

வகை 5.27: பின் தாமதம் பின் தாமதம் பின் தாமதம் பின் தாமதம், 2012 -2018
அட்டவணை 5.27: தினசரி நபர் ஒருவருக்கான கலோரிகள், புரதங்கள், கொழுப்புகளின் அளவு 2012 – 2018
Table 5.27: Availability of calories, protein and fat per day per person, 2012 – 2018

பொது சந்தர்ப்பம் பெரிய மற்றும் சிறிய	நபர் ஒருவருக்கான வரிசையாகும்	Type of nutrition and unit	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018 ⁽¹⁾
மனித	விலங்கு	Animal							
கலோரி	கலோரிகள்	Calories	174.50	178.61	179.32	180.12	175.32	181.43	209.43
புரதம்(கிராம்)	புரதம் (கிராம்)	Protein(gm)	21.53	22.31	23.58	24.65	23.68	24.11	18.00
மேது(கிராம்)	கொழுப்பு (கிராம்)	Fat(gm)	8.03	8.91	8.78	8.99	7.45	8.16	12.00
பூண்டு	தாவரம்	Vegetable							
கலோரி	கலோரிகள்	Calories	2,458.31	2,578.16	2,621.31	2,671.52	2,722.49	2,782.18	2,486.00
புரதம்(கிராம்)	புரதம் (கிராம்)	Protein(gm)	45.32	46.21	47.41	48.98	49.13	49.84	52.00
மேது(கிராம்)	கொழுப்பு (கிராம்)	Fat(gm)	38.39	38.86	38.92	39.17	39.10	39.83	47.00
மொத்தம்	மொத்தம்	Total							
கலோரி	கலோரிகள்	Calories	2,632.81	2,756.77	2,800.63	2,851.64	2,897.81	2,963.61	2,695.00
புரதம்(கிராம்)	புரதம் (கிராம்)	Protein(gm)	66.85	68.52	70.99	73.63	72.81	73.95	70.00
மேது(கிராம்)	கொழுப்பு (கிராம்)	Fat(gm)	46.42	47.77	47.70	48.16	46.55	47.99	59.00

(1) யாப்போலிசம் தற்காலிகமானது Provisional

மூலம் - பின்வரும் தகவல்கள் தேசிய மக்கள் தொகை கணக்கெடுப்பிலிருந்து

ஆதாரம் - தொகைகளைப் புள்ளிவிபரத் திணைக்களம்

Source - Department of Census and Statistics