

[View the original article](#)

فراتر از خبر

از املت ۳۵۰ هزار تومانی تا قورمه‌سبزی دو میلیونی؛ هزینه یک وعده غذا در تهران

بهناز جلالی‌پور

۱۴۰۵/مهر/۳۰



Social Media

قیمت‌ها غیر از سفره‌های خانگی، میزهای کافه‌ها و رستوران‌ها را تحت تأثیر قرار داده و نرخ منوهایشان را افزایش داده است

طبق اعلام مرکز آمار ایران، تورم نقطه به نقطه خانوارهای ایرانی در شهریور ۱۴۰۵ به ۸۹.۸ درصد رسید؛ به این معنا که سبد کالا و خدماتی که شهریور سال گذشته ۱۰ میلیون تومان خرج برمی‌داشت، شهریور امسال به حدود ۱۹ میلیون تومان رسید.

تأثیر افزایش قیمت‌ها در زندگی روزمره، در مواردی منجر به تغییر الگوی مصرف و یا شیوه زندگی شده است.

بررسی میدانی رادیو فردا از قیمت چند غذای رایج در مرکز تهران و روایت شهروندان نشان می‌دهد که فشار هزینه‌ها فقط به گران‌تر شدن یک وعده غذا محدود نشده است. با افزایش هزینه کالا و خدمات، خانواده‌ها ناچار شده‌اند اولویت‌های خرید خود را تغییر دهند و باید میان آنچه «واقعا نیاز» دارند و آنچه «نیاز» دارند، یکی را انتخاب کنند.

مجلسی بدون زرشک؛ ۷۰۰ هزار تومان

زرشک پلو با مرغ، از جمله غذاهای رسمی است که ایرانی‌ها برای مهمان تدارک می‌بینند. غذایی که به صورت ساده‌تر یعنی بدون زرشک و زعفران و کره نیز سرو می‌شود. اگر قرار به پخت پلو مرغ با مرغ کیلویی ۳۲۰ تا ۳۶۰ هزار تومان برای یک خانواده چهار نفره باشد، ۶۵۰ تا ۷۵۰ هزار تومان خواهد شد. اگر این وعده، با برنج توزیعی «تنظیم بازار» پخته شود، ۸۰ هزار تومان و با برنج طارمی حدود ۱۶۰ هزار تومان هزینه خواهد داشت. این هزینه با احتساب روغن و پیاز و رب، و با ارزان‌ترین مرغ بازار است.

مبنای محاسبات، قیمت کالا در مرکز تهران و محدوده خیابان انقلاب است.

قیمت مواد غذایی، یکی از عوامل تاثیرگذار بر نوع خوراک خانواده‌هاست. زنی در تهران به رادیو فردا می‌گوید که در خانواده آن‌ها، گوشت و مرغ بیشتر به فرزندان کودک و نوجوان‌شان اختصاص داده می‌شود؛ زیرا فرزندان‌شان در سن رشد قرار دارند و اولویت تامین نیازهای اولیه با آن‌هاست. او و همسرش تصمیم گرفته‌اند خودشان برای بخشی از وعده‌ها از حبوبات یا جایگزین‌های گوشت استفاده کنند. اما نگران هستند رشد قیمت‌ها در آینده آن‌ها را ناچار به حذف گوشت و مرغ از سبد روزانه فرزندان‌شان کند.

«فکت‌نامه» ۱۰ مهر امسال در گزارشی که می‌گوید بر مبنای اطلاعات سازمان آمار تنظیم کرده است، نوشت: «هزینه تامین سبزی شامل ۱۱ قلم کالای اساسی در شهریور ۱۴۰۵ برای هر نفر به پنج میلیون و ۶۰۲ هزار تومان رسیده است. هزینه این سبد برای یک خانواده سه نفره، با فرض مصرف برابر، بیش از ۱۶ میلیون و ۸۰۰ هزار تومان است. اعتبار یک میلیون تومانی کالابری کمتر از ۱۸ درصد هزینه این سبد برای هر نفر را پوشش می‌دهد؛ سهمی که در دی‌ماه گذشته حدود ۳۰ درصد بود».

بیشتر در این باره:

آیا ایران در آستانه ابرتورم، شبیه «آلمان ۱۹۲۳» است؟



امضای سبز ایرانی؛ دو میلیون تومان

غذایی که بسیاری به عنوان امضای سفره ایرانی معرفی می‌کنند، احتمالا قورمه‌سبزی است. عطر آن چندین روز بعد از پخت در خانه می‌ماند و حضورش در سفره، رنگ و جلای خاصی به آن می‌دهد. افزایش قیمت‌ها به گونه‌ای است که امضای ایران، در هر سفره‌ای نمی‌تواند ثبت شود. نیم‌کیلو گوشت گوسفندی، برای خوراکی چهارنفره حدود ۹۰۰ تا یک میلیون و ۳۵۰ هزار تومان هزینه دارد. نیم‌کیلو سبزی سرخ شده در بازار با قیمت ۳۸۰ تا ۵۵۰ هزار تومان برای این خورشت کافی است. پخت این خورشت با پلو، ۱.۵ تا ۲.۳ میلیون تومان هزینه دارد.

گرانی اقلام، بعد از سفره‌ها، بر زندگی مردم تاثیر گذاشته است. در مواردی تغییرات آن بزرگ‌تر از یک وعده غذایی یا میزان گوشت مصرفی است.

زن جوانی که به تازگی ازدواج کرده، پولی را که قرار بود صرف برگزاری جشن عروسی کند، به عنوان ودیعه اجاره خانه پرداخت کرده است. او خود را متعلق به طبقه متوسطی می‌داند که سفر، خرید کتاب، تفریح و رستوران را حذف کرده است. این زن، برای پرداخت اقساط وام ناچار است دو شیفت کار کند. به گفته او، خانه‌اش تبدیل به خوابگاه شده است. این زوج، صبح تا شب کار می‌کنند، اما به شتاب قیمت‌ها نمی‌رسند. او می‌گوید: «هر روز که بیدار می‌شویم، می‌دانیم از دیروز فقیرتریم».

در مهرماه که این زن زندگی مشترکش را شروع کرده، زن ۲۸ ساله‌ای که او هم خود را از طبقه متوسط می‌داند، با جشن عروسی که هزینه‌اش ۲.۵ میلیارد تومان بوده، زندگی تازه‌اش را آغاز کرد. مراسمی که تیم برگزارکننده داشت و کارگردان هر ساعت هشدار می‌داد که از زمان‌بندی عقب هستند. هزینه این جشن را پدران عروس و داماد پرداخته‌اند. در این ماه، مرد جوانی در تهران با دریافت وام ۱۰۰ میلیون تومانی، حلقه ازدواج خریداری کرده است.

کشک بادمجان خوش‌خوراک؛ ۴۰۰ هزار تومان

کشک بادمجان، غذایی است که در برخی مهمانی‌ها به عنوان پیش‌غذا سرو می‌شود، اما می‌تواند در نقش غذای اصلی هم ظاهر شود. ۱.۵ کیلو بادمجان حدود ۱۳۵ هزار تومان است که اگر با پیاز و کشک و نعناع خشک پخته شود همراه با دو نان بربری، حدود ۴۰۰ هزار تومان هزینه دارد. قیمت هر نان بربری ۴۰ هزار تومان است.

قیمت‌ها غیر از سفره‌های خانگی، میزهای کافه‌ها و رستوران‌ها را تحت تأثیر قرار داده و نرخ منوهایشان را افزایش داده است. با وجود این رشد صعودی، هنوز کافه و رستوران‌های بسیاری میزهایشان شلوغ است و می‌توانند بگویند: «ما مشتریان خاص خودمان را داریم.»، اما بخشی از جمعیت طبقه متوسط آن را از زندگی‌اش حذف کرده است.

زنی در تهران با درآمد ۴۰ میلیون تومان در ماه، می‌گوید در مواقعی که همراه دوستانش به کافه می‌روند، معمولاً هر دو نفر یک غذا سفارش می‌دهند تا قیمت‌ها سرشکن شود. هزینه جمع چهار نفره آن‌ها برای سفارش یک سیب زمینی با سس قارچ، سه نوشابه اسپریت، به اضافه پیتزای متوسط و چهار چای، سه میلیون و ۲۰۰ هزار تومان شد. آن‌ها تا یک سال قبل هفتگی کافه می‌رفتند. این قیمت‌ها مربوط به کافه‌ای در میدان ولیعصر تهران است که بسته به منطقه و یا زمان، می‌تواند تغییر کند. چنان که هزینه‌های فصل بهار شهروندان با تابستان یا پاییز آن‌ها قابل مقایسه نیست.

بیشتر در این باره:

افزایش اجاره‌ها در پی جنگ چگونه سبک زندگی را تغییر می‌دهد؟



کوکو سیب‌زمینی طلایی؛ ۴۰۰ هزار تومان

کوکو سیب‌زمینی، غذایی ساده که اگر داغ سرو شود، خوش‌خوراک است. ۱.۵ کیلو سیب‌زمینی با پنج عدد تخم‌مرغ برای خانواده‌ای چهار نفره حدود ۴۰۰ هزار تومان هزینه دارد. البته این غذا نیز با دو نان بربری محاسبه شده است.

مردم در شهرهای مختلف، احتمالاً درصد دقیق تورم ماهانه یا سالانه را نمی‌دانند، اما کسانی که مدیریت اقتصادی خانه را انجام می‌دهند، وضعیت اقتصاد را بر اساس قدرت خرید خود ارزیابی می‌کنند. افزایش

قیمت کالاها و گرانی به معنای وضعیت بد اقتصادی است. زن شاغلی در تهران می‌گوید که در خرید مایحتاج روزمره، توجه می‌کند که «آیا نیاز دارد؟» و یا «واقعاً نیاز دارد؟» مرز این دو، نیاز و ضرورت است. اگر زندگی‌اش دچار اختلال نشود، همچنان در رده «نیازی» است که می‌تواند تامین نشود.

املت ساده و ارزان؛ ۳۵۰ هزار تومان

املت، غذایی خوش خوراک، اما ساده که در هر سه وعده غذایی می‌تواند جای بگیرد. پخت این غذا برای یک خانواده چهار نفره حدود ۳۵۰ هزار تومان هزینه دارد، البته به شرط آن که فقط دو نان بربری در سفره باشد. هر تخم‌مرغ، حدود ۲۲ هزار تومان است. در این املت برای هر نفر دو تخم‌مرغ شکسته شده و با گوجه فرنگی کیلویی ۵۷ هزار تومان، مخلوط شده است.

زن بازنشسته‌ای با حقوق ماهانه ۱۸ میلیون تومان، می‌گوید تنها خوش‌شانسی‌اش این است که هنوز برای تأمین هزینه‌های زندگی کم نیاورده و مجبور نیست اجاره خانه بپردازد. او از ابتدای امسال مجبور شده تعداد وعده‌های هفتگی گوشت و پروتئین‌اش را کاهش دهد و نگران سلامتی‌اش است. در منطقه‌ای که او زندگی می‌کند، هزینه اجاره ماهانه خانه حدود ۲۰ میلیون تومان است.

مرد میانسالی در غرب تهران، درآمدش به اضافه اجاره خانه‌ای که دریافت می‌کند، هزینه‌های خانواده چهار نفره‌شان را پوشش می‌دهد. مجموع دریافتی او، به ۱۰۰ میلیون تومان در ماه می‌رسد و خود را جزو طبقه متوسط می‌داند و می‌گوید: «به اندازه امروز می‌توانم زندگی کنم، برای فردا هیچ پس‌اندازی ندارم. غیر از سفر و رستوران، پس‌انداز هم از زندگی‌ام حذف شده است».

این مطلب بخشی از:

فراتر از خبر

بایگانی

اقتصاد ایران