

## Как раскрутить шефа на тефтели?

Автор: Administrator  
13.04.2012 00:00

---



Большинство работающих россиян во время своего обеденного перерыва даже не думают питаться, а используют его для совершенно иных целей. В этом то и кроется опасность: ведь желудочный сок выделяется, и его желателно чем-то уважить. Конечно, можно перекусить, съев очищенную дома морковку или приготовленный заранее бутерброд.

Но все это не сможет заменить полноценного приема пищи, состоящего из первого, второго и третьего блюда. И уж совсем плохо, если человек обедает только сладостями и пирожными. Так называемый «фаст-фуд» приводит к тому, что желудок «разучивается» переваривать грубую клетчатку. И однажды, купив в соседнем магазине очередной гамбургер, человек неожиданно может взвыть от боли. Это значит, что взбунтовался испорченный сотнями гамбургеров, сладостями и газировкой желудок

По результатам последних исследований социологов, более 90% офисных работников в России не съедают полноценного обеда, в который должно входить первое-второе-третье блюдо, как это было принято в советском государстве. Сейчас все поголовно предпочитают «перекусы».

По способу питания в обеденный перерыв работники российских офисов были разделены на несколько категорий.

Фруктовики – их примерно 40% - это любители фруктово-овощных перекусов, которые днем предпочитают зажевать апельсинчик, парочку яблочек или заранее приготовленный, нарезанный стебель сельдерея. Некоторые даже приносят на службу кусочки свеклы, очищенную морковку, помидор, огурец.

Карлсоны – по «распространенности» занимают второе место. Это – любители всяческих сладостей. Офисный Карлсон кушает днем пирожные, тортики, плюшки и прочее. Бутербродники стоят на третьем месте и соответственно названию, питаются бутербродами (домашними или из соседней закуской).