

МРОТ тебе в рот: чем питаться на прожиточный минимум

«— А вот ешё, знаете, хлеб солью натрёшь, головку чеснока... вкуснотища! — Спасибо, Дмитрий Анатольевич! Держимся»

Аnekdot эпохи Медведева

Власти Москвы установили прожиточный минимум в столице на 2021 год в расчете на душу населения на уровне 18 тысяч рублей. Соответствующее постановление правительства Москвы опубликовано на портале мэра и правительства города.

«Правительство Москвы постановляет: установить величину прожиточного минимума в городе Москве на 2021 год: в расчете на душу населения – 18 029 рублей, для трудоспособного населения – 20 589 рублей, для пенсионеров – 13 496 рублей, для детей – 15 582 рубля», – говорится в документе.

Прожиточный минимум – стоимостная оценка потребительской корзины. Под потребительской корзиной подразумевается минимальный набор продуктов питания, товаров и услуг, необходимых для сохранения здоровья и обеспечения жизнедеятельности человека. Также прожиточный минимум учитывает необходимые к уплате ежемесячные платежи и сборы.

Итак, попробуем рассчитать, сможет ли прожить на прожиточный минимум, допустим, трудоспособный москвич среднего возраста (пенсионеров братья в расчёте не будем, иначе картина выйдет совсем грустная).

Первым делом вычтем неизбежные расходы на ЖКХ. С 1 июля 2020 года тарифы на коммунальные услуги для жителей столицы повысились в среднем на 3,7%. Стоимость кубометра холодной воды для москвичей выросла с 40,48 руб. до 42,3 руб., горячей воды – с 198,19 до 205,15 руб., водоотведения – с 29,57 до 30,9 руб. Отопление подорожало с 2389,72 руб. за Гкал до 2470,98 руб. По-

чтобы дёшево и сытно. Чиновники считают, что взрослому трудоспособному человеку достаточно:

хлеб, крупы, мучные изделия – 340 грамм в день (10,5 кг в месяц)

картофель – 275 грамм в день (8,4 кг в месяц)

фрукты – 160 грамм в день (5 кг в месяц)

сахар, конфеты и другие сладости – 65 грамм в день (2 кг в месяц)

мясо (свинина, говядина, птица) – 160 грамм в день (4,9 кг в месяц)

Рыба – 50 грамм в день (1,5 кг в месяц)

Овощи (помимо картофеля) – 313 грамм в день (9,5 кг в месяц)

Молочные продукты – 800 грамм в день (24 кг в месяц)

Яйца – 0,5 штук в день (17,5 штук в месяц)

Маргарин, растительное масло и другие жиры – 30 грамм в день (900 грамм в месяц)

Соли, другие специи, чай и т.п. – 13 грамм в день (408 грамм в месяц)

На дорогие продукты, а также те, без которых в принципе можно обойтись, даже не смотрим. Берём только самое дешёвое и самое необходимое! Итак:

25 рублей – килограмм картофеля (не первой свежести, но для нас главное – стоимость)

50 рублей – кусок сыра, 60 – бутылка молока, 62 – пачка масла (всё – торговой марки «Красная цена»). Можем совсем затянуть пояс и взять вместо масла маргарин, он обойдётся в 22 рубля.

15 рублей – батон хлеба той же марки

27 рублей – сайра той же марки

150 рублей – самая бюджетная тушёнка

93 рубля – полкило сосисок (нам повезло, и на них акция! Если бы её не было, пришлось бы выложить все 179!)

24 рубля – 500 грамм крупы (гулять так

гулять, берём рис и гречку!)

33 рубля – котлеты (храним верность любимой марке!)

32 рубля – творог (100 г)

54 рубля – пол-литра подсолнечного масла

75 рублей – яйца

67 рублей – чай

79 рублей – яблоки

Давайте борщ, что ли, сварим? 35 рублей – свекла, 26 – лук, 119 – самые бюджетные помидоры. На морковь тоже акция – она 19 рублей! Положительно, нам сегодня везёт. Ну и чтобы борщ не вышел совсем уж постным, возьмём какие-нибудь куриные шеи за 52 рубля.

На кассе отдаём тысячу пятьдесят рублей. Что ж, вышло весьма бюджетно, хватит на три, а то и целых четыре дня! Если, ко-

нечно, не смущает, что большая часть продуктов – торговой марки «Красная цена».

Красная цена в базарный день

Что нам известно об этой марке, кроме, собственно, её соблазнительной дешевизны? Ну вот, например, наша сайра. Ис-

волей бежать в аптеку по меньшей мере за средствами от боли в животе! А там... тысячи уж точно не обойдёшься.

Неутешительные выводы

В принципе, выжить на такую сумму можно. Но – только выжить.. Если вы готовы к тому, что в продуктах от натуральных в лучшем случае цвет (который придают красители, идентичные натуральным) и если вам очень повезло с желудком. Если вы в принципе не болеете, способны носить одни и ту же одежду из «Смешных цен», пока она не развалится прямо на вас, а пользоваться бытовой техникой ходите к соседям. Если не вспоминать, что в потребительскую корзину входят ещё услуги культуры (попробуйте, купите на оставшуюся сумму билет в театр) и «другие виды услуг». В общем, если вы идеальный гражданин!

А для всех остальных публикую несколько лайфхаков, которыми делятся те, кто вынужден существовать на МРОТ не ради эксперимента, а волей судьбы:

Владимир, стаж работы на железнодорожном предприятии – 25 лет, з/п 25 тыс. руб.: «У нас есть небольшая дача (на три семьи), где все лето не разгибая спины на ней работаем. В результате что-то выращиваем сами, делаем заготовки на зиму. Если год удачный, картошки на всю зиму хватает, плюс морковка, свекла – за счет этого выживаем. Если все купить – до пенсии точно не дотяну».

Алена, живёт на 10 тыс. руб. в месяц: «О полноценном сбалансированном питании речи не идет: овощи и фрукты втихомодействуют в этот бюджет сложно. Хлеб я тоже не покупаю – пеку сама, полезный, без дрожжей, на собственной закваске. Раньше мне частенько приходилось выбрасывать проросший лук и испортившуюся морковь, теперь я их шинкую и замораживаю, раскладывая порциями для одной готовки в маленькие пакеты».

Владимир, был уволен за два года до пенсии, выживает на пособие по безработице: «Вместо курицы часто использую курицы «Магги», «Галина Бланка» – 28 рублей за восемь кубиков) и хлеб (13 рублей за батон, по вкусу сильно уступает более дорогому). С такого супа не особенно насытишься, зато жидккая пища полезна».

И это счастливые граждане, дорогое правительство? Мы пережили войну, послевоенные годы, так почему же сейчас, в двадцать первом веке, казалось бы, веке прогресса, мы так плохо живем?

Напомним, что КПРФ предлагала вариант решения проблемы – законопроект о помощи лицам, находящимся за чертой бедности, подразумевающий ежемесячные социальные выплаты. Но для этого нужны деньги – полтора триллиона рублей. Следовательно, такой способ нашему государству не подходит. Голосами «Единой России» законопроект был отклонён.

Правительство же нашло свой вариант решения проблемы.

С 2021 года в России должны перестать считать стоимость потребкорзины. «Методика расчёта прожиточного минимума изменилась», – подчеркнули в Министерстве труда. Методика-то, может, и изменилась, а вот сам минимум – нет. А теперь чиновникам ешё и не надо думать над тем, как в эту сумму впихнуть всё необходимое для жизни. Красота.

Александра Смирнова



нятно, что ситуация зависит от района, но в среднем чек за услуги ЖКХ составляет 2830 рублей в летние месяцы и 4900 рублей – в зимние.

Поскольку наш москвич трудоспособный, до работы ему нужно как-то добираться. Выгоднее всего приобрести безлимитный проездной на год за 19500 рублей – делим на двенадцать, получаем 1625 рублей в месяц.

Связь с миром поддерживать надо? Надо! Средний чек за мобильную связь составляет по стране 344 рубля, а за домашний интернет – 598 рублей.

Если месяц зимний, но удачный – всё в порядке со здоровьем, не нужно приобретать ни одежду, ни бытовую технику – у нашего москвича остаётся целых 13122 рубля.

Пора за покупками!

Отправляемся в ближайшую «Пятёрочку» закупаться продуктами. Обратите внимание, в потребительской корзине мало мяса, рыбы, овощей и фруктов, зато много хлеба и картошки. Правительству надо,



нения продукта, который составляет 10 суток со дня изготовления.

Допустим, что наш москвич решил побаловать себя крабовыми палочками (почему бы и нет, цена в 29 рублей вполне позволяет). И очень зря решил – в них не только много сои и крахмала, но и сульфитредуцирующие кластридины, что автоматически относят палочки в класс опасных для здоровья.

После такого обеда придётся волей-не-