

13. ХРАНИТЕЛНО СЪДЪРЖАНИЕ НА ПОТРЕБЕНИТЕ ПРОДУКТИ ОТ НАБЛЮДАВАНИТЕ СЕМЕЙСТВА

	До 250 лева	251 350 лева	351- 450 лева	451- 550 лева	551- 650 лева	651- 750 лева	751- 850 лева	851- 950 лева	951- 1050 лева	1051- 1150 лева	1151- 1250 лева	Над 1251 лева	Общо
--	-------------------	--------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------	----------------------	-----------------------	-----------------------	---------------------	------

Средно дневно на лице - в грамове

Белтъци	73	83	105	92	103	102	109	118	121	120	128	140	99
растителни	61	65	64	67	74	70	75	78	79	75	81	88	69
животински	12	18	41	25	29	32	34	40	42	45	47	52	30
Маси	39	54	62	71	81	88	89	95	103	109	115	113	80
растителни	25	29	32	33	36	38	38	41	45	45	48	48	36
животински	14	25	30	38	45	50	51	54	58	64	67	65	44
Въглехидрати	428	459	466	493	495	512	533	557	571	557	601	644	503
растителни	422	451	457	483	484	499	520	542	556	542	582	625	492
животински	6	8	9	10	11	13	13	15	15	15	19	19	11

Структура

Белтъци	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
растителни	83,6	78,3	61,0	72,8	71,8	68,6	68,8	66,1	65,3	62,5	63,3	62,9	69,7
животински	16,4	21,7	39,0	27,2	28,2	31,4	31,2	33,9	34,7	37,5	36,7	37,1	30,3
Маси	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
растителни	64,1	53,7	51,6	46,5	44,4	43,2	42,7	43,2	43,7	41,3	41,7	42,5	45,0
животински	35,9	46,3	48,4	53,5	55,6	56,8	57,3	56,8	56,3	58,7	58,3	57,5	55,0
Въглехидрати	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
растителни	98,6	98,3	98,1	98,0	97,8	97,5	97,6	97,3	97,4	97,3	96,8	97,0	97,8
животински	1,4	1,7	1,9	2,0	2,2	2,5	2,4	2,7	2,6	2,7	3,2	3,0	2,2