

MODELO DE DIETA ESPAÑOLA PARA LA DETERMINACIÓN DE LA EXPOSICIÓN DEL CONSUMIDOR A SUSTANCIAS QUÍMICAS

Madrid, 30 de mayo de 2006 (Rev. 1)

INTRODUCCIÓN

La utilización de sustancias químicas a lo largo de la cadena alimentaria, tanto por el sector productor como por la industria de transformación y distribución, aporta beneficios a la producción y distribución de los alimentos. Cabe destacar la mejora en los rendimientos de las cosechas y de la producción ganadera de los productos fitosanitarios y de los medicamentos de uso veterinario, respectivamente, consiguiéndose de esta forma abaratar los costes de las producciones y, por tanto, reducir el precio de venta al consumidor de los alimentos. Los aditivos alimentarios, cuyo uso en los productos alimenticios tiene un propósito tecnológico, permiten mejorar la presencia de los alimentos en el momento de su puesta en el mercado. Por otro lado, se utilizan materiales, como plásticos, papel, cartón, etc., para mantener en condiciones higiénicas los alimentos y permitir su distribución, así como para mejorar su presentación.

Sin embargo, este beneficio tiene un riesgo asociado a la inevitable presencia de sustancias químicas en el alimento, constituyendo un factor de peligro, que debe ser analizado de una manera eficaz, para garantizar así la inocuidad de los alimentos. Durante el proceso de evaluación de estas sustancias, con vistas a su autorización o inclusión en listas positivas, tanto a nivel nacional como comunitario, la relación riesgo/beneficio debe ser valorada, prevaleciendo en todo momento la seguridad del consumidor.

La presencia de sustancias químicas ajenas al propio alimento también puede tener un origen no intencionado, producida por la contaminación medioambiental (aire, agua o suelo), como subproductos de procesos industriales o incluso por la preparación doméstica de los alimentos (barbacoas, frituras, etc.), cuyo riesgo también debe ser objeto de análisis.

El análisis del riesgo es un proceso secuencial formado por tres elementos interrelacionados: determinación del riesgo, gestión del riesgo y comunicación del riesgo. La determinación de la exposición es una de las etapas que forman parte de la determinación del riesgo y consiste en la evaluación cualitativa y/o cuantitativa de la ingestión probable del factor de peligro a través de los alimentos y de otras fuentes, si las hay. Aparte de la información sobre los propios factores (fuente, distribución, características, niveles, etc.), es necesario conocer los hábitos alimentarios de la población.

El modelo que aquí se presenta contiene los datos de la dieta española que nos va a servir como referencia para la determinación de la exposición del consumidor español a los factores de peligro de origen químico, aunque también nos puede aportar información muy valiosa sobre aportaciones de nutrientes en la dieta.

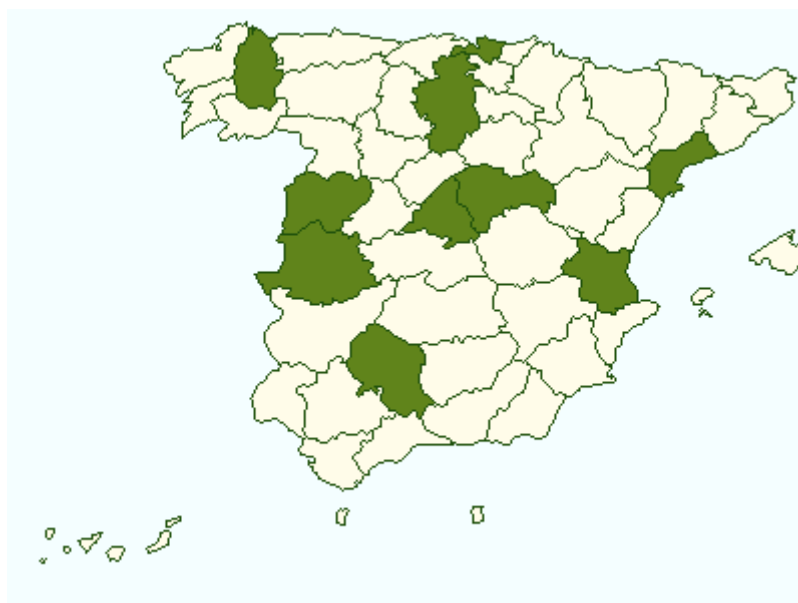
OBTENCION DE DATOS

Los datos se han obtenido del “Estudio sobre dietas y hábitos alimentarios en la población española”¹ realizado por el Departamento de Nutrición de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid para el Consejo de Seguridad Nuclear (CSN), en colaboración con el Centro de Investigaciones Energéticas, Medioambientales y Tecnológicas (CIEMAT).

¹ “Estudio sobre dietas y hábitos alimentarios en la población española”. Colección documentos CSN. Referencia Doc. 05.01. Consejo de Seguridad Nuclear, 2002.

Este estudio fue realizado sobre individuos de 0 a 60 años seleccionados en una serie de provincias españolas divididos en 6 grupos de edad (menores de 1 año, 1-2 años, 2-7 años, 7-12 años, 12-17 años y mayores de 17 años), habiéndose elegido poblaciones características del entorno de las instalaciones nucleares y radioactivas (Tarragona, Cáceres, Burgos, Guadalajara, Valencia, Salamanca, Córdoba, Vizcaya, Lugo y Madrid), añadiendo las provincias de Lugo y Vizcaya con el fin de tener representadas todas las zonas geográficas peninsulares. Para una precisión del 5%, la muestra teórica a estudiar en cada provincia era de 400 personas. La recogida de datos dietéticos sobre consumo de los distintos alimentos se obtuvo a partir de "Cuestionarios de registro del consumo de alimentos" aplicados durante 3 días incluido un domingo.

En el siguiente mapa se representan las provincias seleccionadas en este estudio:



Este estudio presenta dos inconvenientes, ya que no se encuentran representadas las Comunidades Autónomas de Canarias e Illes Balears y el criterio de selección de las provincias no ha sido aleatorio, sino que está basado en un criterio específico (entorno de las instalaciones nucleares y radioactivas), aunque con la inclusión de las provincias de Lugo y Vizcaya se buscase una representación de todas las zonas geográficas peninsulares.

Existen otros estudios que recogen datos a nivel nacional, como son el estudio nacional de nutrición y alimentación del INE² y el panel de consumo alimentario del MAPA³. El estudio nacional de nutrición y alimentación del INE, basado en los datos de presupuestos familiares, recoge información del gasto en la compra de alimentos y no incluye el consumo de alimentos tomados fuera de casa, a la vez que los datos se refieren al periodo comprendido entre abril de 1990 y marzo de 1991. El estudio del MAPA contiene información más actual (desde el año 1987 hasta el año 2003), pero los resultados también se corresponden con alimentos comprados, aunque en este caso sí se incluye el consumo fuera del hogar, y no con alimentos consumidos. En consecuencia, los datos de estos estudios incluyen los alimentos sobrantes y los alimentos deteriorados que no se consumen. Por otro lado, no es posible determinar los hábitos alimentarios por grupos de edad.

² "Estudio Nacional de Nutrición y Alimentación 1991". Tomo I. Encuesta de Presupuestos Familiares 1990-1991. INE.

³ "La Alimentación en España, 2003". Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, 2004.

Por ello se optó finalmente por usar como referencia el estudio del CSN, ya que nos permite conocer las cantidades reales de alimentos consumidas, con la posibilidad de seleccionar distintos grupos de edad.

EXPLOTACION DE RESULTADOS DEL ESTUDIO DEL CSN

El estudio del CSN publicado ofrece información por grupos de alimentos, a pesar de que las encuestas reflejaban los consumos de cada alimento. Con el objeto de extraer estos resultados, la Agencia Española de Seguridad Alimentaria suscribió un convenio de colaboración con la Universidad Complutense de Madrid en el año 2003 para la explotación de estos datos.

Resulta de gran interés en el análisis de riesgos conocer los niveles de exposición en determinados grupos vulnerables, como pueden ser los niños. Para simplificar el modelo a utilizar, se seleccionaron dos grupos de edad de los seis analizados:

- Niños de 7-12 años (903 encuestas): es el segmento intermedio, entre los 2 y los 17 años, que se corresponde con una etapa de alto consumo de alimentos variados y un bajo peso corporal (90% del consumo medio en adultos y aproximadamente la mitad de peso corporal).
- Adultos 17-60 años (1060 encuestas): Este segmento abarca la mayor parte de la población española y se caracteriza por tener una pautas de consumo similares a lo largo de todo el intervalo junto con un peso corporal relativamente estable.

La muestra final que fue objeto de estudio en el marco del convenio suscrito entre la AESA y la Universidad Complutense estaba repartida de la siguiente manera (Tabla 1):

Tabla 1.- Número de individuos estudiados

	Niños de 7- 12 años		Adultos \geq 17 años	
	Varones	Mujeres	Varones	Mujeres
Burgos	45	43	60	54
Cáceres	48	45	49	53
Córdoba	48	46	46	43
Guadalajara	46	44	50	54
Lugo	46	42	55	55
Madrid	48	45	49	53
Salamanca	44	48	65	46
Tarragona	40	53	53	50
Valencia	47	44	76	52
Vizcaya	42	39	50	47
Total	454	449	553	507

RESULTADOS

La información se presenta en cuatro tablas:

Tabla 2.1.- Dieta de los niños de edad comprendida entre los 7 y 12 años (resultados en gramos por persona y día)

Tabla 2.2.- Dieta de los niños de edad comprendida entre los 7 y 12 años (resultados en gramos por kilogramo de peso corporal y día)

Tabla 3.1.- Dieta de los adultos de edad comprendida entre los 17 y los 60 años (resultados en gramos por persona y día)

Tabla 3.2.- Dieta de los adultos de edad comprendida entre los 17 y los 60 años (resultados en gramos por kilogramo de peso corporal y día)

En la columna de “toda la población” se recoge el dato del consumo medio (media) y su desviación estándar (DE), de cada alimento, teniendo en cuenta tanto los encuestados que consumieron dicho alimento como los que no. Esta información es útil para determinar la exposición a largo plazo (ingesta crónica).

En la columna de “solo consumidores” se incluye el número de encuestados que consumieron cada uno de los alimentos (N), su porcentaje con respecto al total de la población (% Consumidores), el consumo medio de éstos (media) y su desviación estándar (DE), y la dieta estimada de un consumidor extremo (percentil 97,5%) de dicho alimento (Consumo 97,5%). Quedan descartados en esta columna aquellos consumidores que no ingirieron absolutamente nada de dicho alimento. Esta información nos va a permitir determinar la exposición a corto plazo (ingesta aguda) para aquellas sustancias químicas susceptibles de ocasionar riesgos agudos en las personas.

Tabla 2.1- Consumo de alimentos por la población infantil peninsular española (g/persona.día)

DATOS (g/persona.día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
TODOS	1373,35						
1. CEREALES	174,57						
Arroz	16,19	20,87	434	48,06	33,69	17,79	68,57
Maíz	0,89	3,8	69	7,64	11,7	7,95	27,28
Harina de maíz	0,04	0,54	8	0,89	4,63	3,7	11,88
Harina de trigo	3,14	5,43	359	39,76	7,89	6,05	19,75
Pan blanco	76,66	44,18	874	96,79	79,21	42,6	162,7
Pan integral	1	7,44	26	2,88	34,62	28,06	89,61
Pastas (fideos, macarrones, etc.)	17,68	18,47	594	65,78	26,87	16,47	59,15
Galletas	20,68	25,66	583	64,56	32,03	25,63	82,25
Churros	1,26	5,9	59	6,53	19,36	13,64	46,08
Bolos	22,01	29,79	466	51,61	42,65	28,97	99,42
Pastas y pasteles	6,36	18,43	150	16,61	38,29	28,74	94,62
Cereales de desayuno	8,54	13,19	351	38,87	21,98	12,34	46,16
Cereales infantiles	0,12	2,07	4	0,44	26,75	18,55	63,12
2. RAICES Y TUBERCULOS	67,62						
Nabos	0,04	0,75	3	0,33	10,67	9,29	28,88
Rábanos	0,04	0,87	2	0,22	18,5	2,12	22,66
Remolacha	0,05	1,15	2	0,22	23,5	9,19	41,52
Zanahoria	5,87	9,04	424	46,95	12,51	9,54	31,21
Boniato y batata	0	0	0	0	0	0	0
Patata	54,96	43,91	776	85,94	63,95	40,84	143,99
Puré de patatas en copos	0,12	1,44	11	1,22	9,73	9,24	27,84
Patatas fritas (comerciales)	6,53	12,92	299	33,11	19,74	15,61	50,33
3. LEGUMBRES	15,58						
Garbanzos	4,06	9,87	168	18,6	21,84	11,65	44,67
Guisantes secos	0,06	1,28	2	0,22	27	4,24	35,32
Habas secas	0,07	1,08	4	0,44	14,75	7,72	29,88
Judías (blancas y pintas)	3,97	10,59	136	15,06	26,38	12,44	50,75
Lentejas	7,42	13,47	236	26,14	28,37	9,98	47,94
4. AZÚCAR Y MIEL	6,54						
Azúcar	5,95	9,5	429	47,51	12,53	10,38	32,87
Miel	0,59	3,51	37	4,1	14,49	10,06	34,2
5. FRUTOS SECOS Y SEMILLAS OLEAGINOSAS	3,89						
Almendras con cáscara	0,03	0,62	2	0,22	12,5	6,36	24,97
Almendras sin cáscara	0,15	1,45	14	1,55	9,79	6,7	22,93
Turrone y mazapanes	0,13	1,69	7	0,78	17,14	9,46	35,68

DATOS (g/persona.día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Avellanas	0,04	0,66	4	0,44	8,75	5,38	19,29
Cacahuètes	0,27	1,87	22	2,44	11,14	4,81	20,57
Castañas	0,63	5,16	15	1,66	37,8	14,51	66,24
Nueces con cáscara	0,06	0,81	5	0,55	10,4	3,71	17,68
Nueces sin cáscara	0,06	0,94	4	0,44	13,5	4,65	22,62
Pipas de girasol	1	4,17	66	7,31	13,68	8,06	29,49
Pistachos	0,05	0,76	5	0,55	9,4	4,34	17,9
Aceitunas	1,47	9,19	140	15,5	9,5	21,7	52,04
6. ACEITES Y GRASAS VEGETALES	27,46						
Aceite de oliva	24,36	8,72	893	98,89	24,64	8,38	41,06
Aceite de girasol	0,57	2,75	59	6,53	8,68	6,81	22,03
Aceite de maíz	0	0	0	0	0	0	0
Aceite de soja	0	0	0	0	0	0	0
Margarina	0,69	3,07	78	8,64	8,01	7,16	22,05
Mayonesa comercial	1,83	5,41	128	14,17	12,92	7,94	28,49
7. ESTIMULANTES	17,6						
Bombones	0,1	1,33	8	0,89	10,75	9,81	29,98
cacao	9,69	10,55	607	67,22	14,42	9,88	33,78
Chocolate	0,85	4,14	55	6,09	14	9,95	33,5
Chocolate con leche	6,96	11,63	366	40,53	17,18	12,57	41,81
8. ESPECIAS							
9. HORTICOLAS	95,35						
Acelgas	2,61	10,69	92	10,19	25,62	23,17	71,04
Ajo	0,6	1,47	207	22,92	2,6	2,05	6,62
Alcachofas	0,96	6,19	34	3,77	25,47	20,07	64,8
Apio	0,14	1,51	29	3,21	4,41	7,33	18,78
Berenjena	0,36	3,65	14	1,55	23,36	18,6	59,82
Calabaza y calabacín	2,06	9,4	79	8,75	23,56	22,57	67,8
Cardo	0	0	0	0	0	0	0
Cebolla y cebolleta	6,26	7,48	581	64,34	9,73	7,29	24,01
Coles y repollo	1,64	7,85	110	12,18	13,47	18,68	50,08
Coliflor	1,78	9,72	43	4,76	37,3	25,91	88,09
Champiñones y setas	0,76	4,57	37	4,1	18,51	13,63	45,23
Espárragos	0,88	4,99	48	5,32	16,6	14,53	45,08
Espinacas	2,69	11,3	74	8,19	32,84	23,95	79,77
Grelos y nabizas	0,32	3,96	12	1,33	23,83	26	74,78
Guisantes congelados	1,28	5,42	84	9,3	13,81	11,99	37,31
Guisantes verdes	1,09	6,99	60	6,64	16,47	22,13	59,83
Habas	0,23	2,61	15	1,66	13,73	15,5	44,12
Judías verdes	7,76	20,79	180	19,93	38,92	30,95	99,58
Lechuga y escarola	13,92	23,67	341	37,76	36,87	25,26	86,37
Melones	4,72	23,76	47	5,2	90,72	55,69	199,88
Pepinos	1,02	4,95	73	8,08	12,66	12,55	37,26
Pimientos	3,83	8,6	347	38,43	9,98	11,46	32,45
Puerros	1,02	4,59	98	10,85	9,37	10,82	30,57
Sandías	6,59	34,14	44	4,87	135,27	81,48	294,98
Soja	0,11	1,26	8	0,89	12,13	6,2	24,27

DATOS (g/persona.día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Tomate	13,81	21,93	415	45,96	30,04	23,65	76,39
Tomate en conserva al natural	5,26	15,39	144	15,95	33,01	23,92	79,89
Tomate en conserva frito	12,95	18,45	386	42,75	30,29	16,45	62,53
Ketchup	0,69	3,25	78	8,64	7,97	8,05	23,75
10. PESCADOS Y MARISCOS	63,3						
Abadejo	0,44	3,72	15	1,66	26,67	11,9	49,98
Anguila	0	0	0	0	0	0	0
Angulas	0,07	1,51	2	0,22	31,5	9,19	49,52
Arenque	0,04	1,33	1	0,11	40	0	0
Atún	0,45	4,89	14	1,55	29,29	27,35	82,88
Conservas en aceite de atún, bonito, caballa y otros	2,28	6,49	146	16,17	14,08	9,74	33,17
Conservas en escabeche de atún, bonito, caballa y otros	0,19	2,33	8	0,89	21,75	12,88	47
Bacaladilla	0,85	6,07	28	3,1	27,36	21,88	70,24
Besugo	0,12	2,56	2	0,22	52,5	20,51	92,69
Bonito	0,82	8,22	17	1,88	43,71	42,66	127,32
Boquerón	1,72	9,83	43	4,76	36,02	28,48	91,83
Breca y faneca	0	0	0	0	0	0	0
Caballa	0,11	2,18	3	0,33	32,33	24,01	79,39
Congrio	0,1	1,72	5	0,55	17,2	17,41	51,33
Dorada	0,13	2,78	2	0,22	58,5	12,02	82,06
Huevas frescas	0	0	0	0	0	0	0
Jurel o chicharro	0,1	2,22	2	0,22	47	4,24	55,32
Lenguado y gallo	7,56	22,14	125	13,84	54,63	31,19	115,75
Lubina	0,48	6,23	6	0,66	72,33	27,7	126,62
Merluza en rodajas	19,21	35,34	249	27,57	69,66	31,84	132,07
Mero	0,83	8,39	13	1,44	57,62	41,86	139,66
Mújol	0	0	0	0	0	0	0
Palometa	0,16	2,83	3	0,33	49	4,58	57,98
Pescadilla	4,06	17,71	54	5,98	67,83	30,48	127,57
Pescaditos (chanquetes, morralla, etc.)	0	0	0	0	0	0	0
Pez espada	0,69	6,84	12	1,33	51,67	30,97	112,37
Rape	1,76	5,95	105	11,63	15,1	10,21	35,1
Raya	0,21	3,73	3	0,33	64	12,77	89,02
Rodaballo	0,15	3,15	2	0,22	67	0	0
Salazones o ahumados de bacalao y otros pobres en grasa	0,39	4,68	10	1,11	35,1	28,97	91,89
Salmón	0,77	7,27	16	1,77	43,31	34,86	111,64
Salmonetes	0	0	0	0	0	0	0

DATOS (g/persona.día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Sardinas	1,06	8,28	16	1,77	59,81	19,47	97,97
Conservas en aceite de sardina	0,28	3,05	10	1,11	25,2	15,24	55,06
Conservas en escabeche de sardina	0,03	1	1	0,11	30	0	0
Salazones o ahumados de arenques, sardinas y otros ricos en grasa	0,25	3,61	7	0,78	32,71	26,92	85,48
Trucha	1,11	8,49	17	1,88	58,94	21,02	100,13
Calamares, sepia y similares	5,18	15,06	178	19,71	26,27	24,47	74,23
Conservas de calamares y similares	1,23	5,89	63	6,98	17,62	14,51	46,05
Cangrejos, nécoras y similares	0,55	4,68	18	1,99	27,5	19,38	65,49
Centollos	0	0	0	0	0	0	0
Cigalas, langostinos, gambas y camarones	3,86	10,3	205	22,7	17	15,63	47,64
Langosta y bogavante	0	0	0	0	0	0	0
Mejillones	2,68	10,11	140	15,5	17,29	20,23	56,95
Conservas de mejillones	0,07	0,99	6	0,66	11,17	5,46	21,86
Moluscos bivalvos (almejas, chirlas, berberechos)	2,15	6,62	135	14,95	14,39	10,84	35,65
Conservas de almejas, berberechos y similares	0,48	5,06	20	2,21	21,75	27,02	74,71
Ostras	0	0	0	0	0	0	0
Percebes	0,02	0,63	1	0,11	19	0	0
Pulpo	0,66	5,85	12	1,33	49,58	12,51	74,1
Vieiras	0	0	0	0	0	0	0
11. HUEVOS	24,34						
Huevos de gallina	24,34	19,97	723	80,07	30,4	17,72	65,12
12. FRUTAS	211,45						
Aguacate	0,05	0,96	3	0,33	13,67	11,55	36,3
Albaricoque	1,01	8,2	17	1,88	53,41	28,64	109,54
Caqui	0,15	2,86	3	0,33	44	28,16	99,19
Cerezas y guindas	2,97	15,46	39	4,32	68,72	32,19	131,82
Ciruelas	1,33	16,07	15	1,66	80,27	99,27	274,83
Ciruelas secas	0	0	0	0	0	0	0
Chirimoyas	0,21	3,73	3	0,33	62,33	21,94	105,33
Dátiles	0	0	0	0	0	0	0
Fresas, fresones y frambuesas	2,24	10,12	57	6,31	35,47	21,2	77,02
Fruta de la pasión	0,03	0,9	1	0,11	27	0	0
Granada	0,27	4,27	4	0,44	60,5	25,17	109,84
Guayaba	0,08	2,5	1	0,11	75	0	0
Higos secos	0	0	0	0	0	0	0



DATOS (g/persona.día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Higos y brevas	0,06	1,66	1	0,11	50	0	0
Kiwi	1,37	8,59	26	2,88	47,65	19,17	85,24
Limón	0,21	2,54	10	1,11	18,6	16,35	50,65
mandarina	5,54	20,81	96	10,63	52,09	40,74	131,95
Mango	0	0	0	0	0	0	0
Manzana	37,87	59,06	353	39,09	96,88	56,61	207,84
Melocotón	5,06	26,93	41	4,54	111,54	64,63	238,22
Melocotón en almíbar	1,18	8,05	22	2,44	48,55	19,42	86,62
Membrillo	0,38	5,59	7	0,78	49,57	43,13	134,11
Membrillo y pastas de frutas	0,12	1,37	9	1	11,78	7,48	26,44
Naranja	30,83	69,07	230	25,47	121,05	88,44	294,39
Nísperos	1,02	8,44	16	1,77	57,31	29,1	114,34
Papaya	0	0	0	0	0	0	0
Pera	14,2	32,17	189	20,93	67,85	36,14	138,69
Piña	0,62	8,2	9	1	62,22	57,2	174,33
Piña en almíbar	0,16	2,98	3	0,33	48,33	22,74	92,91
Plátano	33,72	49,59	360	39,87	84,58	43,19	169,24
Pomelo	0	0	0	0	0	0	0
Uvas blancas y negras	1,1	7,85	26	2,88	38,08	27,58	92,14
Uvas pasas	0,02	0,41	3	0,33	6,33	4,04	14,25
Potitos infantiles de fruta	0,09	2,76	1	0,11	83	0	0
Zumos de cítricos	40,93	77,76	269	29,79	137,39	83,97	301,97
Zumos de otras frutas	26,94	65,83	185	20,49	131,48	86,17	300,38
Mermeladas	1,71	5,1	130	14,4	11,85	7,77	27,08
13. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	428,37						
Batidos lácteos	9,29	33,59	86	9,52	97,51	57,18	209,58
Helados	9,38	22,61	166	18,38	51,01	25,65	101,29
Leche entera de vaca	285,92	160,23	822	91,03	314,1	139,09	586,72
Leche desnatada de vaca	5,19	44,3	17	1,88	275,47	177,54	623,45
Leche semidesnatada de vaca	23,93	97,43	62	6,87	348,47	159,41	660,9
Leche concentrada de vaca	0,01	0,22	3	0,33	3,67	1,15	5,93
Leche en polvo entera de vaca	0,01	0,33	1	0,11	10	0	0
Leche en polvo desnatada de vaca	0,01	0,23	1	0,11	7	0	0
Leche condensada	0,03	0,52	3	0,33	9	1,73	12,39
Leche de cabra	0,68	19,41	3	0,33	204	328,23	847,32
Mantequilla	1,99	4,69	190	21,04	9,44	5,87	20,94
Nata	0,75	4,16	48	5,32	14,04	11,93	37,42
Natillas y flanes comerciales	11,07	25,72	170	18,83	58,82	26,56	110,88

DATOS (g/persona.día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Quesos	14,43	17,86	606	67,11	21,5	17,98	56,75
Requesón	0,93	7,59	20	2,21	42,05	30,29	101,41
Yogur con frutas	4,95	20,68	64	7,09	69,83	39,02	146,31
Yogur desnatado	1,64	15,6	14	1,55	105,93	70,59	244,29
Yogur entero	58,17	64,95	545	60,35	96,38	57,49	209,07
14. CARNE Y DESPOJOS	153,8						
Caballo	0,12	3,34	2	0,22	54	65,05	181,5
Cabrito	0,07	2,23	1	0,11	67	0	0
Callos	0,26	3,62	6	0,66	39,83	21,83	82,62
Caracoles	0,06	1,2	2	0,22	25	7,07	38,86
Carne magra de cerdo	12,13	25,07	225	24,92	48,66	27,29	102,14
Carne semigrasa de cerdo	3,05	14,36	56	6,2	49,23	32,65	113,22
Chuletas de cerdo	4,3	17,17	65	7,2	59,69	28,23	115,03
Jamón cocido (york, dulce), lacón, paletilla	12,91	17,85	416	46,07	28,01	16,37	60,09
Jamón serrano	7,56	14,88	272	30,12	25,11	17,17	58,77
Lomo embuchado	1,4	6,18	61	6,76	20,66	13,03	46,2
Carne magra de ternera	30,84	45,43	406	44,96	68,6	44,72	156,25
Carne semigrasa de ternera	6,29	22,18	107	11,85	53,08	40,99	133,43
Chuletas de ternera	1,43	11,59	18	1,99	71,94	41,83	153,93
Carne picada, hamburguesas	9,31	19,67	229	25,36	36,73	22,8	81,42
Conejo	2,53	14,27	42	4,65	54,33	39,96	132,66
Chuletas de cordero	3,07	15,28	46	5,09	60,22	34,07	126,99
Pierna y paletilla de cordero	2,09	13,35	29	3,21	65,1	38,62	140,79
Otras piezas de cordero	0,88	7,38	19	2,1	41,84	30,32	101,26
Filetes de pollo	10,11	23,42	188	20,82	48,55	27,74	102,92
Pollo y gallina	32,94	43,71	508	56,26	58,56	43,55	143,9
Hígado	0,47	4,55	11	1,22	38,73	15,5	69,1
Lengua	0,35	3,54	11	1,22	29	14,66	57,74
Mollejas	0,01	0,27	1	0,11	8	0	0
Patés	2,12	6,33	113	12,51	16,91	8,4	33,37
Perdiz	0,42	6,39	4	0,44	93,75	24,81	142,38
Riñones	0,11	2,04	3	0,33	32	18,52	68,3
Salchichas frescas	3,1	12,77	67	7,42	41,76	24,27	89,33
Salchichas tipo frankfurt	5,84	15,03	155	17,17	34,05	18,88	71,05
Sangre	0	0	0	0	0	0	0
Sesos	0,03	0,62	3	0,33	10	5	19,8
15. GRASAS Y ACEITES ANIMALES	24,47						
Bacon	1,11	5,03	75	8,31	13,32	12	36,84
Butifarra	0,37	3,77	11	1,22	30,45	16,58	62,95



DATOS (g/persona.día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Cabeza de jabalí	0,09	1,42	4	0,44	20,75	5,68	31,88
Caldo en cubitos	0,96	1,43	334	36,99	2,59	1,15	4,85
Chorizo	11,45	13,35	577	63,9	17,93	12,76	42,93
Manteca de cerdo	0,08	0,87	14	1,55	5,36	4,72	14,6
Morcilla	0,95	4,22	89	9,86	9,62	9,91	29,04
Mortadela	4,38	10,74	186	20,6	21,26	14,19	49,07
Panceta	0,35	3,16	16	1,77	19,88	13,61	46,55
Salchichón	3,4	8,94	160	17,72	19,2	12,16	43,04
Tocino	1,32	3,25	205	22,7	5,82	4,52	14,68
16. PLATOS PREPARADOS	16,41						
Preparados dietéticos	0	0	0	0	0	0	0
Albóndigas precocinadas	0,62	5,75	12	1,33	46,83	18,81	83,7
Croquetas precocinadas	1,66	6,89	58	6,42	25,79	10,81	46,97
Empanadillas precocinadas	0,98	6,71	26	2,88	34,12	21,14	75,54
Pizzas	10,79	28,86	137	15,17	71,1	34,71	139,14
Carne empanada y pasteles de carne precocinados	0,6	5,77	11	1,22	49,18	19,38	87,17
Pescado empanado y pasteles de pescado precocinados	1,35	8,8	28	3,1	43,68	25,89	94,42
Sopas y cremas comerciales	0,41	4,69	14	1,55	26,36	28,15	81,53
17. BEBIDAS	42,61						
Anises, aguardientes y licores dulces	0	0	0	0	0	0	0
Cerveza	0,07	2,23	1	0,11	67	0	0
Cava	0	0	0	0	0	0	0
Cañac, whisky, ginebra, ron, etc.	0	0	0	0	0	0	0
Sidra	0	0	0	0	0	0	0
Vermut	0	0	0	0	0	0	0
Vinos dulces	0	0	0	0	0	0	0
Vinos finos	0	0	0	0	0	0	0
Vinos de mesa	0,26	1,66	36	3,99	6,56	5,33	17,01
Cerveza sin alcohol	0	0	0	0	0	0	0
Horchata	0,41	6,17	4	0,44	91,75	16,5	124,09
Refrescos, gaseosas, colas y bitter	41,86	85,5	250	27,69	151,21	99,4	346,04

Tabla 2.2.- Consumo de alimentos por la población infantil peninsular española (g/Kg_{peso corporal}·día)

DATOS (Kg _{peso corporal} ·día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumidores	Media	DE	Consumo 97,50%
TODOS	41,2124						
1. CEREALES	5,2099						
Arroz	0,4831	0,6122	434	48,06	1,0051	0,5049	1,9946
Maíz	0,0265	0,1152	69	7,64	0,3468	0,2519	0,8405
Harina de maíz	0,0011	0,0139	8	0,89	0,1270	0,0807	0,2850
Harina de trigo	0,0951	0,1692	359	39,76	0,2391	0,1938	0,6189
Pan blanco	2,2807	1,3563	874	96,79	2,3564	1,3123	4,9284
Pan integral	0,0316	0,2422	26	2,88	1,0981	0,9482	2,9565
Pastas (fideos, macarrones, etc.)	0,5375	0,5658	594	65,78	0,8171	0,5080	1,8128
Galletas	0,6241	0,7681	583	64,56	0,9666	0,7633	2,4626
Churros	0,0367	0,1730	59	6,53	0,5619	0,4062	1,3581
Bollos	0,6468	0,8474	466	51,61	1,2534	0,7943	2,8101
Pastas y pasteles	0,1830	0,5395	150	16,61	1,1019	0,8618	2,7911
Cereales de desayuno	0,2601	0,4068	351	38,87	0,6691	0,3900	1,4335
Cereales infantiles	0,0037	0,0607	4	0,44	0,8240	0,4528	1,7114
2. RAICES Y TUBERCULOS	2,0239						
Nabos	0,0015	0,0321	3	0,33	0,4377	0,4220	1,2648
Rábanos	0,0015	0,0322	2	0,22	0,6841	0,0427	0,7678
Remolacha	0,0017	0,0400	2	0,22	0,7853	0,4608	1,6884
Zanahoria	0,1790	0,2787	424	46,95	0,3813	0,2972	0,9638
Boniato y batata	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Patata	1,6450	1,3358	776	85,94	1,9142	1,2493	4,3627
Puré de patatas en copos	0,0037	0,0472	11	1,22	0,3052	0,3163	0,9251
Patatas fritas (comerciales)	0,1914	0,3705	299	33,11	0,5782	0,4372	1,4350
3. LEGUMBRES	0,4736						
Garbanzos	0,1203	0,2922	168	18,60	0,6468	0,3442	1,3214
Guisantes secos	0,0022	0,0480	2	0,22	1,0000	0,2828	1,5544
Habas secas	0,0019	0,0330	4	0,44	0,4289	0,2883	0,9941
Judías (blancas y pintas)	0,1224	0,3298	136	15,06	0,8126	0,4023	1,6011
Lentejas	0,2268	0,4151	236	26,14	0,8677	0,3207	1,4964
4. AZÚCAR Y MIEL	0,1966						
Azúcar	0,1776	0,2788	429	47,51	0,3739	0,3004	0,9626
Miel	0,0190	0,1113	37	4,10	0,4637	0,3137	1,0785
5. FRUTOS SECOS Y SEMILLAS OLEAGINOSAS	0,1138						
Almendras con cáscara	0,0009	0,0222	2	0,22	0,4235	0,2915	0,9948
Almendras sin cáscara	0,0047	0,0452	14	1,55	0,3019	0,2127	0,7189
Turrone y mazapanes	0,0036	0,0451	7	0,78	0,4581	0,2513	0,9506



DATOS (Kg _{peso} corporal·día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Avellanas	0,0012	0,0188	4	0,44	0,2637	0,1175	0,4940
Cacahuetes	0,0088	0,0623	22	2,44	0,3611	0,1822	0,7182
Castañas	0,0178	0,1492	15	1,66	1,0720	0,4735	2,0000
Nueces con cáscara	0,0017	0,0253	5	0,55	0,3141	0,1456	0,5995
Nueces sin cáscara	0,0016	0,0255	4	0,44	0,3650	0,1369	0,6334
Pipas de girasol	0,0280	0,1146	66	7,31	0,3835	0,2097	0,7945
Pistachos	0,0015	0,0215	5	0,55	0,2694	0,1163	0,4974
Aceitunas	0,0440	0,3072	140	15,50	0,2838	0,7376	1,7294
6. ACEITES Y GRASAS VEGETALES	0,8225						
Aceite de oliva	0,7325	0,2846	893	98,89	0,7407	0,2754	1,2804
Aceite de girasol	0,0185	0,0904	59	6,53	0,2828	0,2262	0,7262
Aceite de maíz	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Aceite de soja	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Margarina	0,0201	0,0912	78	8,64	0,2329	0,2175	0,6591
Mayonesa comercial	0,0514	0,1527	128	14,17	0,3627	0,2278	0,8092
7. ESTIMULANTES	0,5266						
Bombones	0,0030	0,0406	8	0,89	0,3399	0,2850	0,8985
cacao	0,2846	0,3009	607	67,22	0,4234	0,2755	0,9634
Chocolate	0,0267	0,1306	55	6,09	0,4387	0,3175	1,0611
Chocolate con leche	0,2122	0,3536	366	40,53	0,5236	0,3814	1,2711
8. ESPECIAS							
9. HORTICOLAS	2,8617						
Acelgas	0,0802	0,3262	92	10,19	0,7868	0,7017	2,1622
Ajo	0,0173	0,0419	207	22,92	0,0755	0,0573	0,1878
Alcachofas	0,0345	0,2583	34	3,77	0,9158	0,9960	2,8680
Apio	0,0046	0,0433	29	3,21	0,1418	0,2008	0,5353
Berenjena	0,0116	0,1189	14	1,55	0,7484	0,6216	1,9666
Calabaza y calabacín	0,0626	0,2755	79	8,75	0,7161	0,6355	1,9618
Cardo	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Cebolla y cebolleta	0,1887	0,2271	581	64,34	0,2933	0,2224	0,7292
Coles y repollo	0,0492	0,2370	110	12,18	0,4036	0,5661	1,5130
Coliflor	0,0509	0,2776	43	4,76	1,0689	0,7354	2,5103
Champiñones y setas	0,0205	0,1231	37	4,10	0,5013	0,3630	1,2129
Espárragos	0,0268	0,1459	48	5,32	0,5040	0,4037	1,2952
Espinacas	0,0809	0,3383	74	8,19	0,9871	0,7124	2,3834
Grelos y nabizas	0,0098	0,1220	12	1,33	0,7340	0,8000	2,3020
Guisantes congelados	0,0397	0,1740	84	9,30	0,4265	0,4024	1,2153
Guisantes verdes	0,0299	0,1674	60	6,64	0,4505	0,4854	1,4019
Habas	0,0070	0,0755	15	1,66	0,4225	0,4227	1,2511
Judías verdes	0,2390	0,6428	180	19,93	1,1989	0,9616	3,0837
Lechuga y escarola	0,4174	0,7199	341	37,76	1,1054	0,7825	2,6391
Melones	0,1388	0,7143	47	5,20	2,6667	1,7655	6,1271
Pepinos	0,0324	0,1765	73	8,08	0,4002	0,4911	1,3628
Pimientos	0,1149	0,2617	347	38,43	0,2989	0,3511	0,9872
Puerros	0,0302	0,1344	98	10,85	0,2778	0,3139	0,8931
Sandías	0,1895	0,9658	44	4,87	3,8889	2,2012	8,2033
Soja	0,0035	0,0411	8	0,89	0,3897	0,2129	0,8070

DATOS (Kg _{peso} corporal·día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Tomate	0,4116	0,6701	415	45,96	0,8957	0,7373	2,3408
Tomate en conserva al natural	0,1600	0,4785	144	15,95	1,0031	0,7697	2,5116
Tomate en conserva frito	0,3910	0,5579	386	42,75	0,9146	0,4991	1,8929
Ketchup	0,0194	0,0818	78	8,64	0,2248	0,1781	0,5738
10. PESCADOS Y MARISCOS	1,9122						
Abadejo	0,0130	0,1122	15	1,66	0,7841	0,4048	1,5776
Anguila	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Angulas	0,0019	0,0401	2	0,22	0,8516	0,0361	0,9225
Arenque	0,0013	0,0378	1	0,11	1,1364	0,0000	0,0000
Atún	0,0127	0,1367	14	1,55	0,8214	0,7625	2,3160
Conservas en aceite de atún, bonito, caballa y otros	0,0675	0,1952	146	16,17	0,4173	0,3000	1,0053
Conservas en escabeche de atún, bonito, caballa y otros	0,0063	0,0766	8	0,89	0,7061	0,4373	1,5631
Bacaladilla	0,0272	0,1995	28	3,10	0,8776	0,7454	2,3385
Besugo	0,0032	0,0691	2	0,22	1,4436	0,3880	2,2041
Bonito	0,0232	0,2116	17	1,88	1,2326	0,9700	3,1338
Boquerón	0,0518	0,2944	43	4,76	1,0868	0,8423	2,7376
Breca y faneca	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Caballa	0,0032	0,0643	3	0,33	0,9585	0,7017	2,3337
Congrio	0,0028	0,0519	5	0,55	0,5026	0,5413	1,5636
Dorada	0,0029	0,0632	2	0,22	1,3225	0,3332	1,9756
Huevas frescas	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Jurel o chicharro	0,0033	0,0757	2	0,22	1,5000	0,8250	3,1169
Lenguado y gallo	0,2359	0,7093	125	13,84	1,7041	1,0667	3,7948
Lubina	0,0153	0,1992	6	0,66	2,3084	0,8970	4,0666
Merluza en rodajas	0,5894	1,0949	249	27,57	2,1375	1,0185	4,1337
Mero	0,0220	0,2075	13	1,44	1,5254	0,8681	3,2268
Mújol	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Palometa	0,0050	0,0898	3	0,33	1,4901	0,5613	2,5903
Pescadilla	0,1201	0,5193	54	5,98	2,0081	0,8523	3,6787
Pescaditos (chanquetes, morralla, etc.)	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Pez espada	0,0226	0,2240	12	1,33	1,7018	0,9990	3,6598
Rape	0,0530	0,1771	105	11,63	0,4557	0,2946	1,0331
Raya	0,0073	0,1417	3	0,33	2,1984	1,3548	4,8537
Rodaballo	0,0037	0,0793	2	0,22	1,6553	0,4459	2,5292
Salazones o ahumados de bacalao y otros pobres en grasa	0,0122	0,1576	10	1,11	1,1022	1,0738	3,2069
Salmón	0,0224	0,2139	16	1,77	1,2668	1,0342	3,2938
Salmonetes	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000



DATOS (Kg _{peso} corporal·día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Sardinas	0,0307	0,2501	16	1,77	1,7343	0,7816	3,2662
Conservas en aceite de sardina	0,0081	0,0912	10	1,11	0,7283	0,5003	1,7089
Conservas en escabeche de sardina	0,0012	0,0357	1	0,11	1,0714	0,0000	0,0000
Salazones o ahumados de arenques, sardinas y otros ricos en grasa	0,0079	0,1116	7	0,78	1,0157	0,8243	2,6313
Trucha	0,0349	0,2701	17	1,88	1,8536	0,7287	3,2819
Calamares, sepia y similares	0,1568	0,4669	178	19,71	0,7954	0,7748	2,3139
Conservas de calamares y similares	0,0361	0,1742	63	6,98	0,5168	0,4345	1,3685
Cangrejos, nécoras y similares	0,0155	0,1342	18	1,99	0,7769	0,5741	1,9021
Centollos	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Cigalas, langostinos, gambas y camarones	0,1124	0,3013	205	22,70	0,4949	0,4596	1,3957
Langosta y bogavante	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Mejillones	0,0782	0,2756	140	15,50	0,5045	0,5256	1,5346
Conservas de mejillones	0,0020	0,0269	6	0,66	0,3005	0,1528	0,5999
Moluscos bivalvos (almejas, chirlas, berberechos)	0,0645	0,1919	135	14,95	0,4316	0,2970	1,0137
Conservas de almejas, berberechos y similares	0,0138	0,1441	20	2,21	0,6223	0,7662	2,1240
Ostras	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Percebes	0,0006	0,0186	1	0,11	0,5588	0,0000	0,0000
Pulpo	0,0205	0,1837	12	1,33	1,5459	0,4400	2,4082
Vieiras	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
11. HUEVOS	0,7241						
Huevos de gallina	0,7241	0,6053	723	80,07	0,9044	0,5426	1,9679
12. FRUTAS	6,4060						
Aguacate	0,0014	0,0285	3	0,33	0,4299	0,3016	1,0211
Albaricoque	0,0298	0,2374	17	1,88	1,5826	0,7528	3,0581
Caqui	0,0041	0,0745	3	0,33	1,2218	0,5200	2,2410
Cerezas y guindas	0,0920	0,4798	39	4,32	2,1297	1,0053	4,1001
Ciruelas	0,0384	0,4189	15	1,66	2,3125	2,3810	6,9791
Ciruelas secas	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Chirimoyas	0,0060	0,1078	3	0,33	1,8034	0,6160	3,0107
Dátiles	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Fresas, fresones y frambuesas	0,0705	0,3500	57	6,31	1,1166	0,8858	2,8528
Fruta de la pasión	0,0010	0,0312	1	0,11	0,9375	0,0000	0,0000
Granada	0,0076	0,1185	4	0,44	1,7256	0,5221	2,7490
Guayaba	0,0025	0,0756	1	0,11	2,2727	0,0000	0,0000
Higos secos	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000



DATOS (Kg _{peso} corporal·día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Higos y brevas	0,0015	0,0450	1	0,11	1,3514	0,0000	0,0000
Kiwi	0,0423	0,2728	26	2,88	1,4696	0,7095	2,8603
Limón	0,0065	0,0810	10	1,11	0,5867	0,5284	1,6223
mandarina	0,1678	0,6563	96	10,63	1,5779	1,3568	4,2373
Mango	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Manzana	1,1422	1,8101	353	39,09	2,9219	1,7837	6,4179
Melocotón	0,1569	0,8665	41	4,54	3,4547	2,2920	7,9470
Melocotón en almíbar	0,0390	0,2684	22	2,44	1,6009	0,6884	2,9502
Membrillo	0,0122	0,1961	7	0,78	1,5750	1,7060	4,9187
Membrillo y pastas de frutas	0,0034	0,0366	9	1,00	0,3448	0,1369	0,6132
Naranja	0,9072	2,0259	230	25,47	3,5619	2,5824	8,6233
Nísperos	0,0306	0,2529	16	1,77	1,7261	0,8505	3,3930
Papaya	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Pera	0,4449	1,0421	189	20,93	2,1258	1,2720	4,6190
Piña	0,0198	0,2597	9	1,00	1,9858	1,7929	5,4998
Piña en almíbar	0,0051	0,0960	3	0,33	1,5318	0,8031	3,1059
Plátano	1,0108	1,5001	360	39,87	2,5354	1,3333	5,1487
Pomelo	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Uvas blancas y negras	0,0348	0,2588	26	2,88	1,2088	0,9700	3,1099
Uvas pasas	0,0007	0,0130	3	0,33	0,2107	0,1016	0,4098
Potitos infantiles de fruta	0,0038	0,1151	1	0,11	3,4583	0,0000	0,0000
Zumos de cítricos	1,2601	2,4348	269	29,79	4,2299	2,7099	9,5412
Zumos de otras frutas	0,8130	2,1128	185	20,49	3,9684	3,0486	9,9435
Mermeladas	0,0500	0,1457	130	14,40	0,3473	0,2107	0,7603
13. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	12,9666						
Batidos lácteos	0,2854	1,0543	86	9,52	2,9969	1,8907	6,7026
Helados	0,2668	0,6385	166	18,38	1,4511	0,7067	2,8363
Leche entera de vaca	8,6998	5,2788	822	91,03	9,5570	4,7342	18,8359
Leche desnatada de vaca	0,1447	1,1975	17	1,88	7,6840	4,3913	16,2907
Leche semidesnatada de vaca	0,6912	2,8276	62	6,87	10,0668	4,7216	19,3209
Leche concentrada de vaca	0,0004	0,0067	3	0,33	0,1109	0,0436	0,1964
Leche en polvo entera de vaca	0,0003	0,0092	1	0,11	0,2778	0,0000	0,0000
Leche en polvo desnatada de vaca	0,0003	0,0078	1	0,11	0,2333	0,0000	0,0000
Leche condensada	0,0009	0,0153	3	0,33	0,2644	0,0235	0,3104
Leche de cabra	0,0195	0,5548	3	0,33	5,8814	9,3334	24,1746
Mantequilla	0,0591	0,1368	190	21,04	0,2810	0,1632	0,6010
Nata	0,0225	0,1201	48	5,32	0,4233	0,3216	1,0536
Natillas y flanes comerciales	0,3416	0,8163	170	18,83	1,8144	0,9320	3,6411

DATOS (Kg _{peso} corporal·día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Quesos	0,4261	0,5241	606	67,11	0,6350	0,5261	1,6660
Requesón	0,0287	0,2274	20	2,21	1,2942	0,8556	2,9710
Yogur con frutas	0,1485	0,6241	64	7,09	2,0950	1,1975	4,4421
Yogur desnatado	0,0406	0,3941	14	1,55	2,6165	1,8756	6,2927
Yogur entero	1,7904	2,0905	545	60,35	2,9665	1,9367	6,7625
14. CARNE Y DESPOJOS	4,5765						
Caballo	0,0040	0,1114	2	0,22	1,8200	2,1401	6,0146
Cabrito	0,0021	0,0619	1	0,11	1,8611	0,0000	0,0000
Callos	0,0076	0,1048	6	0,66	1,1471	0,6417	2,4048
Caracoles	0,0018	0,0405	2	0,22	0,8351	0,2916	1,4066
Carne magra de cerdo	0,3628	0,7577	225	24,92	1,4560	0,8445	3,1113
Carne semigrasa de cerdo	0,0910	0,4267	56	6,20	1,4677	0,9640	3,3571
Chuletas de cerdo	0,1256	0,5058	65	7,20	1,7448	0,8582	3,4269
Jamón cocido (york, dulce), lacón, paletilla	0,3890	0,5519	416	46,07	0,8443	0,5259	1,8752
Jamón serrano	0,2255	0,4471	272	30,12	0,7487	0,5217	1,7712
Lomo embuchado	0,0409	0,1886	61	6,76	0,6057	0,4323	1,4529
Carne magra de ternera	0,9146	1,3451	406	44,96	2,0342	1,3216	4,6246
Carne semigrasa de ternera	0,1853	0,6584	107	11,85	1,5641	1,2297	3,9741
Chuletas de ternera	0,0393	0,3234	18	1,99	1,9699	1,2339	4,3883
Carne picada, hamburguesas	0,2773	0,5793	229	25,36	1,0934	0,6569	2,3809
Conejo	0,0764	0,4188	42	4,65	1,6433	1,1050	3,8090
Chuletas de cordero	0,0923	0,4507	46	5,09	1,8110	0,9432	3,6596
Pierna y paletilla de cordero	0,0628	0,4742	29	3,21	1,9553	1,8472	5,5759
Otras piezas de cordero	0,0239	0,2081	19	2,10	1,1358	0,9155	2,9301
Filetes de pollo	0,3077	0,7259	188	20,82	1,4780	0,8959	3,2341
Pollo y gallina	0,9778	1,3021	508	56,26	1,7380	1,3009	4,2878
Hígado	0,0158	0,1585	11	1,22	1,2954	0,6643	2,5974
Lengua	0,0111	0,1132	11	1,22	0,9149	0,4962	1,8875
Mollejas	0,0002	0,0074	1	0,11	0,2222	0,0000	0,0000
Patés	0,0634	0,1883	113	12,51	0,5065	0,2431	0,9829
Perdiz	0,0109	0,1640	4	0,44	2,4580	0,2557	2,9593
Riñones	0,0021	0,0390	3	0,33	0,6218	0,3298	1,2682
Salchichas frescas	0,0938	0,3828	67	7,42	1,2641	0,7079	2,6517
Salchichas tipo frankfurt	0,1715	0,4458	155	17,17	0,9989	0,5763	2,1284
Sangre	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Sesos	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
15. GRASAS Y ACEITES ANIMALES	0,7296						
Bacon	0,0321	0,1413	75	8,31	0,3869	0,3230	1,0201
Butifarra	0,0102	0,1089	11	1,22	0,8396	0,5518	1,9211



DATOS (Kg _{peso} corporal·día)	NIÑOS (n=903). Peso medio= 34,48 Kg. Edad= 7-12 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Cabeza de jabalí	0,0026	0,0394	4	0,44	0,5775	0,1559	0,8831
Caldo en cubitos	0,0293	0,0456	334	36,99	0,0793	0,0409	0,1594
Chorizo	0,3419	0,3967	577	63,90	0,5350	0,3780	1,2758
Manteca de cerdo	0,0023	0,0219	14	1,55	0,1460	0,1034	0,3486
Morcilla	0,0295	0,1379	89	9,86	0,2997	0,3362	0,9587
Mortadela	0,1318	0,3270	186	20,60	0,6397	0,4410	1,5042
Panceta	0,0101	0,0873	16	1,77	0,5673	0,3487	1,2507
Salchichón	0,1012	0,2670	160	17,72	0,5709	0,3667	1,2895
Tocino	0,0387	0,0899	205	22,70	0,1704	0,1148	0,3954
16. PLATOS PREPARADOS	0,4726						
Preparados dietéticos	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Albóndigas precocinadas	0,0201	0,1843	12	1,33	1,5149	0,5621	2,6166
Croquetas precocinadas	0,0493	0,2057	58	6,42	0,7677	0,3293	1,4131
Empanadillas precocinadas	0,0280	0,1876	26	2,88	0,9722	0,5613	2,0724
Pizzas	0,3050	0,8146	137	15,17	2,0104	0,9730	3,9175
Carne empanada y pasteles de carne precocinados	0,0190	0,1911	11	1,22	1,5619	0,8017	3,1333
Pescado empanado y pasteles de pescado precocinados	0,0380	0,2309	28	3,10	1,2267	0,5188	2,2435
Sopas y cremas comerciales	0,0131	0,1490	14	1,55	0,8457	0,8846	2,5796
17. BEBIDAS	1,1961						
Anises, aguardientes y licores dulces	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Cerveza	0,0021	0,0619	1	0,11	1,8611	0,0000	0,0000
Cava	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Cañac, whisky, ginebra, ron, etc.	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Sidra	0,0011	0,0215	3	0,33	0,3363	0,1967	0,7218
Vermut	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Vinos dulces	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Vinos finos	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Vinos de mesa	0,0069	0,0460	36	3,99	0,1737	0,1573	0,4819
Cerveza sin alcohol	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Horchata	0,0115	0,1742	4	0,44	2,6038	0,3596	3,3085
Refrescos, gaseosas, colas y bitter	1,1744	2,3762	250	27,69	4,2421	2,7181	9,5695

Tabla 3.1.- Consumo de alimentos por la población adulta peninsular española (g/persona.día)

DATOS (g/persona.día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
TODOS	1581,53						
1. CEREALES	179,08						
Arroz	16,02	20,89	493	46,51	34,45	17,42	68,6
Maíz	1,12	4,49	91	8,58	13,04	8,93	30,55
Harina de maíz	0,07	1,05	10	0,94	7,9	7,74	23,07
Harina de trigo	3,5	5,63	430	40,57	8,63	5,81	20,02
Pan blanco	84,64	66,94	972	91,7	92,3	64,65	219,01
Pan integral	5,42	18,63	144	13,58	39,92	34,42	107,38
Pastas (fideos, macarrones, etc.)	16,93	21,94	597	56,32	30,07	21,43	72,08
Galletas	13,21	22,58	451	42,55	31,04	25,4	80,82
Churros	1,37	7,31	59	5,57	24,56	19,89	63,54
Bollos	21,15	37,73	438	41,32	51,18	43,7	136,82
Pastas y pasteles	11,63	26,74	261	24,62	47,23	34,99	115,81
Cereales de desayuno	4	10,71	173	16,32	24,51	14,16	52,27
Cereales infantiles	0,01	0,31	1	0,09	10	0	0
2. RAICES Y TUBERCULOS	71,71						
Nabos	0,14	1,95	8	0,75	18,25	14,12	45,92
Rábanos	0,14	2,43	7	0,66	21,43	22,59	65,7
Remolacha	0,31	3,53	12	1,13	27,25	20,03	66,5
Zanahoria	9,27	15,66	515	48,58	19,09	17,83	54,03
Boniato y batata	0,04	1,05	3	0,28	15	15,87	46,11
Patata	56,82	52,46	864	81,51	69,71	49,77	167,26
Puré de patatas en copos	0,27	2,92	15	1,42	18,93	16,38	51,03
Patatas fritas (comerciales)	4,71	11,44	226	21,32	22,1	15,17	51,82
3. LEGUMBRES	14,61						
Garbanzos	4,34	11,1	187	17,64	24,59	14,15	52,32
Guisantes secos	0,28	4,01	8	0,75	37,5	28,91	94,17
Habas secas	0,11	2	4	0,38	28,75	17,86	63,75
Judías (blancas y pintas)	3,31	10,93	116	10,94	30,28	16,61	62,82
Lentejas	6,56	13,75	223	21,04	31,2	11,4	53,53
4. AZÚCAR Y MIEL	9,98						
Azúcar	8,81	11,64	624	58,87	14,97	11,75	38
Miel	1,17	4,88	87	8,21	14,21	10,26	34,32
5. FRUTOS SECOS Y SEMILLAS OLEAGINOSAS	6,76						
Almendras con cáscara	0,15	1,48	16	1,51	9,81	7,33	24,18
Almendras sin cáscara	0,49	2,69	60	5,66	8,58	7,69	23,66
Turrones y	0,48	4,58	22	2,08	23,27	22,37	67,11



DATOS (g/persona.día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
mazapanes							
Avellanas	0,14	1,23	21	1,98	7,24	5,13	17,29
Cacahuètes	0,39	2,43	42	3,96	9,86	7,55	24,65
Castañas	0,34	3,36	12	1,13	29,83	11,22	51,82
Nueces con cáscara	0,58	4,33	37	3,49	16,49	16,8	49,41
Nueces sin cáscara	0,28	2,31	26	2,45	11,31	9,77	30,46
Pipas de girasol	1,29	6,44	69	6,51	19,75	16,59	52,27
Pistachos	0,34	3,34	18	1,7	19,89	16,78	52,78
Aceitunas	2,29	5,95	259	24,43	9,39	8,86	26,76
6. ACEITES Y GRASAS VEGETALES	33,55						
Aceite de oliva	28,15	11,59	1046	98,68	28,53	11,19	50,47
Aceite de girasol	0,83	4,89	51	4,81	17,27	14,7	46,08
Aceite de maíz	0	0,09	1	0,09	3	0	0
Aceite de soja	0,02	0,37	2	0,19	8,5	2,12	12,66
Margarina	1,2	4,49	148	13,96	8,59	9,01	26,26
Mayonesa comercial	3,35	7,72	247	23,3	14,36	9,9	33,77
7. ESTIMULANTES	8,1						
Bombones	0,24	2,15	22	2,08	11,36	10,01	30,98
cacao	3,82	10,51	284	26,79	14,26	16,25	46,11
Chocolate	1,05	5,72	70	6,6	15,97	16,14	47,61
Chocolate con leche	2,98	10,09	156	14,72	20,28	18,51	56,55
8. ESPECIAS							
9. HORTICOLAS	189,12						
Acelgas	5,21	18,94	100	9,43	55,26	32,28	118,53
Ajo	1,45	3,58	395	37,26	3,9	5	13,69
Alcachofas	2,81	12,51	86	8,11	34,6	28,95	91,34
Apio	0,29	2,81	26	2,45	11,88	13,85	39,03
Berenjena	2,33	11	72	6,79	34,29	26,32	85,88
Calabaza y calabacín	3,46	13,31	118	11,13	31,12	27,13	84,3
Cardo	0,63	6,58	17	1,6	39,47	35,13	108,32
Cebolla y cebolleta	13,11	16,05	758	71,51	18,33	16,26	50,2
Coles y repollo	2,16	9,68	109	10,28	20,98	22,81	65,68
Coliflor	3,92	16,07	88	8,3	47,19	32,81	111,5
Champiñones y setas	4,25	13,3	155	14,62	29,1	22,1	72,41
Espárragos	2,44	8,96	116	10,94	22,32	17,1	55,83
Espinacas	4,87	19,31	99	9,34	52,17	39,18	128,96
Grelos y nabizas	0,64	5,81	19	1,79	35,95	25,48	85,89
Guisantes congelados	2,53	9,67	140	13,21	19,12	19,82	57,97
Guisantes verdes	1,92	7,95	107	10,09	19,06	17,39	53,15
Habas	1,22	8,58	33	3,11	39,06	30,15	98,15
Judías verdes	15,51	28,81	351	33,11	46,83	32,26	110,06
Lechuga y escarola	35,52	41,1	662	62,45	56,87	38,6	132,53
Melones	13,84	47,53	111	10,47	132,14	77,32	283,67
Pepinos	2,12	8,5	130	12,26	17,31	18,12	52,83
Pimientos	10,5	21,66	513	48,4	21,7	26,96	74,53
Puerros	1,88	8,15	102	9,62	19,52	18,69	56,14
Sandías	4,11	29,21	31	2,92	140,52	101,56	339,56



DATOS (g/persona.día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Soja	0,14	1,57	12	1,13	12,33	8,54	29,08
Tomate	35,3	41,14	702	66,23	53,3	39,95	131,59
Tomate en conserva al natural	6,36	21,24	145	13,68	46,48	37,93	120,82
Tomate en conserva frito	10,09	17,53	355	33,49	30,14	17,72	64,86
Ketchup	0,51	2,14	75	7,08	7,16	4,15	15,29
10. PESCADOS Y MARISCOS	94,41						
Abadejo	0,65	5,15	28	2,64	24,68	20,65	65,15
Anguila	0,03	1,02	2	0,19	18,5	20,51	58,69
Angulas	0	0	0	0	0	0	0
Arenque	0,17	2,67	6	0,57	30,5	20,07	69,83
Atún	2,03	10,11	63	5,94	34,22	25,03	83,28
Conservas en aceite de atún, bonito, caballa y otros	5,83	13,68	267	25,19	23,14	18,5	59,41
Conservas en escabeche de atún, bonito, caballa y otros	0,6	4,9	27	2,55	23,52	20,46	63,61
Bacaladilla	2,05	11,93	52	4,91	41,75	35,55	111,43
Besugo	0,35	4,7	6	0,57	61,33	13,88	88,54
Bonito	0,71	6,42	21	1,98	35,86	29,31	93,31
Boquerón	3,33	15,96	67	6,32	52,7	38,05	127,28
Breca y faneca	0,41	7,17	4	0,38	108,5	49,89	206,28
Caballa	0,04	0,81	3	0,28	12,67	10,5	33,25
Congrio	0,25	3,96	6	0,57	44	31,75	106,23
Dorada	0,77	7,69	11	1,04	74,36	15,44	104,62
Huevas frescas	0,07	1,64	3	0,28	24,67	22,5	68,77
Jurel o chicharro	0,49	5,72	8	0,75	64,75	14	92,18
Lenguado y gallo	7,15	22,62	113	10,66	67,05	27,99	121,9
Lubina	0,69	7,74	9	0,85	81,56	22,5	125,66
Merluza en rodajas	22,25	45,46	276	26,04	85,45	50,38	184,18
Mero	0,87	7,79	17	1,6	54,24	30,72	114,44
Mújol	0,07	2,07	2	0,19	37	42,43	120,15
Palometa	0,23	4,53	3	0,28	82,33	26,56	134,39
Pescadilla	4,75	20	70	6,6	71,89	35,23	140,94
Pescaditos (chanquetes, morralla, etc.)	0,39	5,6	7	0,66	59,29	38,28	134,32
Pez espada	1,53	10,08	27	2,55	60,26	21,47	102,34
Rape	1,87	9,53	80	7,55	24,74	25,41	74,54
Raya	0,01	0,22	1	0,09	7	0	0
Rodaballo	0,28	4,7	4	0,38	75,25	16,5	107,59
Salazones o ahumados de bacalao y otros pobres en grasa	1,65	9,04	45	4,25	38,89	22,07	82,14
Salmón	2,96	13,2	61	5,75	51,51	23,11	96,8

DATOS (g/persona.día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Salmonetes	0,46	5,99	7	0,66	70,14	25	119,15
Sardinas	3,63	18,86	55	5,19	69,89	47,56	163,1
Conservas en aceite de sardina	0,87	6,49	29	2,74	31,93	23,78	78,55
Conservas en escabeche de sardina	0,13	2,14	4	0,38	33,25	12,47	57,7
Salazones o ahumados de arenques, sardinas y otros ricos en grasa	0,42	4,45	13	1,23	33,92	22,67	78,35
Trucha	3,08	15,55	45	4,25	72,51	25,85	123,18
Calamares, sepia y similares	4,8	14,07	193	18,21	26,34	22,84	71,11
Conservas de calamares y similares	1,92	9,58	70	6,6	29,07	24,67	77,43
Cangrejos, nécoras y similares	1,48	12,99	37	3,49	42,46	56,38	152,96
Centollos	0,11	3,12	2	0,19	58,5	58,69	173,53
Cigalas, langostinos, gambas y camarones	6,08	14,98	301	28,4	21,43	21,5	63,56
Langosta y bogavante	0,07	1,4	3	0,28	24,33	12,5	48,84
Mejillones	3,53	14,28	154	14,53	24,31	30,06	83,24
Conservas de mejillones	0,96	7,34	32	3,02	31,94	28,59	87,98
Moluscos bivalvos (almejas, chirlas, berberechos)	2,27	8	150	14,15	16,03	15,25	45,91
Conservas de almejas, berberechos y similares	0,65	4,33	36	3,4	19,06	14,36	47,2
Ostras	0,12	2,15	4	0,38	31,5	17,92	66,62
Percebes	0,02	0,61	1	0,09	20	0	0
Pulpo	1,25	8,22	32	3,02	41,41	24,35	89,14
Vieiras	0,07	1,72	2	0,19	37,5	17,68	72,15
11. HUEVOS	31,21						
Huevos de gallina	31,21	25,58	866	81,7	38,2	23,11	83,49
12. FRUTAS	259,56						
Aguacate	0,62	5,64	19	1,79	34,42	25,42	84,24
Albaricoque	2,31	19,73	30	2,83	81,6	86,69	251,52
Caqui	0,61	7,38	8	0,75	81	28,25	136,37
Cerezas y guindas	4,29	21,45	59	5,57	77,15	51,82	178,72
Ciruelas	1,82	13,06	29	2,74	66,34	44,92	154,39
Ciruelas secas	0,04	0,89	3	0,28	13,33	12,34	37,52
Chirimoyas	1,18	10,24	15	1,42	83,4	24,07	130,58
Dátiles	0,11	1,57	8	0,75	14,38	11,73	37,37
Fresas, fresones y frambuesas	3,83	15,24	85	8,02	47,82	28,26	103,21
Fruta de la pasión	0,23	3,41	6	0,57	41,5	20,05	80,79
Granada	0,87	8,54	12	1,13	76,67	26,14	127,91
Guayaba	0	0	0	0	0	0	0



DATOS (g/persona.día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Higos secos	0,08	1,72	4	0,38	22	20,15	61,49
Higos y brevas	0,18	3,24	4	0,38	47	27,9	101,69
Kiwi	6,77	24,3	106	10	67,69	42,36	150,72
Limón	0,66	5,18	44	4,15	15,95	20,3	55,73
mandarina	8,94	29,27	145	13,68	65,34	50,88	165,06
Mango	0,29	4,68	7	0,66	43,71	40,7	123,48
Manzana	51,38	82,5	461	43,49	118,14	88,11	290,84
Melocotón	13,77	52,62	101	9,53	144,49	101,21	342,85
Melocotón en almíbar	0,64	7,38	13	1,23	52,38	43,28	137,21
Membrillo	0,3	6,57	5	0,47	64	79,53	219,87
Membrillo y pastas de frutas	0,47	4,71	17	1,6	29,06	24,14	76,38
Naranja	58,69	107,13	369	34,81	168,6	120,2	404,18
Nísperos	0,38	5,24	7	0,66	58	30,63	118,04
Papaya	0,07	1,65	2	0,19	35	21,21	76,58
Pera	22,65	56,23	252	23,77	95,26	79,99	252,03
Piña	2,34	16,53	32	3,02	77,47	57,69	190,54
Piña en almíbar	0,76	9,05	10	0,94	80,7	49,66	178,03
Plátano	24,19	48,8	301	28,4	85,19	56,51	195,94
Pomelo	0,25	5,98	2	0,19	133,5	47,38	226,36
Uvas blancas y negras	2,66	15,41	47	4,43	60,09	44,05	146,43
Uvas pasas	0,21	1,81	20	1,89	11,25	7,25	25,47
Potitos infantiles de fruta	0	0	0	0	0	0	0
Zumos de cítricos	27,5	64,57	216	20,38	134,94	77,27	286,39
Zumos de otras frutas	16,97	58,08	132	12,45	136,26	104,38	340,83
Mermeladas	3,5	8,61	233	21,98	15,94	11,82	39,1
13. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	350,52						
Batidos lácteos	2,52	18,87	28	2,64	95,43	69,03	230,72
Helados	6,71	19,82	140	13,21	50,79	27,15	104,01
Leche entera de vaca	167,12	169,45	761	71,79	232,78	157,17	540,84
Leche desnatada de vaca	32,54	93,67	151	14,25	228,44	130	483,24
Leche semidesnatada de vaca	50,23	119,45	210	19,81	253,56	143,15	534,13
Leche concentrada de vaca	0	0	0	0	0	0	0
Leche en polvo entera de vaca	0,01	0,31	1	0,09	10	0	0
Leche en polvo desnatada de vaca	0,08	1,34	5	0,47	17,6	9,56	36,33
Leche condensada	0,3	2,74	17	1,6	18,88	11,08	40,6
Leche de cabra	0,58	11,89	4	0,38	154	135,51	419,6
Mantequilla	3,09	7,49	254	23,96	12,88	10,39	33,25
Nata	1,05	4,41	80	7,55	13,95	8,85	31,3
Natillas y flanes	8,41	23,43	154	14,53	57,9	30,26	117,2



DATOS (g/persona.día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
comerciales							
Quesos	23,15	27,94	735	69,34	33,38	28,01	88,27
Requesón	2,1	11,29	43	4,06	51,72	24,25	99,25
Yogur con frutas	6,09	25,08	77	7,26	83,83	46,49	174,94
Yogur desnatado	6,44	27,16	81	7,64	84,26	55,91	193,85
Yogur entero	40,1	60,66	465	43,87	91,41	60,81	210,59
14. CARNE Y DESPOJOS	167,15						
Caballo	0,09	2,17	2	0,19	50	0	0
Cabrito	0,4	5,78	6	0,57	70,17	34,72	138,21
Callos	0,67	6,32	16	1,51	44,63	27	97,54
Caracoles	0,39	5,5	9	0,85	45,67	40,95	125,92
Carne magra de cerdo	15,12	31,5	272	25,66	58,91	35,87	129,22
Carne semigrasa de cerdo	3,82	16,7	78	7,36	51,91	36,12	122,71
Chuletas de cerdo	5,17	21,44	78	7,36	70,21	41,17	150,9
Jamón cocido (york, dulce), lacón, paletilla	11,67	19,17	432	40,75	28,63	20,4	68,61
Jamón serrano	11,17	21,28	415	39,15	28,53	25,73	78,96
Lomo embuchado	1,61	6,17	91	8,58	18,7	11,15	40,56
Carne magra de ternera	30,48	48,21	430	40,57	75,15	48,72	170,64
Carne semigrasa de ternera	10,59	28,46	178	16,79	63,07	38,95	139,41
Chuletas de ternera	3,35	20,3	37	3,49	96,11	54,39	202,71
Carne picada, hamburguesas	5,98	17,48	156	14,72	40,63	25,88	91,36
Conejo	4,35	20,67	70	6,6	65,94	49,34	162,64
Chuletas de cordero	5,64	24,98	73	6,89	81,92	53,3	186,39
Pierna y paletilla de cordero	3,83	21,77	40	3,77	101,48	52,04	203,47
Otras piezas de cordero	1,98	12	34	3,21	61,68	28,71	117,95
Filetes de pollo	10,99	28,26	188	17,74	61,99	36,69	133,9
Pollo y gallina	31,67	46,52	522	49,25	64,31	47,91	158,21
Hígado	0,67	5,97	18	1,7	39,5	24,47	87,46
Lengua	0,18	2,63	6	0,57	32,17	15,08	61,72
Mollejas	0,09	1,37	5	0,47	18,2	9,34	36,5
Patés	1,18	5,57	65	6,13	19,2	12,69	44,08
Perdiz	1,01	11,01	12	1,13	89,5	55,11	197,51
Riñones	0,05	1,55	2	0,19	28,5	30,41	88,09
Salchichas frescas	1,75	10,46	44	4,15	42,09	30,96	102,76
Salchichas tipo frankfurt	3,17	11,61	103	9,72	32,63	20,71	73,22
Sangre	0,07	2,08	2	0,19	38,5	40,31	117,5
Sesos	0	0	0	0	0	0	0
15. GRASAS Y ACEITES ANIMALES	20,25						



DATOS (g/persona.día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Bacon	1,6	8,02	81	7,64	20,99	20,97	62,09
Butifarra	0,28	3,19	12	1,13	24,92	17,66	59,53
Cabeza de jabalí	0,2	2,76	7	0,66	31	15,19	60,77
Caldo en cubitos	0,78	1,33	330	31,13	2,52	1,13	4,73
Chorizo	8,89	13,93	516	48,68	18,25	15,09	47,82
Manteca de cerdo	0,06	0,75	9	0,85	7,44	3,61	14,52
Morcilla	2,02	7,66	124	11,7	17,27	15,47	47,59
Mortadela	1,32	6,23	66	6,23	21,14	14,38	49,31
Panceta	1,14	7,32	41	3,87	29,56	23,6	75,81
Salchichón	2,88	8,77	155	14,62	19,69	14	47,12
Tocino	1,06	3,15	158	14,91	7,13	4,83	16,6
16. PLATOS PREPARADOS	16,99						
Preparados dietéticos	0,13	2,36	5	0,47	27	23,8	73,65
Albóndigas precocinadas	1,06	8,22	20	1,89	56,1	22,74	100,67
Croquetas precocinadas	1,9	8,39	64	6,04	31,5	15,39	61,67
Empanadillas precocinadas	1,43	8,79	38	3,58	39,76	25,41	89,57
Pizzas	9,57	31,27	116	10,94	87,42	46,25	178,07
Carne empanada y pasteles de carne precocinados	1	8,28	20	1,89	53,25	29,9	111,86
Pescado empanado y pasteles de pescado precocinados	1,28	8,48	30	2,83	45,13	24,08	92,32
Sopas y cremas comerciales	0,63	4,86	38	3,58	17,61	19,18	55,2
17. BEBIDAS	128,55						
Anises, aguardientes y licores dulces	0,57	3,51	41	3,87	14,8	10,47	35,33
Cerveza	33,87	94,23	203	19,15	176,87	145,37	461,79
Cava	1,51	12,83	24	2,26	66,88	54,98	174,64
Cofiac, whisky, ginebra, ron, etc.	1,56	7,58	66	6,23	25,11	18,33	61,02
Sidra	0,47	9,75	6	0,57	83,67	108,62	296,56
Vermut	1,02	7,81	24	2,26	44,88	27,43	98,63
Vinos dulces	0,51	6,22	9	0,85	60,22	32,75	124,41
Vinos finos	0,18	2,94	5	0,47	37,6	23,04	82,76
Vinos de mesa	28,19	68,56	314	29,62	95,16	97,51	286,29
Cerveza sin alcohol	1,34	17,84	7	0,66	202,86	92,21	383,59
Horchata	0,41	6,16	5	0,47	86,4	27,33	139,96
Refrescos, gaseosas, colas y bitter	58,9	129,24	342	32,26	182,57	170,97	517,67

Tabla 3.2.- Consumo de alimentos por la población adulta peninsular española (g/Kg_{peso corporal}·día)

DATOS (g/Kg _{peso corporal} ·día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumidores	Media	DE	Consumo 97,50%
TODOS	23,6929						
1. CEREALES	2,6721						
Arroz	0,2419	0,3200	493	46,51	0,5200	0,2746	1,0583
Maíz	0,0180	0,0723	91	8,58	0,2099	0,1440	0,4922
Harina de maíz	0,0011	0,0164	10	0,94	0,1126	0,1332	0,3737
Harina de trigo	0,0524	0,0864	430	40,57	0,1292	0,0921	0,3098
Pan blanco	1,2439	0,9662	972	91,70	1,3565	0,9302	3,1796
Pan integral	0,0852	0,2923	144	13,58	0,6270	0,5389	1,6833
Pastas (fideos, macarrones, etc.)	0,2516	0,3237	597	56,32	0,4467	0,3144	1,0630
Galletas	0,1992	0,3376	451	42,55	0,4682	0,3769	1,2069
Churros	0,0208	0,1099	59	5,57	0,3731	0,2947	0,9508
Bollos	0,3180	0,5794	438	41,32	0,7695	0,6821	2,1064
Pastas y pasteles	0,1768	0,4157	261	24,62	0,7179	0,5602	1,8158
Cereales de desayuno	0,0632	0,1695	173	16,32	0,3871	0,2252	0,8285
Cereales infantiles	0,0002	0,0058	1	0,09	0,1887	0,0000	0,0000
2. RAICES Y TUBERCULOS	1,0830						
Nabos	0,0019	0,0245	8	0,75	0,2456	0,1496	0,5388
Rábanos	0,0025	0,0429	7	0,66	0,3743	0,4027	1,1637
Remolacha	0,0051	0,0576	12	1,13	0,4491	0,3188	1,0740
Zanahoria	0,1432	0,2480	515	48,58	0,2947	0,2862	0,8557
Boniato y batata	0,0007	0,0174	3	0,28	0,2486	0,2592	0,7567
Patata	0,8533	0,7960	864	81,51	1,0469	0,7580	2,5326
Puré de patatas en copos	0,0043	0,0494	15	1,42	0,3012	0,2985	0,8862
Patatas fritas (comerciales)	0,0721	0,1779	226	21,32	0,3381	0,2422	0,8129
3. LEGUMBRES	0,2196						
Garbanzos	0,0638	0,1612	187	17,64	0,3618	0,1991	0,7520
Guisantes secos	0,0046	0,0693	8	0,75	0,6125	0,5492	1,6889
Habas secas	0,0016	0,0299	4	0,38	0,4267	0,2696	0,9552
Judías (blancas y pintas)	0,0487	0,1625	116	10,94	0,4449	0,2555	0,9457
Lentejas	0,1009	0,2156	223	21,04	0,4795	0,1986	0,8687
4. AZÚCAR Y MIEL	0,1512						
Azúcar	0,1334	0,1809	624	58,87	0,2267	0,1857	0,5907
Miel	0,0177	0,0744	87	8,21	0,2161	0,1576	0,5250
5. FRUTOS SECOS Y SEMILLAS OLEAGINOSAS	0,1015						
Almendras con cáscara	0,0022	0,0214	16	1,51	0,1437	0,1038	0,3471
Almendras sin cáscara	0,0068	0,0368	60	5,66	0,1209	0,1015	0,3198
Turrone y	0,0069	0,0683	22	2,08	0,3304	0,3512	1,0189

DATOS (g/Kg _{peso} corporal·día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
mazapanes							
Avellanas	0,0020	0,0171	21	1,98	0,1020	0,0690	0,2372
Cacahuètes	0,0060	0,0382	42	3,96	0,1525	0,1213	0,3903
Castañas	0,0055	0,0555	12	1,13	0,4893	0,1962	0,8738
Nueces con cáscara	0,0086	0,0646	37	3,49	0,2457	0,2509	0,7375
Nueces sin cáscara	0,0043	0,0358	26	2,45	0,1762	0,1512	0,4726
Pipas de girasol	0,0202	0,1046	69	6,51	0,3105	0,2810	0,8612
Pistachos	0,0048	0,0469	18	1,70	0,2845	0,2299	0,7350
Aceitunas	0,0341	0,0874	259	24,43	0,1396	0,1287	0,3918
6. ACEITES Y GRASAS VEGETALES	0,5025						
Aceite de oliva	0,4218	0,1836	1046	98,68	0,4274	0,1782	0,7766
Aceite de girasol	0,0124	0,0740	51	4,81	0,2585	0,2263	0,7020
Aceite de maíz	0,0001	0,0016	1	0,09	0,0536	0,0000	0,0000
Aceite de soja	0,0002	0,0047	2	0,19	0,1063	0,0242	0,1538
Margarina	0,0187	0,0725	148	13,96	0,1342	0,1494	0,4269
Mayonesa comercial	0,0494	0,1135	247	23,30	0,2119	0,1445	0,4950
7. ESTIMULANTES	0,1242						
Bombones	0,0035	0,0306	22	2,08	0,1702	0,1321	0,4291
cacao	0,0583	0,1630	284	26,79	0,2176	0,2541	0,7157
Chocolate	0,0167	0,0989	70	6,60	0,2522	0,2999	0,8400
Chocolate con leche	0,0457	0,1549	156	14,72	0,3106	0,2850	0,8691
8. ESPECIAS							
9. HORTICOLAS	2,8477						
Acelgas	0,0803	0,2972	100	9,43	0,8511	0,5310	1,8918
Ajo	0,0217	0,0521	395	37,26	0,0581	0,0720	0,1992
Alcachofas	0,0441	0,2044	86	8,11	0,5432	0,4961	1,5155
Apio	0,0042	0,0396	26	2,45	0,1720	0,1905	0,5453
Berenjena	0,0364	0,1799	72	6,79	0,5365	0,4591	1,4363
Calabaza y calabacín	0,0541	0,2147	118	11,13	0,4862	0,4531	1,3742
Cardo	0,0108	0,1211	17	1,60	0,6715	0,7067	2,0566
Cebolla y cebolleta	0,1959	0,2400	758	71,51	0,2739	0,2433	0,7507
Coles y repollo	0,0322	0,1467	109	10,28	0,3132	0,3497	0,9986
Coliflor	0,0589	0,2416	88	8,30	0,7098	0,4930	1,6760
Champiñones y setas	0,0665	0,2110	155	14,62	0,4548	0,3585	1,1575
Espárragos	0,0365	0,1375	116	10,94	0,3333	0,2729	0,8681
Espinacas	0,0741	0,3028	99	9,34	0,7938	0,6432	2,0545
Grelos y nabizas	0,0098	0,0856	19	1,79	0,5455	0,3509	1,2331
Guisantes congelados	0,0389	0,1630	140	13,21	0,2947	0,3556	0,9918
Guisantes verdes	0,0292	0,1275	107	10,09	0,2897	0,2935	0,8650
Habas	0,0167	0,1146	33	3,11	0,5376	0,3820	1,2863
Judías verdes	0,2338	0,4388	351	33,11	0,7061	0,4982	1,6825
Lechuga y escarola	0,5356	0,6284	662	62,45	0,8575	0,5968	2,0273
Melones	0,2060	0,7230	111	10,47	1,9674	1,2390	4,3959
Pepinos	0,0318	0,1261	130	12,26	0,2591	0,2667	0,7819
Pimientos	0,1553	0,3164	513	48,40	0,3209	0,3922	1,0897
Puerros	0,0282	0,1240	102	9,62	0,2935	0,2874	0,8569
Sandías	0,0599	0,4295	31	2,92	2,0495	1,5157	5,0203



DATOS (g/Kg _{peso} corporal·día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Soja	0,0023	0,0257	12	1,13	0,2021	0,1396	0,4757
Tomate	0,5319	0,6365	702	66,23	0,8031	0,6276	2,0331
Tomate en conserva al natural	0,0952	0,3303	145	13,68	0,6956	0,6178	1,9066
Tomate en conserva frito	0,1495	0,2628	355	33,49	0,4464	0,2714	0,9784
Ketchup	0,0078	0,0331	75	7,08	0,1107	0,0647	0,2375
10. PESCADOS Y MARISCOS	1,4064						
Abadejo	0,0095	0,0749	28	2,64	0,3608	0,2976	0,9440
Anguila	0,0005	0,0157	2	0,19	0,2824	0,3186	0,9068
Angulas	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Arenque	0,0026	0,0398	6	0,57	0,4520	0,3024	1,0448
Atún	0,0305	0,1521	63	5,94	0,5131	0,3790	1,2559
Conservas en aceite de atún, bonito, caballa y otros	0,0849	0,1970	267	25,19	0,3372	0,2628	0,8523
Conservas en escabeche de atún, bonito, caballa y otros	0,0096	0,0874	27	2,55	0,3785	0,4079	1,1779
Bacaladilla	0,0305	0,1812	52	4,91	0,6227	0,5531	1,7067
Besugo	0,0060	0,0828	6	0,57	1,0619	0,3288	1,7064
Bonito	0,0105	0,0958	21	1,98	0,5277	0,4462	1,4023
Boquerón	0,0525	0,2635	67	6,32	0,8303	0,6773	2,1577
Breca y faneca	0,0059	0,1084	4	0,38	1,5558	0,9646	3,4463
Caballa	0,0005	0,0114	3	0,28	0,1793	0,1448	0,4632
Congrio	0,0034	0,0520	6	0,57	0,5992	0,3791	1,3423
Dorada	0,0114	0,1147	11	1,04	1,1002	0,2754	1,6399
Huevas frescas	0,0009	0,0216	3	0,28	0,3262	0,2975	0,9093
Jurel o chicharro	0,0073	0,0857	8	0,75	0,9630	0,2418	1,4369
Lenguado y gallo	0,1053	0,3342	113	10,66	0,9877	0,4205	1,8118
Lubina	0,0097	0,1125	9	0,85	1,1452	0,4610	2,0487
Merluza en rodajas	0,3315	0,6909	276	26,04	1,2732	0,7969	2,8351
Mero	0,0126	0,1094	17	1,60	0,7873	0,3799	1,5318
Mújol	0,0013	0,0389	2	0,19	0,6714	0,8382	2,3143
Palometa	0,0034	0,0666	3	0,28	1,2004	0,4434	2,0694
Pescadilla	0,0683	0,2870	70	6,60	1,0338	0,5017	2,0171
Pescaditos (chanquetes, morralla, etc.)	0,0056	0,0794	7	0,66	0,8471	0,5292	1,8844
Pez espada	0,0239	0,1569	27	2,55	0,9385	0,3335	1,5921
Rape	0,0279	0,1446	80	7,55	0,3700	0,3900	1,1343
Raya	0,0001	0,0038	1	0,09	0,1250	0,0000	0,0000
Rodaballo	0,0053	0,0873	4	0,38	1,3969	0,3161	2,0165
Salazones o ahumados de bacalao y otros pobres en grasa	0,0231	0,1242	45	4,25	0,5447	0,2839	1,1011
Salmón	0,0460	0,2099	61	5,75	0,7987	0,4081	1,5986



DATOS (g/Kg _{peso} corporal·día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Salmonetes	0,0068	0,0869	7	0,66	1,0235	0,3459	1,7015
Sardinias	0,0526	0,2821	55	5,19	1,0142	0,7529	2,4899
Conservas en aceite de sardina	0,0132	0,0995	29	2,74	0,4821	0,3746	1,2162
Conservas en escabeche de sardina	0,0018	0,0304	4	0,38	0,4642	0,2000	0,8562
Salazones o ahumados de arenques, sardinias y otros ricos en grasa	0,0056	0,0589	13	1,23	0,4593	0,2830	1,0140
Trucha	0,0484	0,2479	45	4,25	1,1400	0,4548	2,0315
Calamares, sepia y similares	0,0729	0,2164	193	18,21	0,4003	0,3557	1,0974
Conservas de calamares y similares	0,0293	0,1501	70	6,60	0,4435	0,3991	1,2258
Cangrejos, nécoras y similares	0,0196	0,1709	37	3,49	0,5621	0,7389	2,0103
Centollos	0,0023	0,0660	2	0,19	1,2184	1,2859	3,7387
Cigalas, langostinos, gambas y camarones	0,0907	0,2285	301	28,40	0,3195	0,3331	0,9723
Langosta y bogavante	0,0009	0,0186	3	0,28	0,3318	0,1342	0,5949
Mejillones	0,0519	0,2062	154	14,53	0,3571	0,4296	1,1991
Conservas de mejillones	0,0143	0,1084	32	3,02	0,4745	0,4199	1,2975
Moluscos bivalvos (almejas, chirlas, berberechos)	0,0339	0,1173	150	14,15	0,2393	0,2199	0,6702
Conservas de almejas, berberechos y similares	0,0094	0,0607	36	3,40	0,2756	0,1900	0,6481
Ostras	0,0022	0,0421	4	0,38	0,5798	0,4224	1,4077
Percebes	0,0003	0,0104	1	0,09	0,3390	0,0000	0,0000
Pulpo	0,0186	0,1255	32	3,02	0,6169	0,3964	1,3938
Vieiras	0,0012	0,0286	2	0,19	0,6250	0,2946	1,2025
11. HUEVOS	0,4658						
Huevos de gallina	0,4658	0,3895	866	81,70	0,5701	0,3552	1,2663
12. FRUTAS	3,9074						
Aguacate	0,0093	0,0811	19	1,79	0,5199	0,3260	1,1589
Albaricoque	0,0343	0,2939	30	2,83	1,2103	1,2972	3,7528
Caqui	0,0100	0,1217	8	0,75	1,3218	0,5106	2,3225
Cerezas y guindas	0,0654	0,3291	59	5,57	1,1742	0,8081	2,7581
Ciruelas	0,0271	0,1941	29	2,74	0,9918	0,6589	2,2832
Ciruelas secas	0,0006	0,0146	3	0,28	0,2126	0,2136	0,6311
Chirimoyas	0,0181	0,1598	15	1,42	1,2818	0,4433	2,1507
Dátiles	0,0018	0,0259	8	0,75	0,2428	0,1861	0,6076
Fresas, fresones y frambuesas	0,0598	0,2383	85	8,02	0,7453	0,4459	1,6191
Fruta de la pasión	0,0043	0,0635	6	0,57	0,7520	0,4220	1,5790
Granada	0,0150	0,1494	12	1,13	1,3215	0,5140	2,3290
Guayaba	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000



DATOS (g/Kg _{peso corporal} .día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumidores	Media	DE	Consumo 97,50%
Higos secos	0,0013	0,0298	4	0,38	0,3510	0,3881	1,1116
Higos y brevas	0,0027	0,0497	4	0,38	0,7037	0,4639	1,6129
Kiwi	0,1099	0,4032	106	10,00	1,0987	0,7365	2,5422
Limón	0,0101	0,0788	44	4,15	0,2424	0,3086	0,8471
mandarina	0,1413	0,4888	145	13,68	1,0326	0,9112	2,8185
Mango	0,0048	0,0788	7	0,66	0,7287	0,6941	2,0890
Manzana	0,7691	1,2411	461	43,49	1,7684	1,3323	4,3797
Melocotón	0,2012	0,7589	101	9,53	2,1112	1,4236	4,9015
Melocotón en almíbar	0,0098	0,1100	13	1,23	0,8011	0,6167	2,0097
Membrillo	0,0044	0,0921	5	0,47	0,9361	1,0745	3,0421
Membrillo y pastas de frutas	0,0067	0,0694	17	1,60	0,4168	0,3700	1,1419
Naranja	0,8781	1,6181	369	34,81	2,5223	1,8373	6,1233
Nísperos	0,0054	0,0722	7	0,66	0,8115	0,3968	1,5892
Papaya	0,0010	0,0251	2	0,19	0,5398	0,2920	1,1121
Pera	0,3267	0,7748	252	23,77	1,3742	1,0429	3,4182
Piña	0,0351	0,2568	32	3,02	1,1615	0,9502	3,0239
Piña en almíbar	0,0116	0,1358	10	0,94	1,2257	0,7191	2,6351
Plátano	0,3605	0,7341	301	28,40	1,2694	0,8629	2,9606
Pomelo	0,0043	0,1005	2	0,19	2,2537	0,7490	3,7217
Uvas blancas y negras	0,0404	0,2321	47	4,43	0,9117	0,6547	2,1949
Uvas pasas	0,0033	0,0284	20	1,89	0,1723	0,1193	0,4062
Potitos infantiles de fruta	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Zumos de cítricos	0,4140	0,9672	216	20,38	2,0318	1,1426	4,2712
Zumos de otras frutas	0,2673	0,9053	132	12,45	2,1465	1,6002	5,2830
Mermeladas	0,0532	0,1306	233	21,98	0,2421	0,1786	0,5922
13. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	5,3292						
Batidos lácteos	0,0401	0,2975	28	2,64	1,5196	1,0680	3,6129
Helados	0,1030	0,3106	140	13,21	0,7796	0,4513	1,6641
Leche entera de vaca	2,5114	2,6027	761	71,79	3,4981	2,4459	8,2920
Leche desnatada de vaca	0,5142	1,5157	151	14,25	3,6100	2,2291	7,9788
Leche semidesnatada de vaca	0,7750	1,8800	210	19,81	3,9117	2,3622	8,5415
Leche concentrada de vaca	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
Leche en polvo entera de vaca	0,0001	0,0038	1	0,09	0,1250	0,0000	0,0000
Leche en polvo desnatada de vaca	0,0013	0,0216	5	0,47	0,2690	0,1833	0,6282
Leche condensada	0,0045	0,0407	17	1,60	0,2815	0,1633	0,6016
Leche de cabra	0,0084	0,1839	4	0,38	2,2186	2,3241	6,7738
Mantequilla	0,0488	0,1232	254	23,96	0,2035	0,1786	0,5536
Nata	0,0166	0,0706	80	7,55	0,2202	0,1461	0,5065
Natillas y flanes	0,1222	0,3421	154	14,53	0,8409	0,4490	1,7210



DATOS (g/Kg _{peso} corporal·día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
comerciales							
Quesos	0,3464	0,4361	735	69,34	0,4995	0,4447	1,3711
Requesón	0,0317	0,1742	43	4,06	0,7802	0,4085	1,5808
Yogur con frutas	0,0916	0,3796	77	7,26	1,2608	0,7171	2,6663
Yogur desnatado	0,1023	0,4509	81	7,64	1,3383	1,0083	3,3145
Yogur entero	0,6118	0,9493	465	43,87	1,3947	0,9811	3,3176
14. CARNE Y DESPOJOS	2,4755						
Caballo	0,0015	0,0346	2	0,19	0,7934	0,0972	0,9838
Cabrito	0,0051	0,0712	6	0,57	0,8969	0,3391	1,5615
Callos	0,0097	0,0941	16	1,51	0,6403	0,4408	1,5044
Caracoles	0,0053	0,0777	9	0,85	0,6291	0,5989	1,8028
Carne magra de cerdo	0,2236	0,4742	272	25,66	0,8715	0,5585	1,9662
Carne semigrasa de cerdo	0,0559	0,2431	78	7,36	0,7592	0,5214	1,7812
Chuletas de cerdo	0,0744	0,3122	78	7,36	1,0109	0,6175	2,2212
Jamón cocido (york, dulce), lacón, paletilla	0,1746	0,2888	432	40,75	0,4284	0,3098	1,0357
Jamón serrano	0,1625	0,2999	415	39,15	0,4152	0,3534	1,1079
Lomo embuchado	0,0228	0,0878	91	8,58	0,2659	0,1593	0,5782
Carne magra de ternera	0,4557	0,7425	430	40,57	1,1234	0,7805	2,6532
Carne semigrasa de ternera	0,1546	0,4155	178	16,79	0,9206	0,5690	2,0359
Chuletas de ternera	0,0457	0,2698	37	3,49	1,3097	0,6631	2,6093
Carne picada, hamburguesas	0,0908	0,2678	156	14,72	0,6168	0,4042	1,4090
Conejo	0,0650	0,3121	70	6,60	0,9839	0,7603	2,4741
Chuletas de cordero	0,0840	0,3829	73	6,89	1,2198	0,8674	2,9198
Pierna y paletilla de cordero	0,0599	0,3471	40	3,77	1,5884	0,8834	3,3199
Otras piezas de cordero	0,0299	0,1863	34	3,21	0,9322	0,4974	1,9070
Filetes de pollo	0,1611	0,4010	188	17,74	0,9086	0,4774	1,8444
Pollo y gallina	0,4722	0,7062	522	49,25	0,9588	0,7391	2,4075
Hígado	0,0108	0,0959	18	1,70	0,6371	0,3885	1,3986
Lengua	0,0029	0,0408	6	0,57	0,5069	0,2151	0,9284
Mollejas	0,0015	0,0243	5	0,47	0,3115	0,1874	0,6789
Patés	0,0172	0,0827	65	6,13	0,2809	0,1949	0,6629
Perdiz	0,0148	0,1594	12	1,13	1,3086	0,7734	2,8245
Riñones	0,0008	0,0245	2	0,19	0,4375	0,5036	1,4246
Salchichas frescas	0,0257	0,1573	44	4,15	0,6188	0,4839	1,5671
Salchichas tipo frankfurt	0,0461	0,1708	103	9,72	0,4747	0,3122	1,0867
Sangre	0,0013	0,0378	2	0,19	0,7000	0,7328	2,1363
Sesos	0,0000	0,0000	0	0,00	0,0000	0,0000	0,0000
15. GRASAS Y ACEITES ANIMALES	0,2935						



DATOS (g/Kg _{peso} corporal·día)	TOTAL ADULTOS (n=1060). Peso medio= 68,48 Kg. Edad ≥17 años.						
	Toda la población		Solo consumidores				
	Media	DE	N	% Consumi- dores	Media	DE	Consumo 97,50%
Bacon	0,0233	0,1143	81	7,64	0,3045	0,2939	0,8806
Butifarra	0,0038	0,0419	12	1,13	0,3387	0,2134	0,7570
Cabeza de jabalí	0,0031	0,0428	7	0,66	0,4748	0,2495	0,9638
Caldo en cubitos	0,0117	0,0201	330	31,13	0,0376	0,0178	0,0725
Chorizo	0,1293	0,2013	516	48,68	0,2656	0,2169	0,6907
Manteca de cerdo	0,0009	0,0107	9	0,85	0,1088	0,0442	0,1955
Morcilla	0,0290	0,1107	124	11,70	0,2482	0,2252	0,6896
Mortadela	0,0202	0,0955	66	6,23	0,3239	0,2207	0,7564
Panceta	0,0155	0,0978	41	3,87	0,4014	0,3076	1,0043
Salchichón	0,0406	0,1215	155	14,62	0,2777	0,1876	0,6454
Tocino	0,0160	0,0477	158	14,91	0,1073	0,0740	0,2522
16. PLATOS PREPARADOS	0,2547						
Preparados dietéticos	0,0020	0,0373	5	0,47	0,4244	0,3796	1,1684
Albóndigas precocinadas	0,0150	0,1156	20	1,89	0,7972	0,2980	1,3813
Croquetas precocinadas	0,0293	0,1348	64	6,04	0,4850	0,2848	1,0432
Empanadillas precocinadas	0,0202	0,1236	38	3,58	0,5640	0,3492	1,2485
Pizzas	0,1445	0,4751	116	10,94	1,3202	0,7160	2,7235
Carne empanada y pasteles de carne precocinados	0,0149	0,1232	20	1,89	0,7911	0,4466	1,6665
Pescado empanado y pasteles de pescado precocinados	0,0188	0,1267	30	2,83	0,6658	0,3754	1,4015
Sopas y cremas comerciales	0,0099	0,0783	38	3,58	0,2767	0,3157	0,8955
17. BEBIDAS	1,8584						
Anises, aguardientes y licores dulces	0,0083	0,0512	41	3,87	0,2157	0,1539	0,5173
Cerveza	0,4732	1,3077	203	19,15	2,4709	2,0013	6,3933
Cava	0,0205	0,1662	24	2,26	0,9062	0,6591	2,1979
Cóñac, whisky, ginebra, ron, etc.	0,0215	0,1057	66	6,23	0,3459	0,2610	0,8575
Sidra	0,0057	0,1113	6	0,57	1,0061	1,1901	3,3386
Vermut	0,0156	0,1215	24	2,26	0,6885	0,4434	1,5576
Vinos dulces	0,0072	0,0846	9	0,85	0,8501	0,3745	1,5841
Vinos finos	0,0023	0,0379	5	0,47	0,4790	0,3087	1,0840
Vinos de mesa	0,3866	0,9261	314	29,62	1,3051	1,3037	3,8602
Cerveza sin alcohol	0,0189	0,2616	7	0,66	2,8649	1,6029	6,0065
Horchata	0,0053	0,0810	5	0,47	1,1306	0,3844	1,8841
Refrescos, gaseosas, colas y bitter	0,8932	1,9746	342	32,26	2,7685	2,6271	7,9174