

வலுவ 5.27 : உக் தினகடி உக் டுத்டுலகுகு டதலா டுபயென கருடர், டுர்டினு டத ஡ூட டுதலு 2016 - 2022
 அட்டவணை 5.27 : தினசரி நபர் ஒருவருக்கான கலோரிகள், புரதங்கள், கொழுப்புகளின் அளவு 2016 - 2022

Table 5.27 : Availability of calories, protein and fat per day per person 2016 - 2022

டுர்டினு டுதலு வர்யெ டத ஡ூதலு	நபர் ஒருவருக்கான விநியோகம்	Type of nutrition and unit	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022 ⁽¹⁾
டுதலு	வினங்கு	Animal							
கருடர்	கலோரிகள்	Calories	200	207	218	253	328	269	207
டுர்டினு (குதூ)	புரதம் (கிராம்)	Protein(gm)	18	19	19	21	26	21	17
஡ூட (குதூ)	கொழுப்பு (கிராம்)	Fat(gm)	11	11	12	14	17	16	11
஡ூதலு	தாவரம்	Vegetable							
கருடர்	கலோரிகள்	Calories	2,939	2,678	2,486	2,659	2,674	2,839	2,374
டுர்டினு (குதூ)	புரதம் (கிராம்)	Protein(gm)	60	52	52	53	53	58	46
஡ூட (குதூ)	கொழுப்பு (கிராம்)	Fat(gm)	39	44	47	47	48	45	39
஡ூதலு	஡ூதலு	Total							
கருடர்	கலோரிகள்	Calories	3,138	2,885	2,704	2,913	3,002	3,108	2,581
டுர்டினு (குதூ)	புரதம் (கிராம்)	Protein(gm)	78	71	71	74	79	79	63
஡ூட (குதூ)	கொழுப்பு (கிராம்)	Fat(gm)	49	55	59	61	65	60	50

(1) ஡ூதலு தற்காலிக஡ானது Provisional

஡ூதலு: ஡னலூடுன ஡ ஡஡ூலூடுன ஡ுடூர்஡ூலூடு
 ஡ூதலு: தூக஡திப்பு ஡ற்றும் புள்ளிவிபரத் தினைக்களம்
 Source: Department of Census and Statistics