběru dat:	Online dotazování CAWI + osobní dotazování CAPI
Výzkumný nástroj:	Standardizovaný dotazník
Otázky:	PL_80, PL_130, PL_131, PL_132
Kód tiskové zprávy:	or250611
Zveřejněno dne:	11. června 2025
Zpracoval:	Monika Kyselá

Slovníček pojmů:

Popis výběru respondentů do Panelu naše společnost – Respondenti panelu jsou získáváni pomocí vícestupňového stratifikovaného výběru skupin s opakováním. Oporou výběru je Registr sčítacích obvodů a budov (RSO). Strata výběru jsou kraje ČR křížené s velikostí obce (66 strat). V rámci každého strata je primární jednotka výběru obec. Při výběru obce je zohledňován její počet obyvatel (větší obec má větší pravděpodobnost výběru) a výběr umožňuje opakování výběru obce. V rámci obce je vždy vybráno náhodně 6 adres budov opět s pravděpodobností podle počtu obyvatel budovy (s opakováním). V budově je náhodně vybrána jedna domácnost (bez opakování) a v domácnosti je náhodně vybrán jeden její člen. Tento postup společně s designovými vahami zohledňujícími počet obyvatel domácnosti a post-stratifikačními vahami zajišťuje reprezentativitu výběru vzhledem k cílové populaci.

Reprezentativní výběr je takový výběr z celé populace, z jehož vlastností se dá platně usuzovat na vlastnosti celé populace. V našem případě to tedy znamená, že respondenti jsou vybráni tak, abychom zjištěné údaje mohli zobecnit na obyvatele České republiky starší 15 let.

Vážení dat – způsob zvýšení reprezentativity souboru vzhledem k vybraným charakteristikám populace pomocí přiřazení váhy každému respondentovi. Váhy jsou vytvářeny pomocí metody iterativního proporčního vážení a pohybují se v rozsahu 0,333 až 3.

Centrum pro výzkum veřejného mínění (CVVM) je výzkumným oddělením Sociologického ústavu AV ČR, v.v.i.. Jeho historie sahá do roku 1946, kdy jako součást Ministerstva informací začal fungovat Československý ústav pro výzkum veřejného mínění. Současné Centrum vzniklo v roce 2001 převedením svého předchůdce (IVVM) z Českého statistického úřadu do Sociologického ústavu AV ČR, v.v.i.. Včlenění do vědecké instituce zaručuje kvalitní odborné zázemí a kredit pracoviště; jako součást akademického prostředí musí CVVM SOÚ AV ČR, splňovat veškeré nároky a dosahovat tak té nejvyšší odborné úrovně. Hlavní náplní práce oddělení je výzkumný projekt Naše společnost, v jehož rámci je prováděno deset šetření ročně. Jedná se o průzkum veřejného mínění na reprezentativním vzorku české populace od 15 let, kterého se vždy účastní přibližně 1000 respondentů. Omnibusová podoba dotazníku umožňuje pokrýt velkou šíři námětů, a do šetření jsou proto pravidelně řazena politická, ekonomická i další obecně společenská témata. Jsou využívány jak opakované otázky, které umožňují sledovat vývoj zkoumaných jevů, tak náměty nové, reagující na aktuální dění. Díky dlouhodobému a kontinuálnímu charakteru je tento vědecký projekt zkoumání veřejného mínění v České republice ojedinělý.

„Aktivita byla podpořena Strategii Akademie věd AV21 v rámci výzkumného programu „Udržitelná produkce a spotřeba potravin“. <http://www.potravinavav21.cz/>