

## סל מזון בריא בישראל

ג'נטה אזרייבה, בן אוריון, רבקה גולדשמיט, אבידור גינסברג,  
רן מילמן ודב צ'רניחובסקי

---

פרק מתוך "דוח מצב המדינה" 2016

ירושלים, טבת תשע"ו, דצמבר 2016

## מרכז טאוב לחקר המדיניות החברתית בישראל

מרכז טאוב נוסד ב-1982 ביוזמתם של הרברט מ' סינגר, הנרי טאוב וארגון הג'וינט האמריקאי. המרכז ממומן באמצעות קרן צמיתה שהוקמה על ידי קרן הנרי ומרלין טאוב, קרן הרברט ונל סינגר, ג'ין וג'ון קולמן, קרן משפחת קולקר-סקסון-הלוק, קרן משפחת מילטון א' ורוזלין ז' וולף וארגון הג'וינט האמריקאי.

מרכז טאוב מעמיד בפני מקבלי ההחלטות המובילים בארץ ובפני הציבור הרחב תמונה כוללת, המשלבת בין הממדים החברתיים והכלכליים בהתוויית המדיניות הציבורית. הצוות המקצועי של המרכז וצוותי המדיניות הבין-תחומיים, הכוללים חוקרים בולטים בתחומם באקדמיה ומומחים מובילים בתחומי המדיניות, עורכים מחקרים ומעלים חלופות למדיניות בנושאים חברתיים-כלכליים מרכזיים העומדים על סדר היום במדינה. המרכז מציג ניתוחים אסטרטגיים לטווח ארוך והערכות של חלופות למדיניות בפני הציבור ובפני מקבלי ההחלטות על ידי כתבות בתקשורת, תוכנית פרסומים פעילה, כנסים ופעילויות אחרות בישראל ובח"ל.

פרסום זה, ככל פרסומי המרכז, הוא על דעתם ואחריותם של מחבריו בלבד. אין בו כדי לחייב את המרכז, את חבר הנאמנים שלו, את עובדיו האחרים ואת התומכים בפעולותיו.

כתובת המרכז: רחוב האר"י 15, ירושלים  
טלפון: 02-567-1818  
פקס: 02-567-1919

דואר אלקטרוני: [info@taubcenter.org.il](mailto:info@taubcenter.org.il)  
אתר אינטרנט: [www.taubcenter.org.il](http://www.taubcenter.org.il)

## סל מזון בריא בישראל

ג'נטה אזרייבה, בן אוריון, רבקה גולדשמיט, אבידור גינסברג,  
 רן מילמן ודב צ'רניחובסקי\*

### תקציר

פרק זה מתווה לראשונה בישראל מאפיינים לסל מזון בריא בסיסי. בתחילה דן הפרק בפירוט במרכיבים אפשריים לסל, על בסיס המלצות משרד הבריאות לתזונה נכונה ומאוזנת. לאחר מכן מפורטים מחירי המצרכים הנכללים בסל, ונערך חישוב שמטרתו להעריך את עלות מימון הסל לנפש. בהתבסס על עלות זו נבדקת יכולתם הכלכלית של משקי בית בהרכבים דמוגרפיים שונים וברמות הכנסה שונות לממן את רכישת הסל. התוצאות מראות כי בשלושת המימוני ההכנסה הגבוהים רמת ההכנסה הממוצעת מאפשרת את רכישת הסל הבריא, גם אם בפועל נרכשים מוצרי מזון אחרים בשל העדפות או חוסר מודעות. לעומת זאת, נראה כי לחמישון העני ביותר קשה לממן את עלותו של סל מזון בריא בסיסי לכל בני המשפחה, במגבלת ההכנסות וההוצאות האחרות הדרושות לניהול משק בית.

\* ד"ר ג'נטה אזרייבה, חוקרת אורחת במרכז טאוב; רו"ח בן אוריון ורו"ח רן מילמן, מתנדבים במרכז טאוב; רבקה גולדשמיט, אחראית-העל של סקרי מב"ת במשרד הבריאות; אבידור גינסברג, המחלקה לתזונה במשרד הבריאות; דב צ'רניחובסקי, חוקר ראשי ויו"ר תכנית מדיניות הבריאות במרכז טאוב. המסמך נכתב בהנחיית משרד הבריאות על בסיס שיתוף פעולה רב-תחומי. תודתנו נתונה לצבי בלוי מאש"ל ירושלים, לדורית אדלר ממועצה הלאומית לביטחון תזונתי ולעינת גבע מארגון "לתת" על הסיוע בעבודה.

## מבוא

כחמישית מהמשפחות בישראל, שבהן כשליש מהילדים במדינה, מדווחות על אי-ביטחון תזונתי (אנדבלד ואחרים, 2014). לפי מבחני הכנסה והוצאה של המועצה הלאומית לביטחון תזונתי, כ-110 אלף בתי אב בישראל נמצאו ראויים לסיוע ברכישת מזון ב-2012 (המועצה הלאומית לביטחון תזונתי בישראל, 2014). אחת הסיבות לכך היא העלייה המהירה והמשמעותית במחירי המזון בין 2005 ל-2011. במהלך תקופה זו המחירים של מרבית קבוצות המזון נעשו יקרים יותר מאשר במדינות ה-OECD: מוצרי החלב בישראל, שהיו יקרים ב-6 אחוזים בלבד מב-OECD ב-2005, הגיעו ב-2011 לרמת מחירים הגבוהה ב-51 אחוז מהמוצע במדינות ה-OECD. באותן שנים הלחם, הדגנים ומוצרי הבצק בישראל, שהיו זולים יותר ב-19 אחוז, התייקרו לרמה הגבוהה מה-OECD ב-26 אחוז (צ'רניחובסקי ורגב, 2014). יצוין כי עליית מחירי המזון תרמה לקיפאון בשכר הריאלי ברוטו של משקי הבית בישראל, לצד העלייה במחירי הדיור (ברנד, 2016).

נגישות לסל מזון בריא בסיסי, המבטיח תזונה הולמת החיונית לתפקוד גופני, נפשי, קוגניטיבי וחברתי, היא זכות יסוד בחברה מודרנית, בדומה לנגישות לשירותי חינוך ובריאות. גם בארצות הברית, הדוגלת בליברליזם כלכלי ואינה כוללת מאפיינים רבים של מדינת רווחה, פועלת משנת 1964 תכנית Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP), המעניקה לתושבים נזקקים סיוע כלכלי ברכישת מזון. בשנת 2016 קיבלו מעל 44 מיליון איש ברחבי ארצות הברית (כ-13 אחוז מכלל האוכלוסייה במדינה) סיוע כלכלי במסגרת התכנית. עלות התכנית עומדת על 5.5 מיליארד דולרים, וסכום הסיוע הממוצע הוא כ-130 דולר בחודש לאדם (USDA, 2016).

בישראל לא נעשה עד כה ניסיון משמעותי להתמודד עם אפיון סל מזון בריא בסיסי ועם משמעותו של מימון סל כזה לתקציב משק הבית ולמדיניות החברתית. פרק זה מניח את היסודות לאפיון סל מסוג זה בכמה שלבים. ראשית יוגדר סל מזון בריא היכול להיחשב בסיסי אך מספק, ותפורט עלות מרכיביו. לאחר מכן תנתח עלות הסל הכוללת ביחס לכמה מדדים, ובהם הכנסת משקי הבית לפי רמת הכנסה ולפי מספר הנפשות. מרכיבי הסל, כמו גם המשאבים הדרושים להשגתו, עשויים לשמש לקביעת מדיניות מתאימה בתחומי הרווחה, הבריאות והחינוך לתזונה נכונה, כמו גם בתחום מחירי המזון.

## 1. הגדרת סל מזון בריא בסיסי

ההמלצות הנוכחיות של משרד הבריאות מבוססות על עקרונות פירמידת המזון הים-תיכונית, התואמת את דפוס האכילה הים-תיכוני המסורתית. דפוס זה דוגל בהעדפה של מזונות טבעיים בלתי מעובדים שמקורם בצומח – ירקות, פירות, דגנים מלאים, קטניות ואגוזים – בשילוב כמויות קטנות יחסית של מזון מן החי: ביצים, מוצרי חלב, דגים, עוף ובשר. לתזונה הים-תיכונית יתרונות בארבעה ממדים עיקריים:

- הממד הבריאותי: תזונה נכונה עשויה למנוע מחלות ולהאריך את תוחלת החיים.
- הממד הסביבתי (קיימות): תזונה המבוססת בעיקר על מזונות מהצומח וממעטת במזונות מהחי מזיקה פחות לסביבה ולבעלי החיים.

- הממד החברתי-תרבותי: תזונה ים תיכונית מקדמת אכילה חברתית-משפחתית ומזון ביתי.
  - הממד הכלכלי: מזון גולמי מן הצומח בדרך כלל זול יותר ממזון מעובד מן החי.
- המחלקה לתזונה במשרד הבריאות פועלת לפי עקרונות התזונה הללו, וממליצה להתבסס על פירמידת המזון הישראלית. בהמלצות אלו נמנות כמה קבוצות מזון אשר אמורות להיכלל בתזונה בריאה: דגנים, ירקות ופירות, מזונות עשירים בחלבון ומזונות עשירים בשומן.
- פריטי המזון הנכללים בכל קבוצה בסל נקבעו לפי דפוסי האכילה בישראל (משרד הבריאות, 2004) ומבוססים על מידע מדעי עדכני ועל המלצות תזונה מקובלות. את הרכב הקבוצות בסל המזון המתואר בלוח 1 פיתחו Center for Nutrition Policy and Promotion במשרד החקלאות האמריקני ומשרד הבריאות בישראל, וההמלצות בישראל זהות להמלצות בארצות הברית למעט השינויים הבאים:
- תפוחי אדמה: נכללים בארצות הברית בקבוצת הירקות, ובישראל בקבוצת הדגנים.
  - אבוקדו וזיתים: נכללים בארצות הברית בקבוצת הירקות, ובישראל בקבוצת השומן.
  - חמאת בוטנים וגרעינים מסוגים שונים: נכללים בארצות הברית בקבוצת החלבונים, ובישראל בקבוצת השומן.

### לוח 1. פירוט המאכלים בקבוצות המזון השונות

קבוצת מזון	פריטי המזון בקבוצה	פריטים שאינם נכללים בקבוצה
דגנים מלאים	לחם, פיתות, אטריות, תפוחי אדמה, אורז – הכול מדגן מלא בשלמותו	דגני בוקר, דברי מאפה, קרקרים
ירקות ופירות	ירקות חיים ומבושלים פירות נפוצים	מיץ טבעי, פירות מיובשים
מזונות עשירים בחלבונים	חלב, יוגורט, גבינה לבנה וצהובה, בשר, עוף, הודו, דג, ביצה, קטניות	מעדני חלב, גלידה, שמנת, בוטנים, גרעינים, בשרים עתירי שומן
מזונות עשירים בשומנים	שמן, אגוזים, אבוקדו, טחינה	מרגרינה, חמאה ומוצרים עתירי שומן רווי וטראנס

מקור: משרד הבריאות, המחלקה לתזונה

חלקן היחסי של קבוצות המזון בסל והכמויות המומלצות לצריכה יומית באות לידי ביטוי במנות המזון. חישוב גודל מנות המזון מתבסס על הגדרות של משרד החקלאות של ארצות הברית ושל משרד הבריאות בישראל.

- א. מנה בקבוצת הדגנים: פרוסת לחם או חצי כוס פסטה/אורז/תפוח אדמה מבושל.  
 ב. מנה בקבוצת הירקות: חצי כוס ירק מבושל או חי.  
 ג. מנה בקבוצת הפירות: פרי בינוני (תפוח/בננה/תפוז/מנדרינה), חצי אשכולית, בפירות הכוללים גלעינים – חצי כוס ללא גלעינים.  
 ד. מנה בקבוצת המזונות העשירים בחלבונים: חלבון חלבי: מנה המספקת 300 מיליגרם סידן. חלבון מן החי: שווה ל-75 גרם בשר כחוש (מבושל). ביצה שקולה ל-30 גרם בשר. קטניות: חצי כוס קטניות מבושלות שקולה ל-30 גרם בשר.  
 ה. מנה במזונות העשירים בשומן: מנה המספקת עשרה גרם שומן.

## לוח 2. הצריכה היומית הבסיסית המומלצת, לפי מין וגיל

מוצרים עתירי שומן	מזונות עשירים בחלבון		פירות	ירקות	דגנים מלאים	מס' קלוריות מומלץ	גיל (שנים) ומין
	חלבי	חי/קטניות					
<b>ילדים</b>							
1	3	1	2	3	6	1,300	3-2*
1	3	1	2	3	7	1,800	4-6
1.5	3	1	3	4	8	2,000	7-10
3	4	2	4	5	10	2,500	11-14
<b>גברים</b>							
3	4	2	4	5	11	3,000	15-18
3	4	1	4	5	11	2,900	19-24
3	4	2	4	5	11	2,900	25-50
3	3	2	3	4	9	2,300	51 ומעלה
<b>נשים</b>							
3	3	2	3	4	9	2,200	11-24
3	3	2	3	4	9	2,200	25-50
3	2	2	3	4	7	1,900	51 ומעלה

\* גודל המנות לגילאי 3-2 שווים לשני שלישים מגודל המנות שנקבעו לשאר קבוצות הגיל, למעט מוצרי חלב. מקור: משרד הבריאות, המחלקה לתזונה

## 2. עלות הסל

כדי לחשב את עלות הסל הכוללת נבחנו מחירי המוצרים המרכיבים אותו, לפי המנות הנדרשות שהובאו בלוח 2 לעיל. היות שניתן להרכיב את המנה היומית המומלצת בכל קבוצה מכמה פריטים - למשל, קבוצת דגנים יכולה להכיל לחם, אטריות וכו' - נבחרה בכל קבוצה העלות החזיונית של מרכיבי המזון בה. לדוגמה, בקבוצת מזונות עשירים בחלבון חלבי מנה אחת אמורה לספק 300 מיליגרם סידן, המצויים ברבע שקית חלב, גביע יוגורט או פרוסת גבינה צהובה. בקבוצת המזונות העשירים בחלבון מן החי וקטניות מנה שווה ל-75 גרם בשר כחוש, 2-3 ביצים, 150 גרם בשר עוף לא מבושל או 100 גרם טונה בקופסה (לפירוט ראו לוח ג'1' בנספחים). עלות מנה בקבוצה חושבה כמחיר החזיוני של כל האפשרויות הללו.

כדי להוזיל את עלות הסל מצד אחד, ומצד אחר לא לפגוע בהרכב המינימלי הדרוש לשמירת הערך התזונתי של הסל, הורכב הסל לפי כמה עקרונות:

- בכל קבוצה נבחרו פריטי המזון הזולים והנגישים ביותר, המשקפים איזון בין ערך תזונתי המגיע ממקורות שונים מחד גיסא, ובין דפוסי צריכה של עדות שונות ("הסל הישראלי") מאידך גיסא.
- משקל פריטי המזון צומצם למינימום ההכרחי לשמירת הערך התזונתי הנדרש.
- עלות המנה חושבה כאמור לפי החזיון של מחירי מרכיביה, ולא לפי הממוצע שלהם.
- מקבוצת המזון היקרה ביותר - חלבון מן החי וקטניות - נגרעו סוגי בשר יקרים, כגון בקר והמבורגר. במקומם הוכנסו לסל פריטים המוזילים את עלות המנה: ביצים וקטניות.

כדי לחשב את עלות סל המזון כולו לאדם, הוכפלה עלותה של כל מנה במספר המנות המומלץ לכל קבוצת גיל. חישוב מספר המנות למבוגר נעשה לפי ממוצע מנות לגבר ולאשה בגילי 50-25, ומספר המנות לילד חושב לפי ממוצע המנות הנדרש בכל קבוצה עד גיל 18.

### לוח 3. עלות סל המזון הבריא הבסיסי, במחירי 2015

קבוצת מזון	מס' מנות מומלצות כיום	מחיר חזיוני למנה	עלות ליום	עלות לחודש
<b>מבוגר</b>				
דגנים מלאים	10	0.63	6.30	189.00
ירקות	4.5	0.71	3.20	96.00
פירות	3.5	0.91	3.19	95.70
מזונות עשירים בחלבון:				
חלבי	2	1.57	3.14	94.20
חלבון מן החי וקטניות	3.5	3.19	11.17	335.10
מזונות עשירים בשומן	3	0.38	1.14	34.20

עלות כוללת למבוגר לחודש - 844.2 שקלים

**לוח 3 (המשך). עלות סל המזון הבריא הבסיסי במחירי 2015**

קבוצת מזון	מס' מנות מומלצות ביום	מחיר חציוני למנה	עלות ליום	עלות לחודש
ילד* (ממוצע המנות לכל קבוצות גיל עד גיל 18)				
דגנים מלאים	8.5	0.63	5.36	160.80
ירקות	4	0.71	2.84	85.20
פירות	3	0.91	2.73	81.90
מזונות עשירים בחלבון חלבי:	1.5	1.57	2.36	70.80
חלבון מן החי וקטניות:	3.3	3.19	10.53	315.90
מזונות עשירים בשומן	2	0.38	0.76	22.80

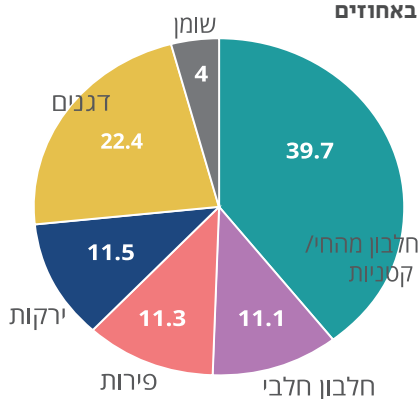
**עלות כוללת לילד לחודש - 737.40 שקלים**

מקור: מרכז טאוב | נתונים: מאגר הלמ"ס ורשתות המזון המובילות, מאי ונובמבר 2015.

אם כן, העלות החודשית של סל המזון הבריא הבסיסי למבוגר הסתכמה בשנת 2015 ב- 844 שקלים לחודש, והעלות לילד - ב- 737 שקלים לחודש. התפלגות העלות החודשית של מרכיבי הסל העיקריים למבוגר מוצגים בתרשים 1: חלבון מן החי וקטניות - 335 שקלים (39.7 אחוז); דגנים - 189 שקלים (22.4 אחוז); ירקות - 96 שקלים (11.5 אחוז); פירות - 96 שקלים (11.3 אחוז); מוצרי מזון חלביים - 94 שקלים (11.1 אחוז); ומזונות עשירים בשומן - 34 שקלים (4 אחוז). ההתפלגות דומה מאוד גם בסל המומלץ לילדים.

חשוב להדגיש שוב כי האומדן המוצג כאן הוא ראשוני אשר מייצג סדר גודל ברור כי מחירי המזונות משתנים כמעט מדי יום - ועלות הסל משתנה בהתאם. עם זאת, יש בו כדי לתת תמונה כללית של עלות תזונה בריאה ומומלצת.

**תרשים 1. התפלגות עלות סל מזון בריא למבוגר, לפי קבוצות מזון באחוזים**



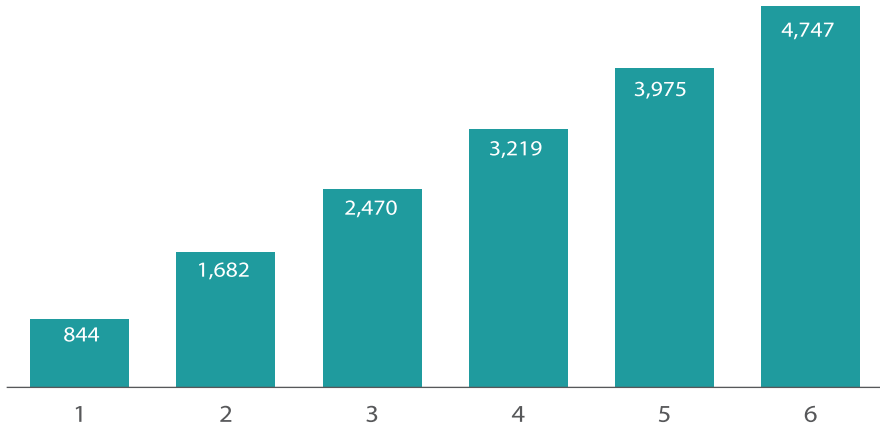
מקור: מרכז טאוב



### 3. ההוצאה על סל מזון בריא למשק הבית

מטבע הדברים, ההוצאה של משקי הבית על סל מזון עולה ככל שמספר הנפשות במשק הבית גדל. לדוגמה, במשק בית הכולל שלוש נפשות ההוצאה הממוצעת על סל מזון עומדת על 2,470 שקלים, במשק הבית שיש בו ארבע נפשות: על 3,219 שקלים, ובמשק הכולל חמש נפשות מגיעה ההוצאה ל-3,975 שקלים לחודש. עם זאת, בפועל הגידול אינו ליניארי נוכח הרכב הגילים השונה של משקי בית שונים (מבוגרים לעומת ילדים). תרשים 2 מציג את ההוצאה החודשית הממוצעת של משקי בית על סל מזון לפי מספר הנפשות. כפי שאפשר לראות, תוספת של כל נפש מעל שתי נפשות במשק הבית מביאה לעלייה ממוצעת של כ-760 שקלים בהוצאה.

#### תרשים 2. הוצאה ממוצעת של משקי בית על סל מזון לחודש לפי מספר נפשות



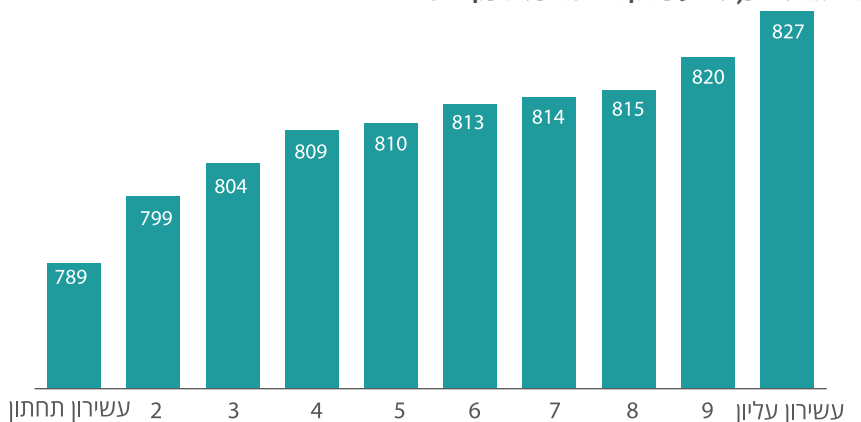
מקור: מרכז טאוב

בממוצע, ההוצאה החודשית הנדרשת לצורך רכישת סל המזון הבריא יורדת ככל שרמת ההכנסה של משק בית עולה, מאחר שבישראל יש יחס הפוך בין גודל משק הבית לגובה ההכנסה (לוח 4). כלומר, בעשירון העליון ההוצאה הממוצעת הנדרשת למימון סל מזון בריא בסיסי היא הנמוכה ביותר, מכיוון שמספר הנפשות הממוצע במשקי הבית בעשירון זה הוא הנמוך ביותר: 2.46. לעומת זאת, בעשירון הנמוך ביותר ממוצע הנפשות למשק הבית הוא הגבוה ביותר (4.37) ולפיכך ההוצאה החודשית המתבקשת על סל המזון הבריא בעשירון זה היא הגבוהה ביותר: 3,450 שקלים<sup>1</sup>.

1 כאמור, ההוצאה הממוצעת למשק בית לפי גודל לרוב אינה מייצגת מכללה פשוטה של עלות הסל לנפש במספר בני הבית, נוכח הרכב הגילים השונה של המשפחה.

בחישוב לפי הוצאה לנפש (ולא לפי הוצאה כוללת למשק הבית) מתקבלת התוצאה שההוצאה לנפש על סל מזון בריא עולה עם ההכנסה של משק הבית, מאחר שבעשירונים נמוכים יש הרבה משפחות ברוכות ילדים, וסל המזון של ילדים זול יותר מסל המזון של מבוגרים (תרשים 3).

**תרשים 3. הוצאה החדשית הממוצעת הנדרשת למימון סל מזון בריא הוצאה לנפש, לפי עשירון הכנסה של משק בית**



מקור: מרכז טאוב | נתונים: הלמ"ס, סקר הוצאות (2014)

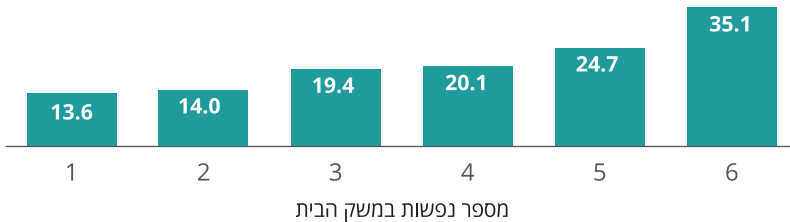
**לוח 4. עלות חודשית של סל מזון בריא למשק בית לפי עשירוני הכנסה ומספר הנפשות הממוצע**

עשירון הכנסה	ממוצע נפשות למשק בית	עלות חודשית ממוצעת
1 (הנמוך ביותר)	4.37	3,450
2	3.73	2,987
3	3.65	2,937
4	3.33	2,694
5	3.27	2,653
6	3.13	2,558
7	3.12	2,541
8	2.95	2,411
9	2.73	2,248
10 (הגבוה ביותר)	2.46	2,039

מקור: מרכז טאוב | נתונים: הלמ"ס, סקר הוצאות (2014)

חלקה של ההוצאה על סל המזון הבריא מתוך ההכנסות הכספיות נטו (לפי הגדרת הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, 2014) עולה ככל שמספר הנפשות במשק הבית גדל (תרשים 4). במשק בית שיש בו שתי נפשות שיעור ההוצאה על סל המזון הבריא המומלץ עומד על 0.14 אחוז; במשק בית של שלוש נפשות – על 19.4 אחוז; ובמשק בית של חמש נפשות מגיע שיעור ההוצאה על סל מזון ל-24.7 אחוז מסך ההכנסות.

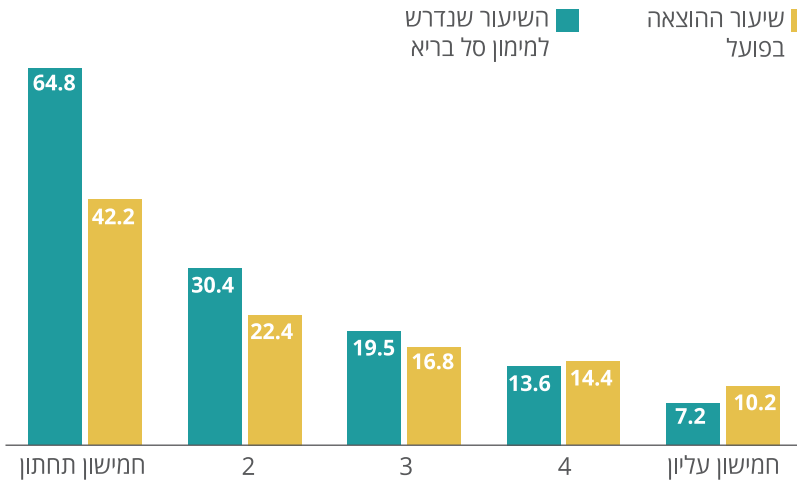
#### תרשים 4. ההוצאה הנדרשת למימון סל מזון בריא כאחוז מההכנסה החודשית של משק הבית לפי מספר נפשות



מקור: מרכז טאוב | נתונים: הלמ"ס, סקר הוצאות (2014)

כאמור, בין משקי הבית ברמות ההכנסה השונות יש פערים גדולים במספר הנפשות הממוצע, לכן חשוב לבחון את שיעור ההוצאה הנדרש גם בחלוקה לפי חמישונים הכנסה (שהיא חלוקה נוחה ומקובלת יותר מאשר החלוקה לעשירונים). חישוב זה מעלה תמונה של פערים גדולים בין החמישון התחתון לעליון הן בשיעור ההוצאה הנדרש מתוך ההכנסות והן בפער בין השיעור הנדרש לסכום המוקדש לקניית מזון בפועל. לפי נתוני הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2014), משפחה ממוצעת בחמישון העליון צריכה להוציא כ-7 אחוזים מהכנסתה (2,143 שקלים) כדי לממן סל מזון בריא לכל בני הבית, ואילו ההוצאה בפועל עומדת על כ-10 אחוזים (תרשים 5). גם בחמישון הרביעי שיעור ההוצאה בפועל גבוה מעט משיעור ההוצאה הנדרש למימון סל מזון בריא (כ-14.4 אחוז לעומת 13.6 אחוז, בהתאמה). לעומת זאת, הנתונים של שלושת החמישונים התחתונים מעידים על הוצאת חסר ביחס לנדרש למימון סל מזון בריא. משפחה בחמישון ההכנסה הנמוך ביותר צריכה להוציא כ-65 אחוז מסך ההכנסה החודשית הפנויה שלה (4,965 שקלים) כדי לרכוש סל מזון בריא, אך בפועל היא מוציאה כ-42 אחוז בלבד מהכנסתה על מזון. גם הסכום שמקדישות משפחות בחמישונים השני והשלישי לרכישת מזון נמוך מהדרוש כדי לרכוש סל בריא, אולם הפערים בין הסכום הרצוי להוצאה בפועל פוחתים עם עליית ההכנסה. בקבוצה הענייה ביותר הפער עומד על 1,126 שקלים לחודש (כ-23 נקודות אחוז), בחמישון השני הפער הוא 745 שקלים לחודש (8 נקודות אחוז), ובחמישון השלישי הפער מצטמצם לכדי כ-360 שקלים (פחות מ-3 נקודות אחוז). היינו, הסבירות שבתי אב בחמישון התחתון יכולים לעמוד בהוצאה על הסל הבריא היא נמוכה ביותר.

### תרשים 5. הוצאה חודשית על מזון למשק בית כשיעור מההכנסה הכספית נטו לפי חמישוני הכנסה, 2014



מקור: מרכז טאוב | נתונים: הלמ"ס, סקר הוצאות (2014)

## סיכום

בפרק זה נעשה נסיון ראשון להגדיר סל מזון בריא בסיסי בישראל ולנתח את משמעותו בהיבטים של תקציב משקי הבית. על פי המלצות משרד הבריאות, הסל משקף את "פירמידת המזון הישראלית, ואמור לייצג מזון מזין דיו, אך נגיש ונפוץ ככל האפשר. בחישוב לפי מספר המנות המומלץ ביום, עלות הסל היא כ-844 שקלים בממוצע למבוגר, וכ-737 שקלים לילד לחודש (במחירי 2015). נוכח הרכב משקי הבית של המשפחות ברמות ההכנסה השונות, עלות הסל למשפחה בעשירון העליון היא כ-2,040 שקלים לחודש, ולמשפחה בעשירון התחתון – כ-3,450 שקלים.

בהשוואה להוצאה על מזון בפועל עולה מהנתונים כי בחמישוני ההכנסה העליונים ההוצאה בפועל גבוהה מהנדרש למימון סל מזון בריא (חמישוני 5 ו-4), או נמוכה ממנו באחוזים בודדים (חמישוני 3), ואילו בשני החמישוני התחתונים (ובעיקר בחמישוני התחתון) ההוצאה בפועל נמוכה מהסכום המומלץ. קשה לדעת אם הפערים נובעים מהעדפה של מזון זול יותר (ולעיתים קרובות בריא פחות) ומסדר עדיפויות שונה או מאילוף כלכלי. עם זאת, נראה כי בעוד שבשלושת חמישוני ההכנסה הגבוהים רכישה של הסל הבריא היא קרוב לוודאי עניין של מודעות והעדפה, בחמישוני העני ביותר רכישת הסל הבריא היא איננה אפשרות זמינה במגבלת הכנסת משק הבית וההוצאות האחרות הדרושות לניהולו. יש מקום לערוך מחקר המשך שיבחן את הסיבות להוצאה הנמוכה של משקי הבית בחמישוני התחתונים, כך שהמדינה תוכל לנקוט צעדי מדיניות מתאימים לעידוד תזונה ים תיכונית בריאה בקרב כלל האוכלוסייה בישראל.

## נספחים

### לוח נ' 1. עלות המנות ועלות החיצונית למנה לפי קבוצות מזון, במחירי 2015

עלות המנה (שקלים)	פירוט מנה	משקל מנה (גר')*	פריטים בקבוצה	דגנים
0.59		30	אורז מלא, חיטה מלאה, כוסמת, קוסקוס מלא, גריסים	
0.80		30	אטריות ופסטה מקמח מלא	
0.66	פרוסה אחת	30	לחם וחלה מדגן מלא	
0.59	חצי פיתה/לחמנייה קטנה	50	פיתה ולחמנייה מחיטה מלאה	
<b>0.63</b>				<b>חציון מנת דגנים</b>
0.28	קטן	90	בצל יבש	<b>ירקות</b>
0.27	קטן	75	גור	
0.98	חמישית חסה	70	חסה	
0.65	חצי חציל קטן	50	חצילים	
0.29	עשירית כרוב בינוני	70	כרוב ירוק/ סגול	
0.71	קטן	80	מלפפון, חי	
0.84	בינונית	125	עגבניות, חיות	
0.92	יחידה קטנה	90	פלפל ירוק או אדום, חי	
0.71	קטן	150	קישואים	
<b>0.71</b>				<b>חציון מנת ירקות</b>
0.68	שמינית אבטיח	110	אבטיח	<b>פירות</b>
0.65	קטנה	230	אשכולית	
0.92	גדולה/2 קטנות	170	בננה	
0.91	גדולה/2 קטנות	230	מנדרינה/קלמנטינה	
0.95	שניים	170	שויף	
0.7	אחד בינוני	230	תפוז	
1.72	אחד בינוני	170	תפוח	
<b>0.91</b>				<b>חציון מנת פירות</b>
1.1		250	חלב ותחליפיו: משקה	<b>מזונות עשירים</b>
0.88	רבע שקית	250	חלב ותחליפיו: חלב 1-3%	<b>בחלבון חלבי</b>
1.91	גביע	200	חלב ותחליפיו: יוגורט/ לבן עד 3%	
2.02		100	גבינה לבנה 5%	
1.22	פרוסה אחת	30	גבינה צהובה	
4.90		250	גבינת קוטג' עד 5%	
<b>1.57</b>				<b>חציון מנת חלבון חלבי</b>
4.04		120	בשר הודו לא מבושל	<b>מזונות עשירים</b>
2.65		150	בשר עוף לא מבושל	<b>בחלבון מן החי</b>
4.47		100	טונה בקופסה	<b>וקטניות</b>
3.73		120	דג: בקלה, זחבון, אלסקה, פולק, מרלווה, אמנון	
2.50		90	קטניות יבשות: שעועית לבנה, אפונה, חמוס, עדשים, פול	
1.03	2-3 ביצים	150	ביצה	
<b>3.19</b>				<b>חציון מנת חלבון מן החי וקטניות</b>
0.28	כף	17	טחינה	<b>מזונות עשירים</b>
0.38	כף	10	שמן קנולה	<b>בשומנים</b>
0.83	ארבעה אגוזים	20	אגוזי מלך	
<b>0.38</b>				<b>חציון מנת שומן</b>

\* ממוצע | מקור: מרכז טאוב | מאגר הלמ"ס ורשתות המזון המובילות, מאי ונובמבר 2015

## מקורות

אנדבלד, מירי, נתנאלה ברקלי, ויטה אברהמוב, אלכסנדר גאליה ודניאל גוטליב (2014), **ביטחון תזונתי 2012 – ממצאים סוציו-כלכליים עיקריים**, מינהל המחקר והתכנון, המוסד לביטוח לאומי.

ברנד גלעד (2016), **הקשר בין פרויון העבודה לשכר במשק**, מרכז טאוב לחקר המדיניות החברתית בישראל, נייר מדיניות מס 04.2016, מרכז טאוב לחקר המדיניות החברתית בישראל.

הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (2014), **הכנסות והוצאות משק הבית: נתונים מסקר הוצאות משק הבית 2014**, סיכומים כלליים.

המועצה הלאומית לביטחון תזונתי בישראל (2014), **תכנית לאומית להבטחת ביטחון במזון לבתי אב בישראל**.

משרד הבריאות (2004), **סקר מצב בריאות ותזונה לאומי ראשון 2001-1999**, חלק ב' – מה אוכלים ישראלים.

צ'רניחובסקי, דב ורגב איתן (2014), "דפוסי ההוצאה על מזון בישראל", בתוך דן בן-דוד (עורך), **דוח מצב המדינה – חברה, כלכלה ומדיניות 2014**, מרכז טאוב לחקר המדיניות החברתית בישראל, עמ' 405-421.

**OECD (2015), Food Price Formation.**

**USDA, (2016), Supplemental Nutrition Assistance Program.**