

13. ХРАНИТЕЛНО СЪДЪРЖАНИЕ НА ПОТРЕБЕНИТЕ ПРОДУКТИ ОТ
НАБЛЮДАВАНИТЕ СЕМЕЙСТВА

	До 250 лева	От 251 до 350 лева	От 351 до 450 лева	От 451 до 550 лева	От 551 до 650 лева	От 651 до 750 лева	От 751 до 850 лева	От 851 до 950 лева	От 951 лева и повече	Общо за стра- ната
--	----------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	----------------------------	-----------------------------

Средно дневно на лице - в грамове

Белтъци - всичко	62	79	85	84	92	96	106	107	120	95
растителни	49	61	61	59	64	65	70	70	76	64
животински	13	18	24	25	28	31	36	37	44	31
Масни - всичко	47	54	65	69	75	82	91	95	103	78
растителни	31	31	35	35	42	41	44	49	53	41
животински	16	23	30	34	33	41	47	46	50	37
Въглеhidрати - всичко	379	437	454	447	477	495	522	532	571	481
растителни	370	429	444	437	466	483	508	516	553	470
животински	9	8	10	10	11	12	14	16	18	11

Структура

Белтъци - всичко	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
растителни	79,0	77,2	71,8	70,2	69,6	67,7	66,0	65,4	63,3	67,4
животински	21,0	22,8	28,2	29,8	30,4	32,3	34,0	34,6	36,7	32,6
Масни - всичко	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
растителни	66,0	57,4	53,8	50,7	56,0	50,0	48,4	51,6	51,5	52,6
животински	34,0	42,6	46,2	49,3	44,0	50,0	51,6	48,4	48,5	47,4
Въглеhidрати - всичко	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0
растителни	97,6	98,2	97,8	97,8	97,7	97,6	97,3	97,0	96,8	97,7
животински	2,4	1,8	2,2	2,2	2,3	2,4	2,7	3,0	3,2	2,3