

ANEXO 3 - CONTRIBUTOS DOS ALIMENTOS PARA A INGESTÃO NUTRICIONAL

Gráfico A3.1 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão energética diária (%)

Gráfico A3.2 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão energética diária (%)

Gráfico A3.3 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de proteína (%)

Gráfico A3.4 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de proteína (%)

Gráfico A3.5 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de gordura (%)

Gráfico A3.6 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de gordura (%)

Gráfico A3.7 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de hidratos de carbono (%)

Gráfico A3.8 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de hidratos de carbono (%)

Gráfico A3.9 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos saturados (%)

Gráfico A3.10 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos saturados (%)

Gráfico A3.11 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos monoinsaturados (%)

Gráfico A3.12 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos monoinsaturados (%)

Gráfico A3.13 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos polinsaturados (%)

Gráfico A3.14 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos polinsaturados (%)

Gráfico A3.15 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de açúcares (mono + dissacarídeos) (%)

Gráfico A3.16 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de açúcares (mono + dissacarídeos) (%)

Gráfico A3.17 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de fibra alimentar (%)

Gráfico A3.18 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de fibra alimentar (%)

Gráfico A3.19 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácido fólico (%)

Gráfico A3.20 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácido fólico (%)

Gráfico A3.21 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de cálcio (%)

Gráfico A3.22 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de cálcio (%)

Gráfico A3.23 - Contributo dos grupos alimentos para a ingestão diária de potássio (%)

Gráfico A3.24 - Contributo dos subgrupos alimentos para a ingestão diária de potássio (%)

Gráfico A3.25 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de sódio (%)

Gráfico A3.26 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de sódio (%)

Gráfico A3.1 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão energética diária (%)

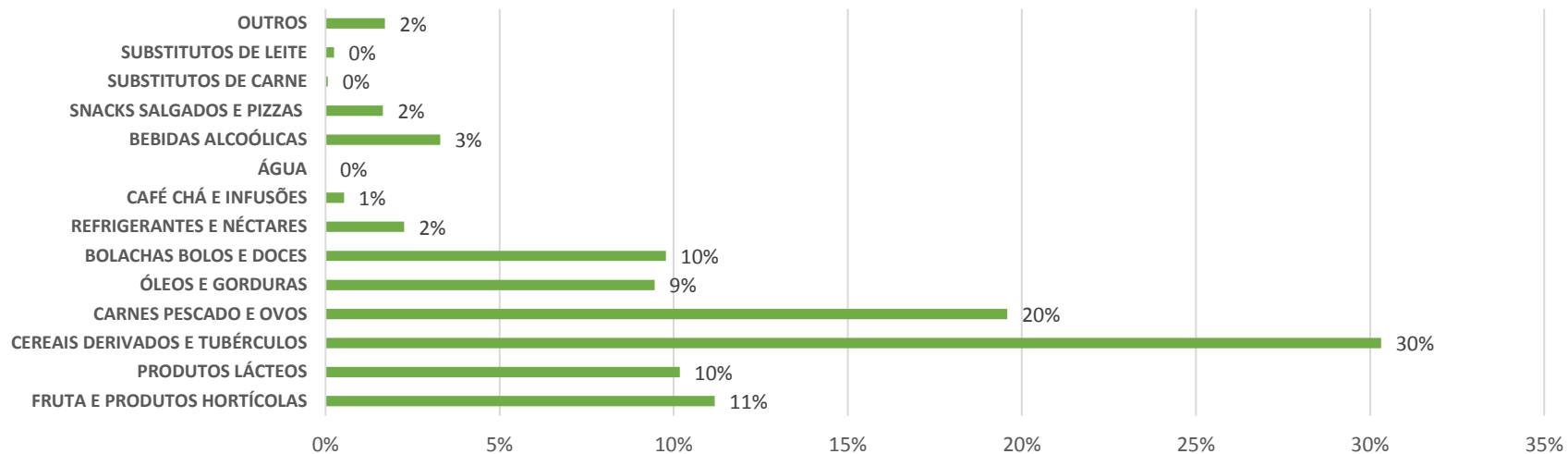


Gráfico A3.2 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão energética diária (%)

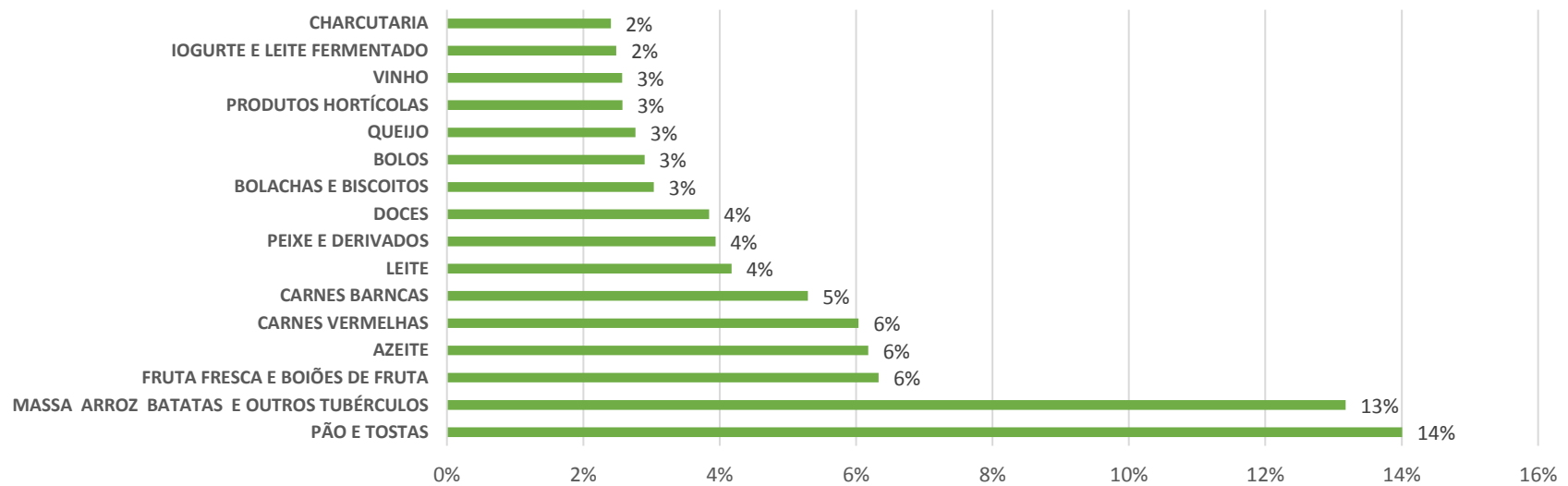


Gráfico A3.3 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de proteína (%)

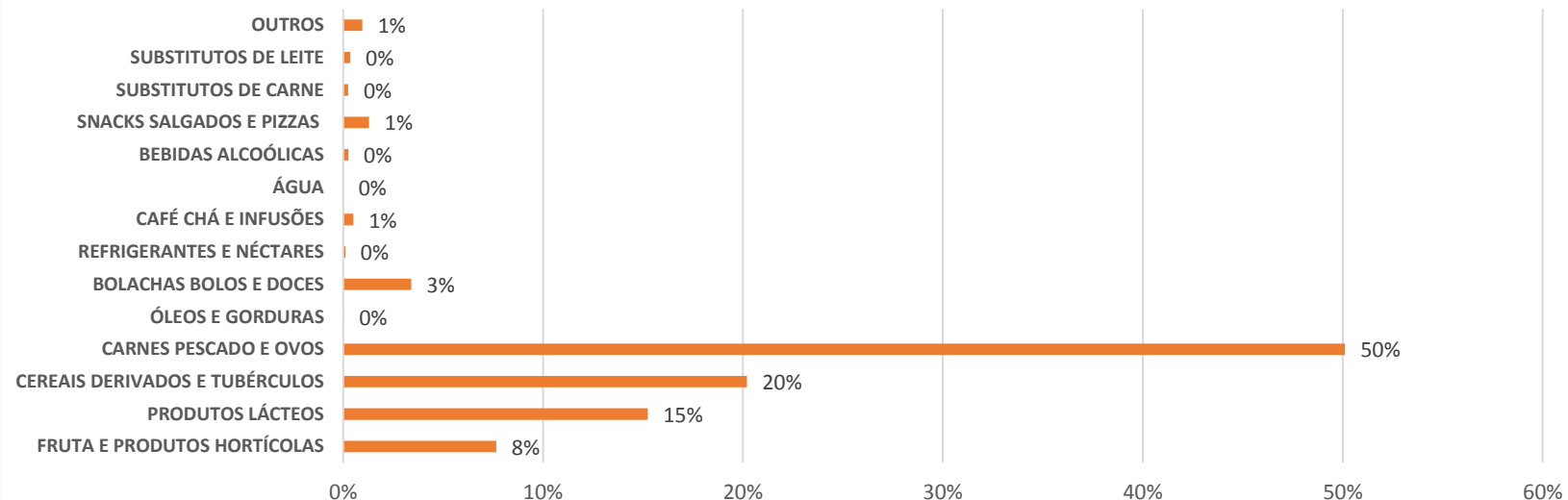


Gráfico A3.4 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de proteína (%)

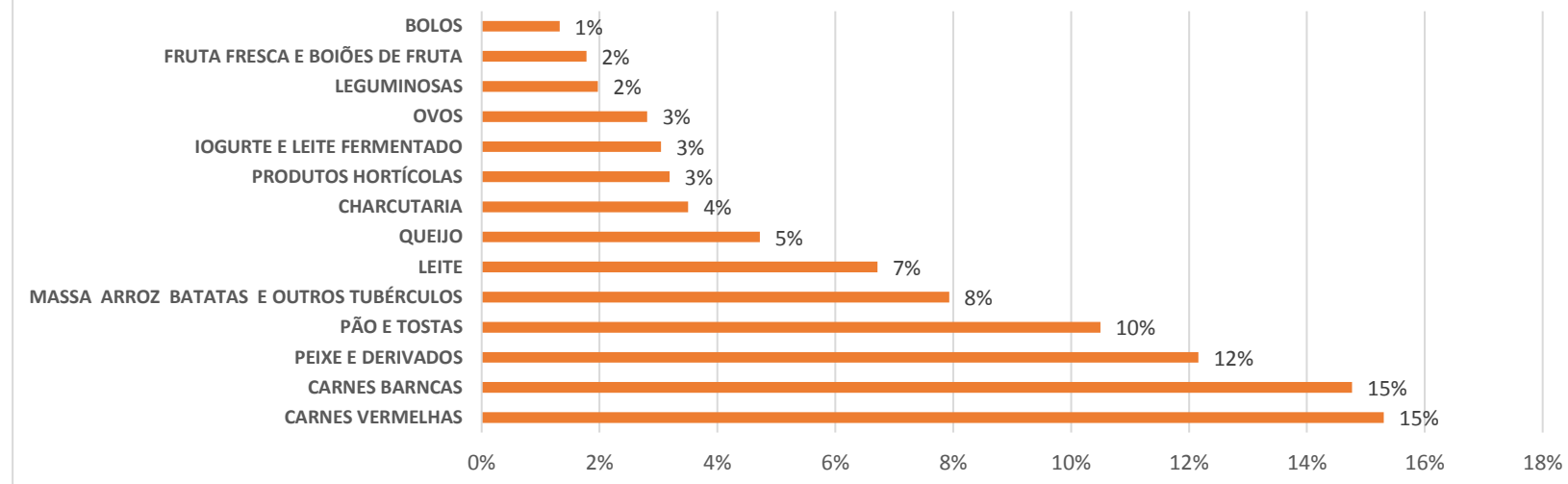


Gráfico A3.5 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de gordura (%)

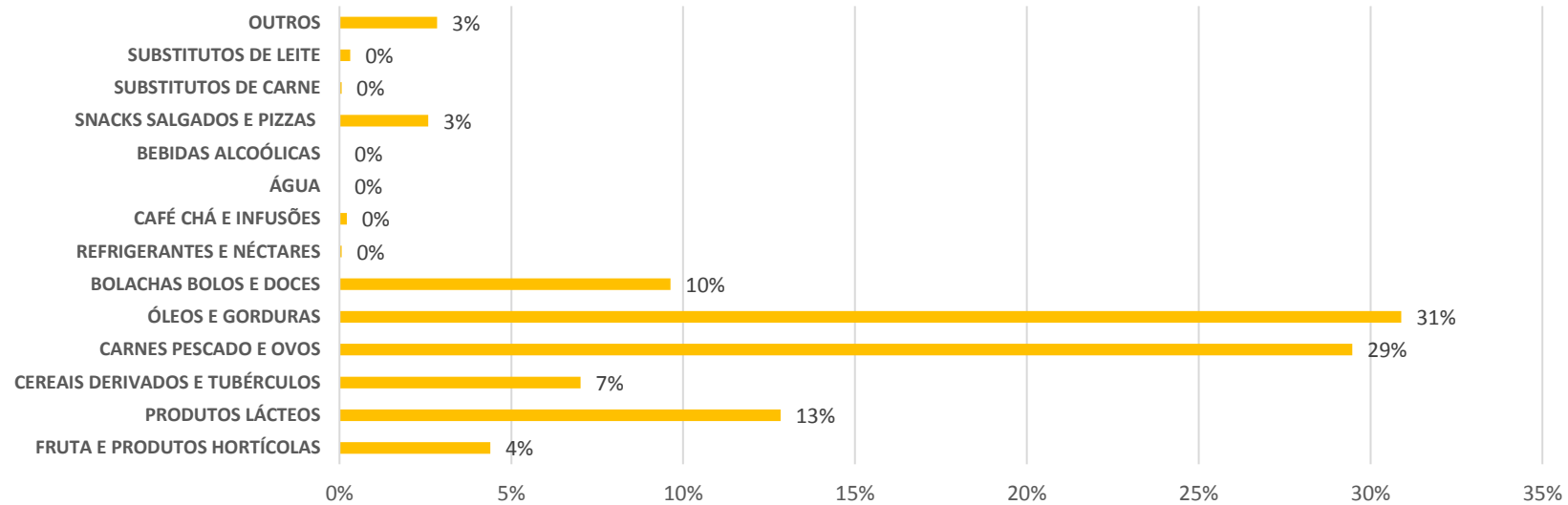


Gráfico A3.6 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de gordura (%)

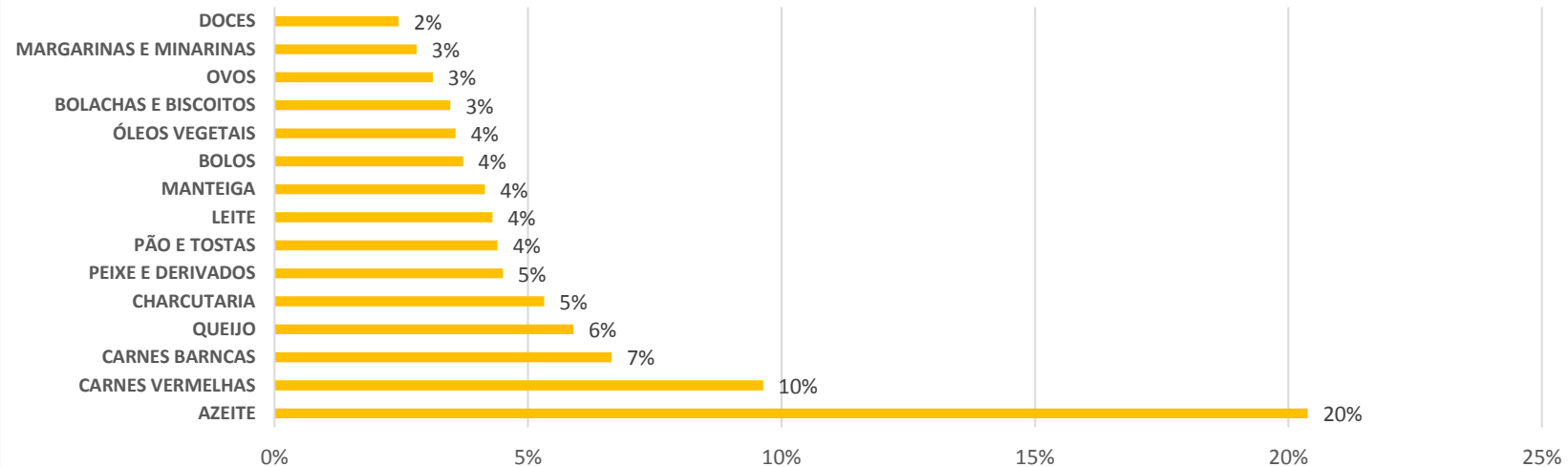


Gráfico A3.7 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de hidratos de carbono (%)

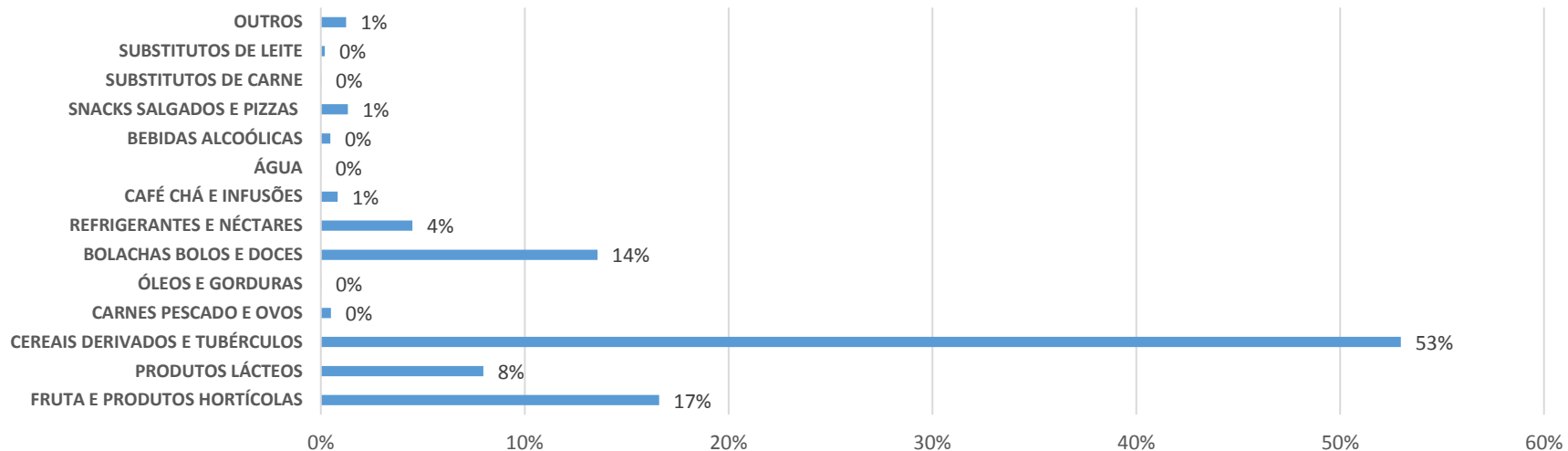


Gráfico A3.8 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de hidratos de carbono (%)

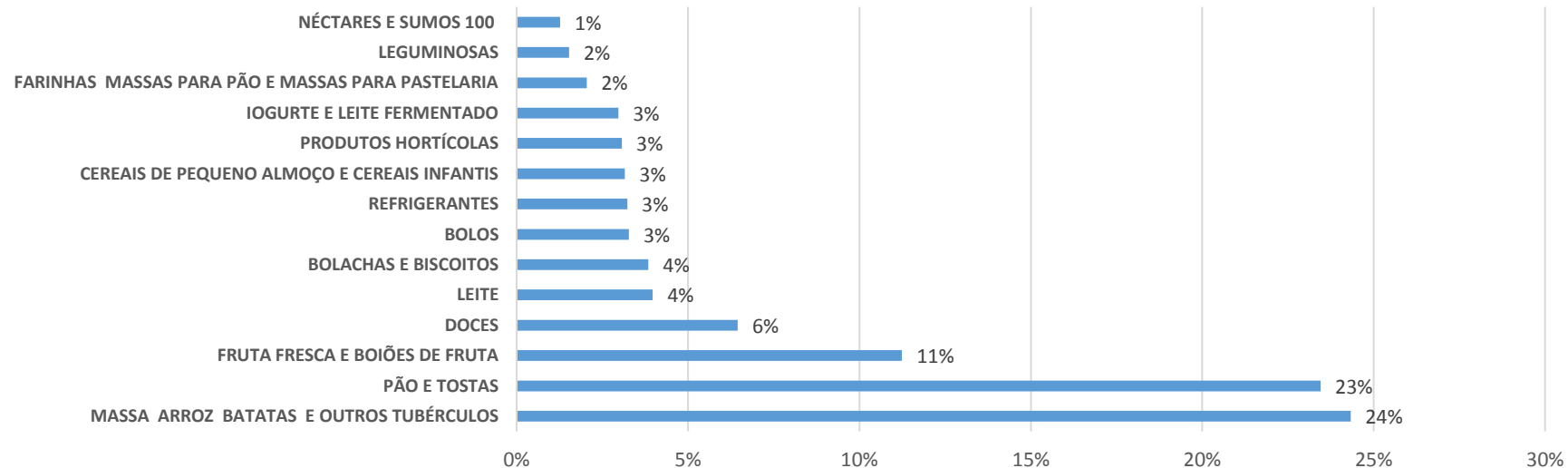


Gráfico A3.9 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos saturados (%)

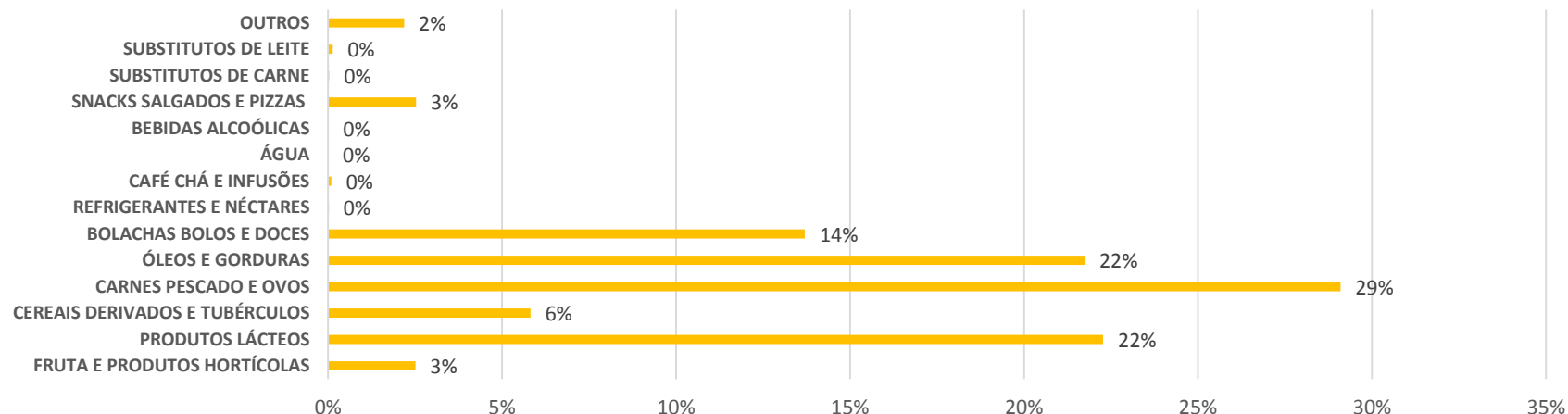


Gráfico A3.10 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos saturados (%)

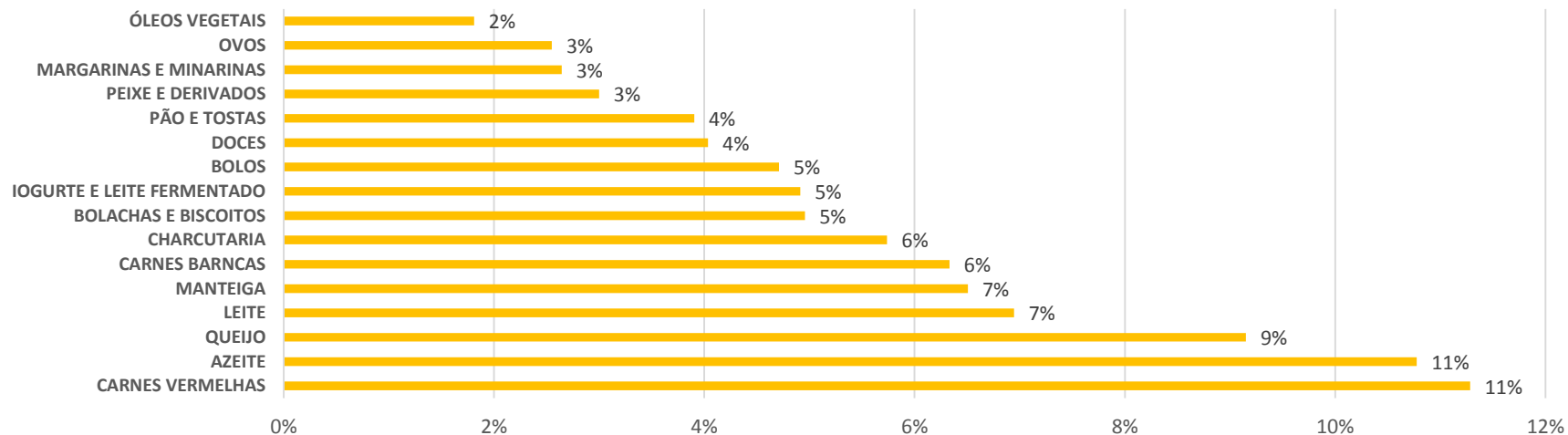


Gráfico A3.11 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos monoinsaturados (%)

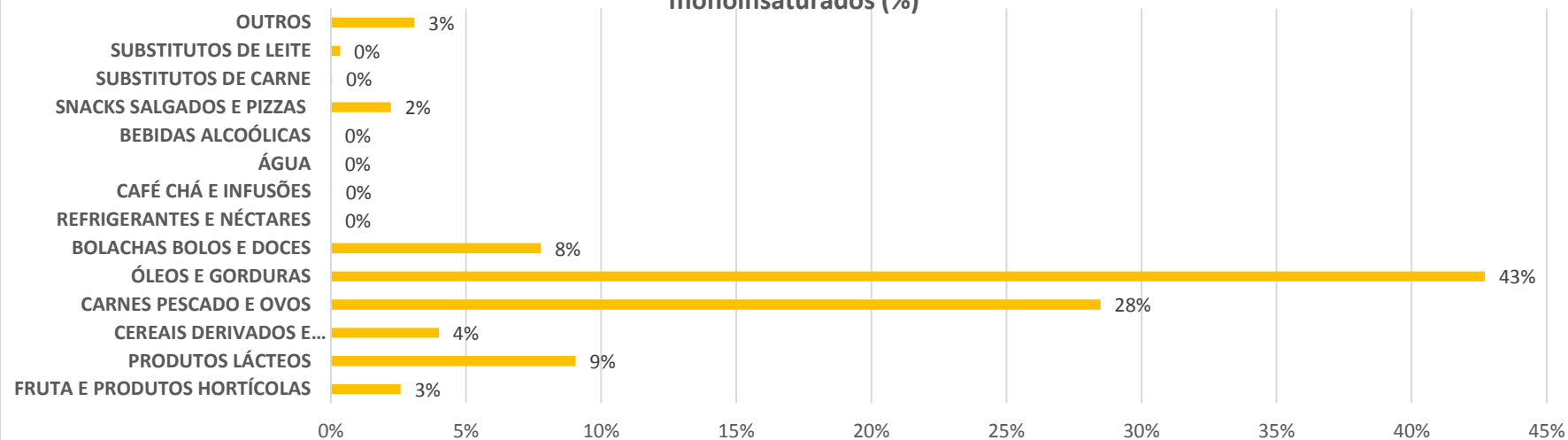


Gráfico A3.12 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos monoinsaturados (%)

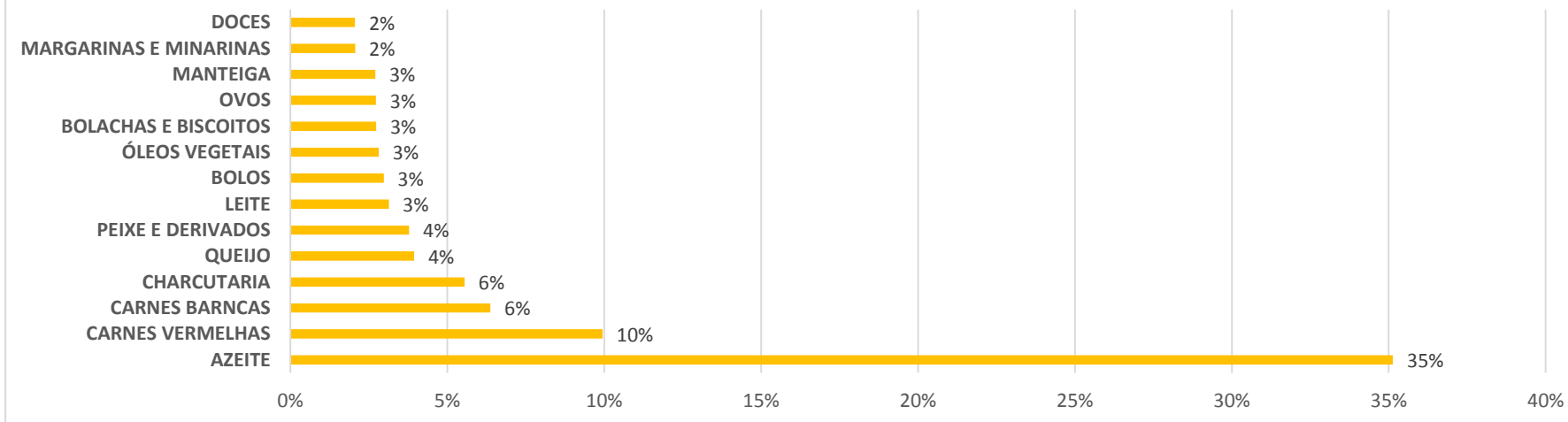


Gráfico A3.13 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos polinsaturados (%)

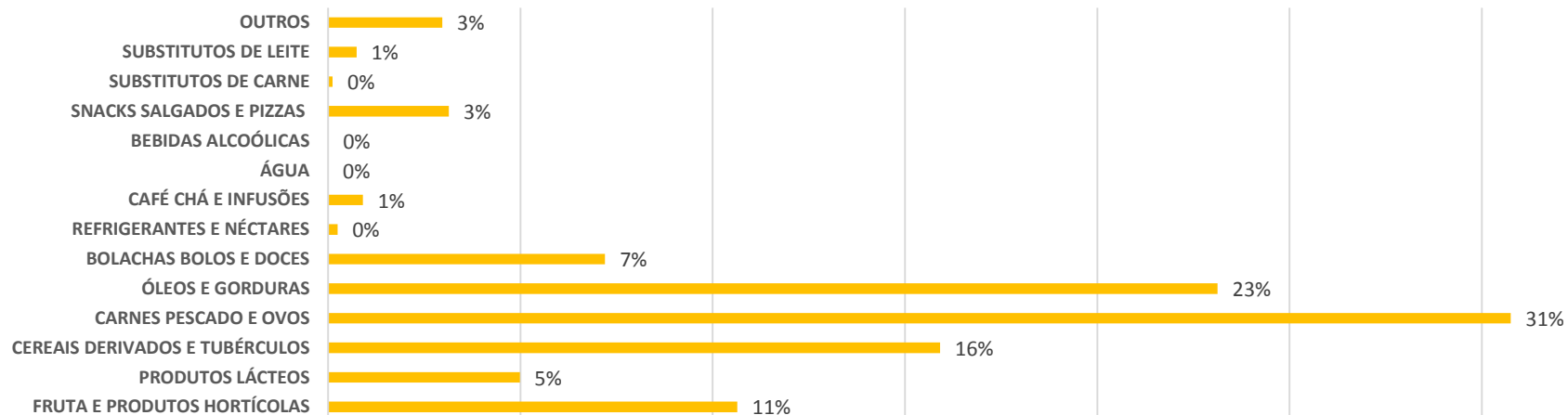


Gráfico A3.14 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos polinsaturados (%)

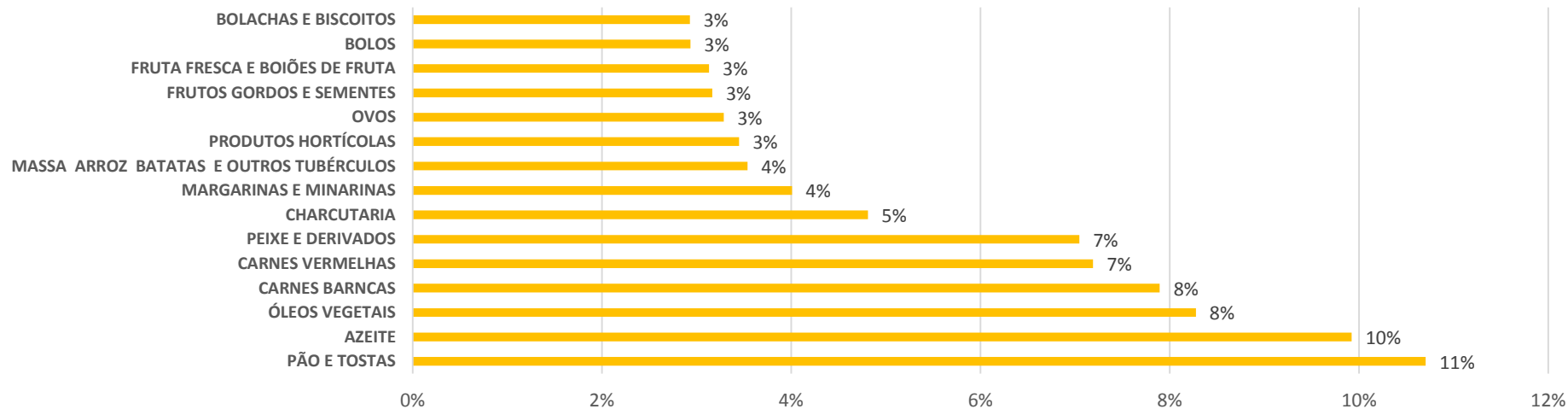


Gráfico A3.15 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de açúcares (mono + dissacarídeos) (%)

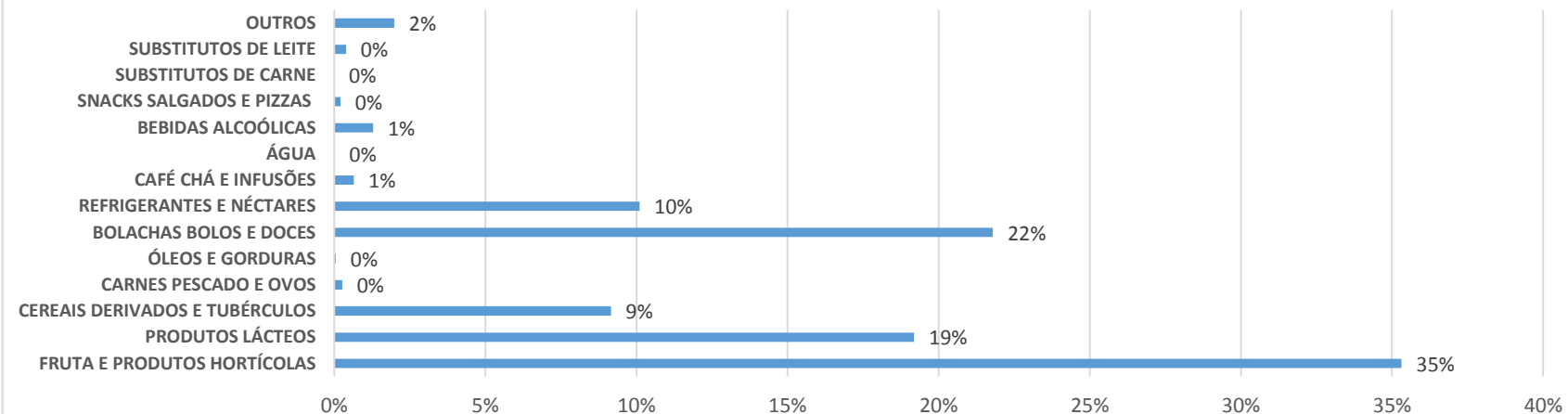


Gráfico A3.16 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de açúcares (mono + dissacarídeos) (%)

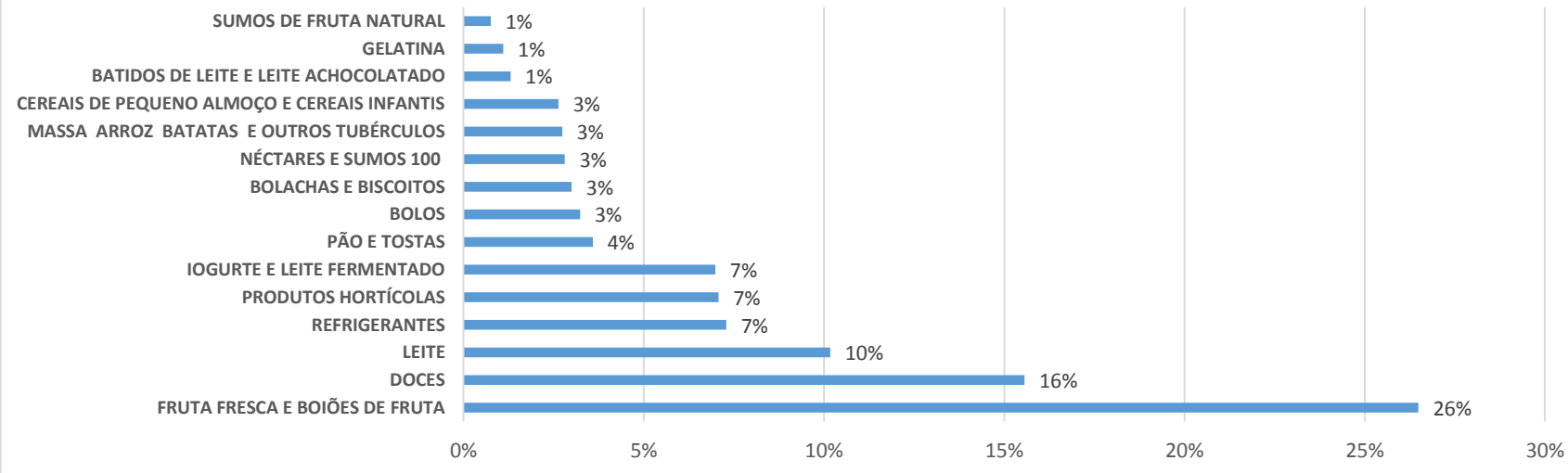


Gráfico A3.17 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de fibra alimentar (%)

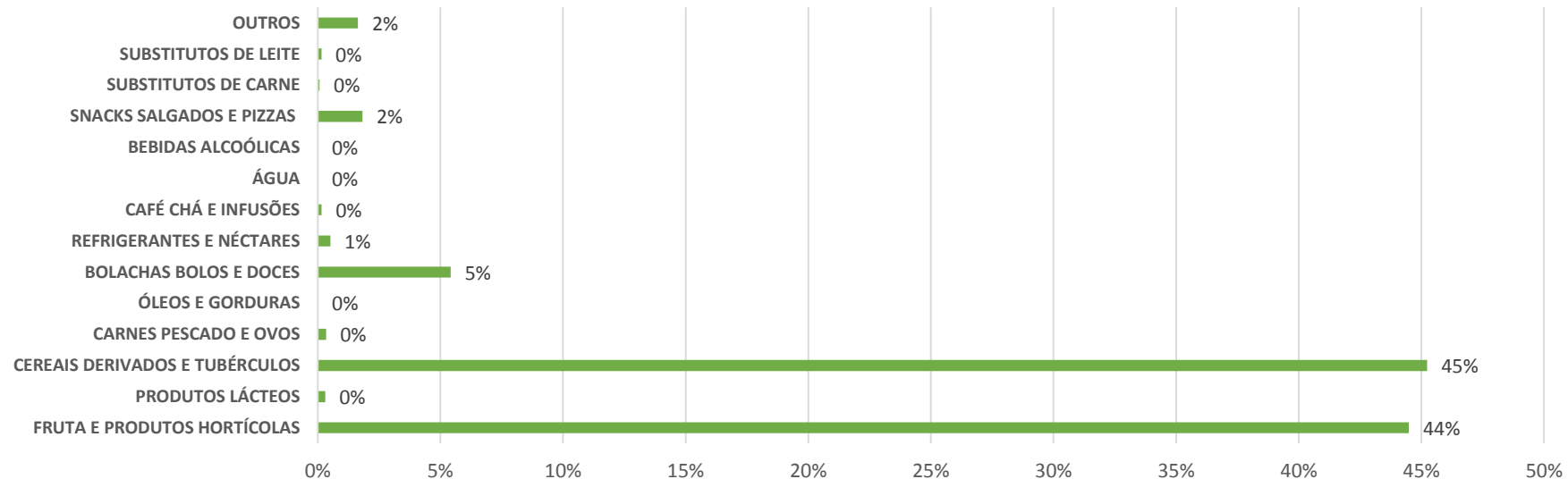


Gráfico A3.18 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de fibra alimentar (%)

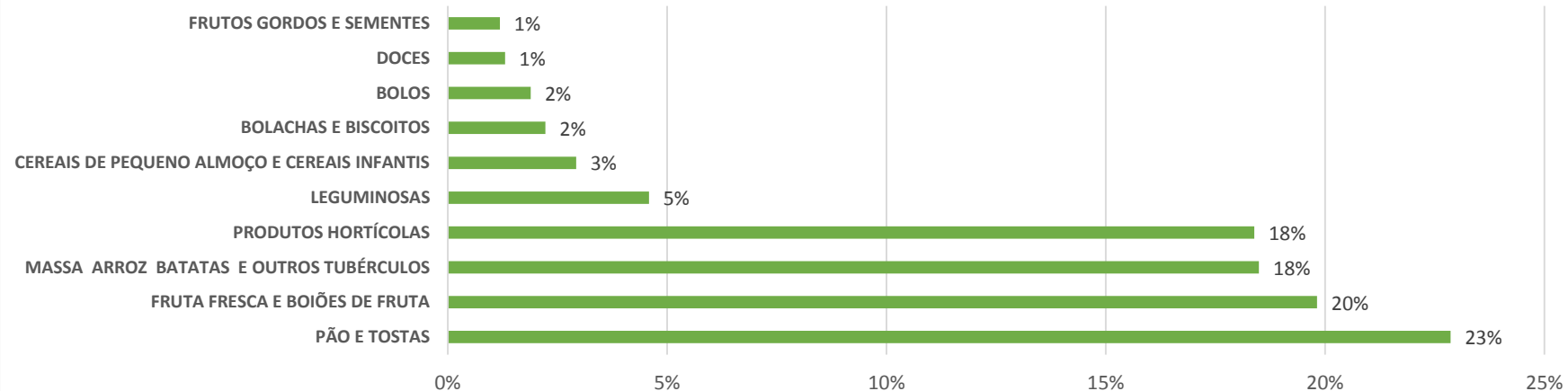


Gráfico A3.19 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácido fólico (%)

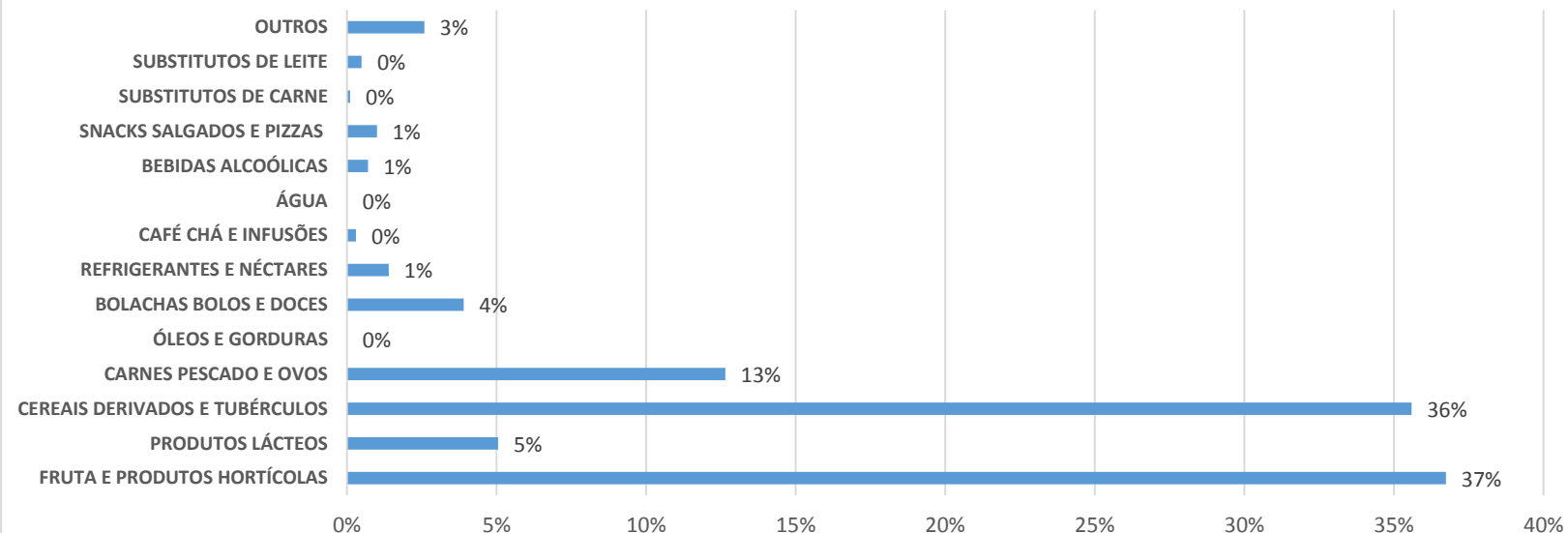


Gráfico A3.20 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácido fólico (%)

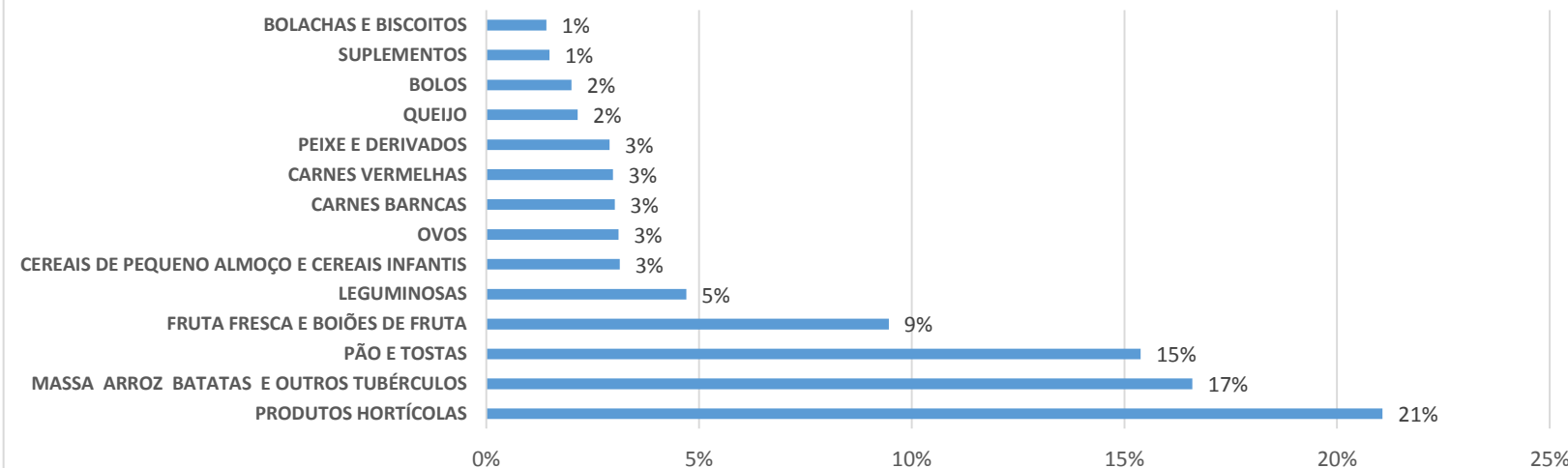


Gráfico A3.21 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de cálcio (%)

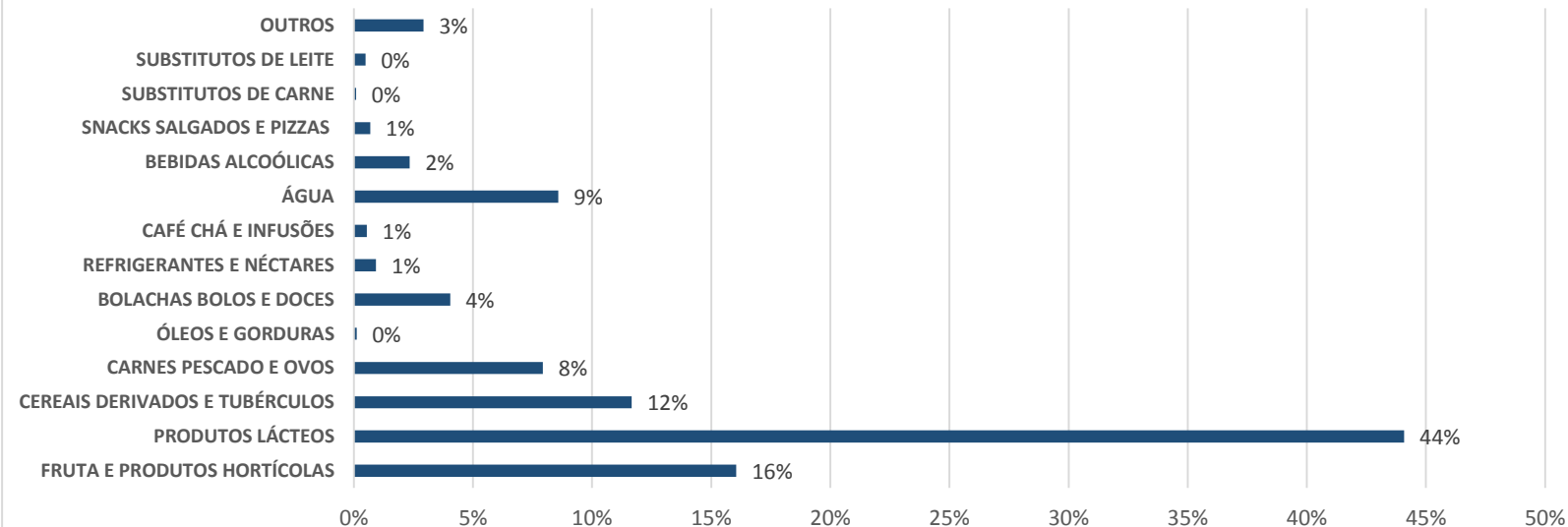


Gráfico A3.22 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de cálcio (%)

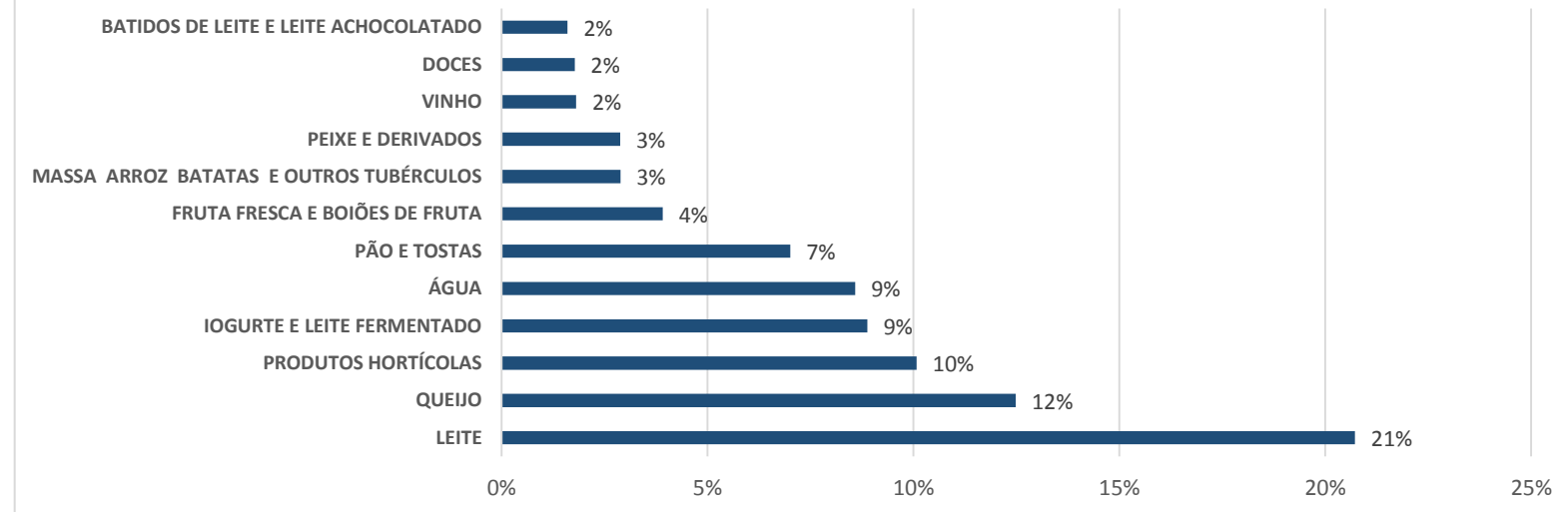


Gráfico A3.23 - Contributo dos grupos alimentos para a ingestão diária de potássio (%)

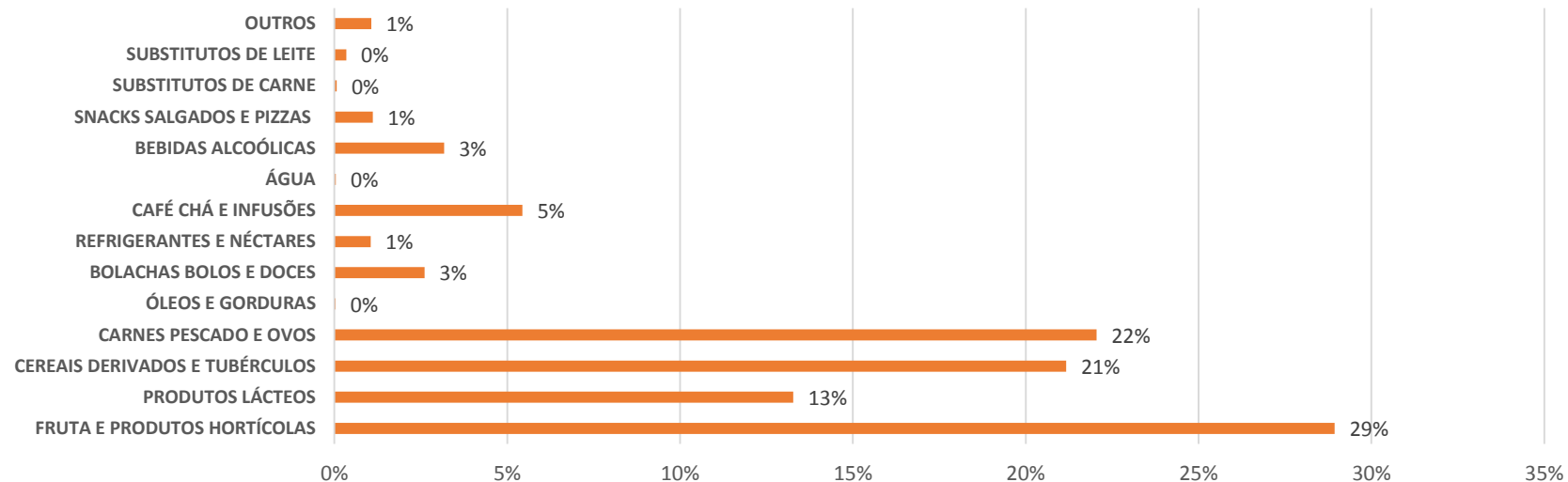


Gráfico A3.24 - Contributo dos subgrupos alimentos para a ingestão diária de potássio (%)

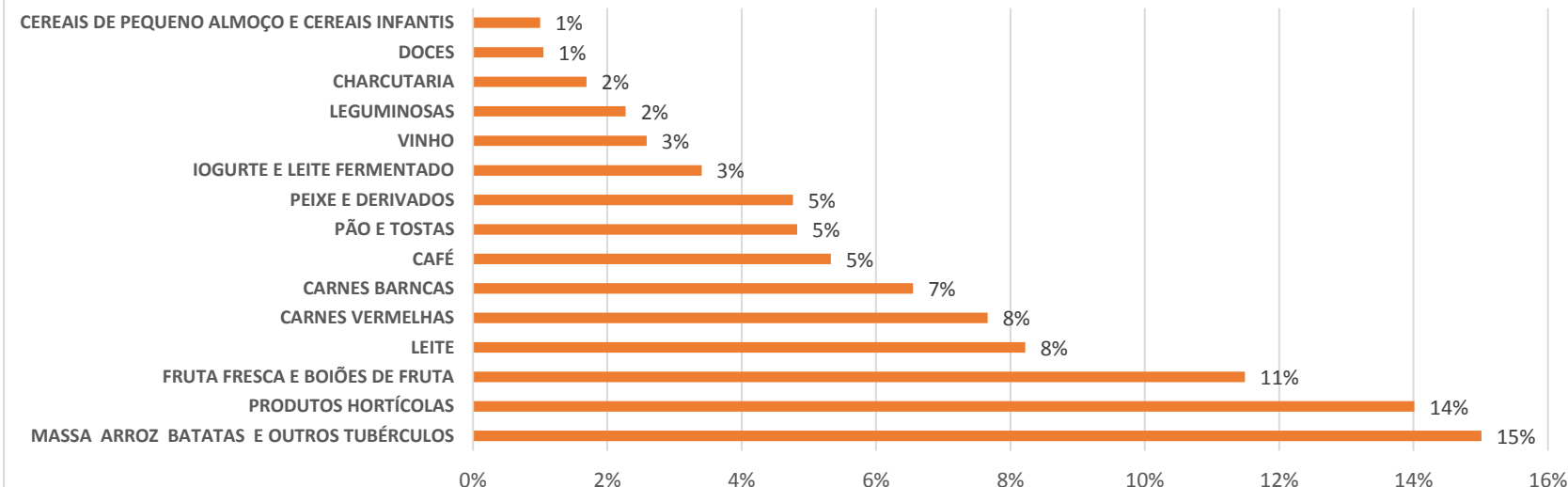


Gráfico A3.25 - Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de sódio (%)

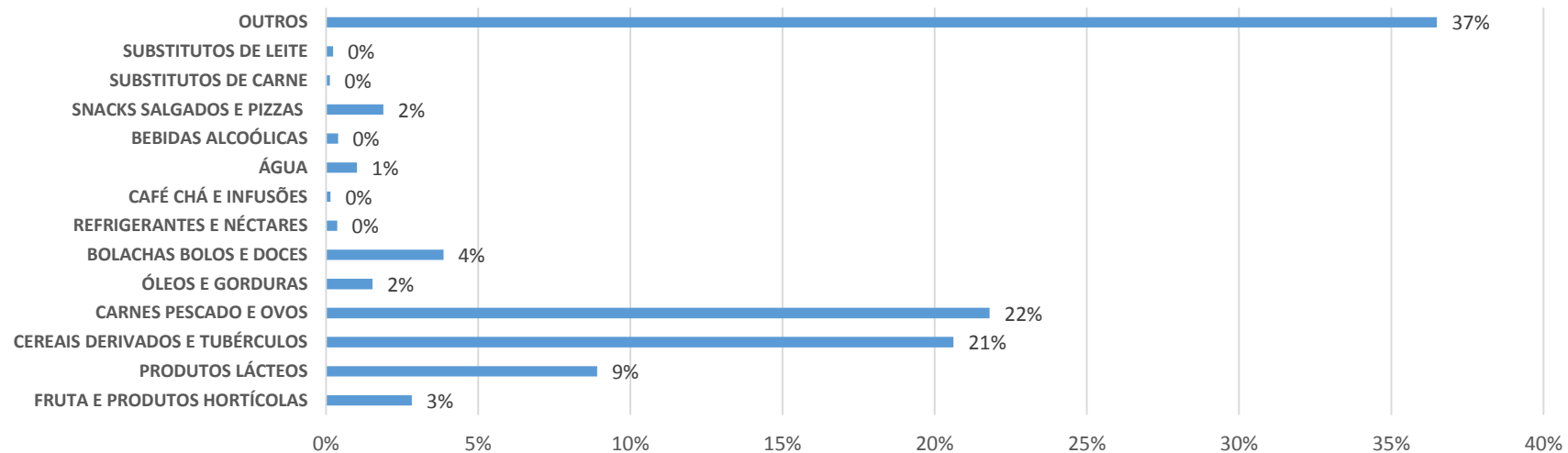


Gráfico A3.26 - Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de sódio (%)

