

**Cuadro 3. DISPONIBILIDAD DIARIA DE CALORÍAS, PROTEÍNAS, GRASAS, SALES Y VITAMINAS  
POR HABITANTE, EN LA REPÚBLICA, SEGÚN GRUPOS DE ALIMENTOS: AÑO 2019**

| Lí-<br>nea<br>núm. | Año y grupos de alimentos (1)  | Dispo-<br>nibi-<br>lidad<br>anual<br>por ha-<br>bitante<br>(Kilos) | Disponibilidad diaria por habitante |                 |           |                 |        |                 |                 |                 |
|--------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------|-----------|-----------------|--------|-----------------|-----------------|-----------------|
|                    |                                |                                                                    | Calorías                            |                 | Proteínas |                 | Grasas |                 | Calcio          |                 |
|                    |                                |                                                                    | Unida-<br>des                       | Porcen-<br>taje | Gramos    | Porcen-<br>taje | Gramos | Porcen-<br>taje | Mili-<br>gramos | Porcen-<br>taje |
| 1                  | 2019                           |                                                                    | 2,736.0                             | 100.0           | 83.8      | 100.0           | 99.7   | 100.0           | 763.1           | 100.0           |
| 2                  | Cereales                       | 109.8                                                              | 1,054.8                             | 38.6            | 23.8      | 28.4            | 5.6    | 5.6             | 76.4            | 10.0            |
| 3                  | Raíces feculentas y tubérculos | 17.8                                                               | 35.5                                | 1.3             | 0.7       | 0.8             | 0.1    | 0.1             | 5.9             | 0.8             |
| 4                  | Azúcares                       | 27.3                                                               | 263.3                               | 9.6             | 0.6       | 0.7             | 0.4    | 0.4             | 43.2            | 5.7             |
| 5                  | Leguminosas                    | 6.9                                                                | 64.7                                | 2.4             | 4.3       | 5.1             | 0.3    | 0.3             | 18.8            | 2.5             |
| 6                  | Nueces y semillas oleaginosas  | 4.0                                                                | 17.0                                | 0.6             | 0.5       | 0.6             | 1.5    | 1.5             | 2.1             | 0.3             |
| 7                  | Hortalizas                     | 24.4                                                               | 29.2                                | 1.1             | 0.9       | 1.1             | 0.2    | 0.2             | 15.5            | 2.0             |
| 8                  | Frutas                         | 107.0                                                              | 131.8                               | 4.8             | 1.5       | 1.7             | 1.0    | 1.0             | 29.1            | 3.8             |
| 9                  | Carnes y despojos              | 80.6                                                               | 233.3                               | 8.5             | 21.7      | 25.9            | 15.4   | 15.5            | 16.5            | 2.2             |
| 10                 | Huevos                         | 9.1                                                                | 32.0                                | 1.2             | 2.4       | 2.9             | 2.3    | 2.3             | 11.0            | 1.4             |
| 11                 | Pescado y mariscos             | 13.0                                                               | 46.3                                | 1.7             | 6.6       | 7.9             | 2.0    | 2.0             | 46.4            | 6.1             |
| 12                 | Leche y productos derivados    | 46.2                                                               | 254.3                               | 9.3             | 19.4      | 23.1            | 11.2   | 11.2            | 486.6           | 63.8            |
| 13                 | Aceites y grasas               | 23.5                                                               | 551.9                               | 20.2            | 0.1       | 0.2             | 58.3   | 58.5            | 1.9             | 0.2             |
| 14                 | Estimulantes                   | 3.2                                                                | 21.7                                | 0.8             | 1.3       | 1.6             | 1.4    | 1.4             | 9.7             | 1.3             |

NOTA: La diferencia que se observa entre el total y los parciales se debe al redondeo.

(1) Excluye bebidas alcohólicas.

0.0 Cuando la cantidad es menor a la mitad de la unidad o fracción decimal adoptada para expresión del dato.

**Cuadro 3. DISPONIBILIDAD DIARIA DE CALORÍAS, PROTEÍNAS, GRASAS, SALES Y VITAMINAS  
POR HABITANTE, EN LA REPÚBLICA, SEGÚN GRUPOS DE ALIMENTOS: AÑO 2019**

| Disponibilidad diaria por habitante |                 |                                  |                 |             |                 |                |                 |             |                 |                 |                 | Lí-<br>nea<br>núm. |
|-------------------------------------|-----------------|----------------------------------|-----------------|-------------|-----------------|----------------|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------------|
| Hierro                              |                 | Vitamina A                       |                 | Tiamina B1  |                 | Riboflavina B2 |                 | Niacina     |                 | Ácido ascórbico |                 |                    |
| Mili-gramos                         | Porcen-<br>taje | Unidades<br>interna-<br>cionales | Porcen-<br>taje | Mili-gramos | Porcen-<br>taje | Mili-gramos    | Porcen-<br>taje | Mili-gramos | Porcen-<br>taje | Mili-gramos     | Porcen-<br>taje |                    |
| 20.4                                | 100.0           | 2,373.9                          | 100.0           | 1.4         | 100.0           | 1.6            | 100.0           | 20.6        | 100.0           | 66.0            | 100.0           | 1                  |
| 4.6                                 | 22.5            | 269.3                            | 11.3            | 0.6         | 44.5            | 0.2            | 15.6            | 5.4         | 26.2            | 0.0             | 0.0             | 2                  |
| 0.3                                 | 1.6             | 0.0                              | 0.0             | 0.0         | 2.7             | 0.0            | 0.9             | 0.5         | 2.4             | 12.0            | 18.2            | 3                  |
| 2.8                                 | 13.6            | 1.9                              | 0.1             | 0.0         | 0.4             | 0.0            | 0.6             | 0.1         | 0.3             | 0.0             | 0.0             | 4                  |
| 1.2                                 | 5.7             | 14.1                             | 0.6             | 0.1         | 8.1             | 0.0            | 2.2             | 0.4         | 1.8             | 0.6             | 0.9             | 5                  |
| 0.1                                 | 0.5             | 0.4                              | 0.0             | 0.0         | 1.3             | 0.0            | 0.3             | 0.3         | 1.3             | 0.1             | 0.1             | 6                  |
| 0.4                                 | 2.0             | 285.6                            | 12.0            | 0.0         | 2.1             | 0.1            | 5.6             | 0.4         | 2.1             | 9.5             | 14.4            | 7                  |
| 1.3                                 | 6.5             | 545.4                            | 23.0            | 0.2         | 12.5            | 0.1            | 8.8             | 1.0         | 5.1             | 41.7            | 63.2            | 8                  |
| 7.7                                 | 37.6            | 365.6                            | 15.4            | 0.3         | 18.9            | 0.4            | 27.2            | 9.7         | 47.3            | 0.8             | 1.2             | 9                  |
| 0.5                                 | 2.7             | 222.2                            | 9.4             | 0.0         | 1.7             | 0.1            | 4.3             | 0.0         | 0.1             | 0.0             | 0.0             | 10                 |
| 0.6                                 | 2.9             | 39.6                             | 1.7             | 0.0         | 1.5             | 0.0            | 2.4             | 1.8         | 8.8             | 0.0             | 0.0             | 11                 |
| 0.6                                 | 2.7             | 485.5                            | 20.5            | 0.1         | 4.1             | 0.5            | 30.3            | 0.2         | 1.0             | 1.2             | 1.8             | 12                 |
| 0.0                                 | 0.0             | 143.8                            | 6.1             | 0.0         | 0.0             | 0.0            | 0.0             | 0.0         | 0.0             | 0.0             | 0.0             | 13                 |
| 0.3                                 | 1.7             | 0.4                              | 0.0             | 0.0         | 2.3             | 0.0            | 1.8             | 0.7         | 3.6             | 0.0             | 0.0             | 14                 |