

المسح الوطني حول إنفاق الأسر  
و استهلاكها و مستوى عيشها  
لسنة 2005

الجزء الثاني  
التغذية



## توطئة

أنجز المعهد الوطني للإحصاء المسح الوطني الثامن حول إنفاق الأسر و استهلاكها و مستوى عيشها خلال الفترة المتراوحة بين ماي 2005 و ماي 2006. و يندرج هذا المسح في إطار الأشغال التحضيرية للمخطّط الحادي عشر (2007-2011).

ويحتوي المسح على ثلاثة محاور متكاملة يتعلّق المحور الأوّل منها بالإنفاق والثاني بالتغذية والثالث بمدى انتفاع الأسر بالخدمات الجماعية من تعليم و تغطية صحّية و علاج و قد تم تخصيص استمارة مستقلة لكل محور على حدة.

ويتضمن هذا التقرير نتائج محور التغذية الذي يهدف بالأساس إلى دراسة نمط الاستهلاك الغذائي و تقدير نسب الإستهلاك الذاتي و تحليل محتوى الوجبات من العناصر الغذائية و تحديد مصادرها من مختلف المواد النباتية و الحيوانية منها و الكشف عن الوضع الغذائي للأسر.

و قد شمل هذا المسح الغذائي عينة من الأسر ممثلة لكل الأصناف المهنية و الاجتماعية و موزعة على كامل ولايات الجمهورية بمدنها و قرراها و أريافها. و يبلغ حجم العينة 6700 أسرة. و قد تمّ توزيعها بالتساوي على كامل أشهر السنة بحيث يمكن المسح من الأخذ بعين الاعتبار التغيرات الموسمية في ما يتعلّق بالإستهلاك الغذائي للأسر. و قد توخى المسح الغذائي طريقة الاتصال المباشر بالأسر مرتين في اليوم لمدة أسبوع للقيام بعملية وزن كميات المواد الغذائية المعدة للطبخ و الاستهلاك الأسري.

و يتكوّن هذا التقرير من ثلاثة أجزاء. يتضمن الجزء الأول منها أهم نتائج المسح الغذائي للأسر في حين يتكوّن الجزء الثاني من ملحق إحصائي مفصّل يتضمّن الكميات المستهلكة من المواد الغذائية و نسب الإستهلاك الذاتي و حصص الفرد و حاجياته من العناصر الغذائية المكوّنة للوجبة من سعيرات حرارية و زلاليات و أملاح معدنية و فيتامينات. و تتوفر كل هذه المعطيات على المستوى الوطني و حسب الخصائص الجغرافية و الأصناف المهنية و الاجتماعية للأسر. أمّا الجزء الثالث فيتضمّن لمحة حول منهجية المسح الغذائي و أنموذجا من الاستمارة.



# الفهرس

## صفحة

03 ..... **توطنة**

### الاستهلاك الغذائي للأسر

- 07 ..... 1- متوسط الإستهلاك الغذائي للفرد حسب الوسط  
 09 ..... 2- الإستهلاك الذاتي حسب الوسط  
 10 ..... 3- محتوى الوجبة من العناصر الغذائية ونسب تغطية الحاجيات  
 12 ..... 4- مصادر العناصر الغذائية

## ملحق

### ملحق عدد 1: تطور معدل الكميات المستهلكة سنويًا للفرد

- 15 ..... - تطور متوسط الإستهلاك السنوي للفرد (بالكغ) حسب المواد 2005-1980  
 16 ..... - تطور متوسط الإستهلاك السنوي للفرد (بالكغ) حسب المواد 2005-1980 في الوسط البلدي  
 17 ..... - تطور متوسط الإستهلاك السنوي للفرد (بالكغ) حسب المواد 2005-1980 في الوسط الغير بلدي

### ملحق عدد 2: الكميات المستهلكة سنويًا للفرد حسب أصناف المواد لسنة 2006-2005

- 21 ..... - متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب المواد و الوسط الجغرافي (بالكغ) -2005-  
 25 ..... -متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب الجهات الكبرى (بالكغ) -2005-  
 29 ..... - متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب المواد و الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة (بالكغ) -2005-  
 35 ..... - متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب المواد و شرائح الإنفاق السنوي للفرد (بالكغ) -2005-  
 39 ..... - متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب عدد أفراد الأسرة (بالكغ) -2005-

### ملحق عدد 3: الإستهلاك الذاتي

- 45 ..... - نسبة الإستهلاك الذاتي (%) من مجموع الإستهلاك حسب الوسط الجغرافي  
 47 ..... - نسبة الإستهلاك الذاتي (%) من مجموع الإستهلاك حسب الجهات  
 49 ..... - نسبة الإستهلاك الذاتي (%) من مجموع الإستهلاك حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة  
 52 ..... - نسبة الإستهلاك الذاتي (%) من مجموع الإستهلاك حسب الإنفاق السنوي للفرد  
 54 ..... - نسبة الإستهلاك الذاتي (%) من مجموع الإستهلاك حسب عدد أفراد الأسرة

### ملحق عدد 4: حصص الفرد من العناصر الغذائية

- 59 ..... - تطوّر معدّل حصص الفرد من العناصر الغذائية حسب الوسط الجغرافي وعلى المستوى الوطني  
 60 ..... - تطوّر معدّل الحصص اليومية للفرد من العناصر الغذائية حسب الجهات  
 62 ..... - معدّل الحصص اليومية للفرد من العناصر الغذائية حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة

### ملحق عدد 5 : تركيبة العناصر الغذائية في سنة 2005

- 65 ..... - مصادر العناصر الغذائية حسب الوسط الجغرافي

- 70 .....- تركيبة العناصر الغذائية حسب الجهات
- 75 .....- تركيبة العناصر الغذائية حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة
- 84 .....- تركيبة العناصر الغذائية حسب الإنفاق السنوي للفرد

**ملحق عدد 6: نسب التغطية لأهم العناصر الغذائية (الحصص/الحاجيات)**

- 91 .....- معدّل الحصص و الحاجيات و نسب التغطية لأهم العناصر الغذائية حسب الوسط
- 92 .....- معدّل الحصص و الحاجيات و نسب التغطية لأهم العناصر الغذائية حسب الجهات
- 94 .....- معدّل الحصص و الحاجيات و نسب التغطية لأهم العناصر الغذائية حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة
- 97 .....- معدّل الحصص و الحاجيات و نسب التغطية لأهم العناصر الغذائية حسب عدد أفراد الأسرة

**ملحق عدد 7: مؤشّر الكتلة البدنية (Indices de la masse corporelle)**

- 101 .....- متوسط الوزن و القامة للسكان حسب الفئة العمرية و الجنس -2005-
- 102 .....- التوزيع النسبي (%) للسكان الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الفئة العمرية و أقسام مؤشّر الكتلة البدنية
- 103 .....- التوزيع النسبي (%) للذكور الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الفئة العمرية و أقسام مؤشّر الكتلة البدنية
- 103 .....- التوزيع النسبي (%) للإناث اللاتي تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الفئة العمرية و أقسام مؤشّر الكتلة البدنية
- 104 .....- التوزيع النسبي (%) لسكان الوسط البلدي الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الفئة العمرية و أقسام مؤشّر الكتلة البدنية
- 104 .....- التوزيع النسبي (%) لسكان الوسط الغير بلدي الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الفئة العمرية و أقسام مؤشّر الكتلة البدنية
- 105 .....- تطوّر معدّل أوزان السكان الذين تساوي أعمارهم أو تتجاوز 20 سنة
- 105 .....- تطوّر التوزيع النسبي (%) للسكان الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب أقسام مؤشّر الكتلة البدنية على المستوى الوطني
- 106 .....- تطوّر التوزيع النسبي (%) للسكان الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الجنس و أقسام مؤشّر الكتلة البدنية

**ملحق عدد 8: منهجية المسح الغذائي للأسر**

- 109 .....-1 التمهيدي
- 109 .....-2 منهجية المسح الغذائي
- 109 .....-3 أهداف المسح الغذائي
- 110 .....-4 استمارة المسح الغذائي
- 111 .....-5 استغلال معطيات المسح الغذائي

**ملحق عدد 9: نموذج من استمارة التغذية**

- 115 .....- نموذج من استمارة التغذية

## الاستهلاك الغذائي للأسر

### 1- متوسط الإستهلاك الغذائي للفرد حسب الوسط

أفرزت نتائج المسح الوطني حول تغذية الأسر لسنة 2005 أنّ النمط الغذائي التونسي يرتكز بالأساس على الحبوب إذ أنّ متوسط إستهلاكه السنوي من هذه المادة يقارب 183 كغ للفرد كما يقدر إستهلاك التونسي خلال سنة 2005 بما يناهز 27 كغ من اللحوم و 9,4 كغ من الأسماك و 133 بيضة و 54 كغ من الحليب و 16,7 كغ من السكر و السكريات و 22,7 كغ من الزيوت إلى جانب 78 كغ من الخضر الطازجة و 70,8 كغ من الفواكه و الغلال و 7,3 كغ من البقول و الدبابش الخضراء. و يختلف نمط الإستهلاك حسب وسط الإقامة إذ أنّ متوسط الإستهلاك الفردي من الحبوب بالوسط البلدي أقل بـ 40 كغ مما هو عليه بالوسط غير البلدي مقابل زيادة بقرابة 10 كغ من اللحوم و 6 كغ من الأسماك و 22 بيضة و 24 كغ من الحليب و كذلك زيادة بـ 10 كغ من الخضر و 7 كغ من الغلال و الفواكه.

الجدول 1: متوسط الإستهلاك السنوي للفرد (بالكغ) حسب المواد والوسط

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
مجموع الحبوب (1)	166.8	211.2	182.6
منها:			
القمح الصلب	55.4	128.7	81.6
القمح اللين	88.6	65.0	80.1
بقول و دبابش جافة	3.4	3.2	3.3
بقول و دبابش خضراء	7.7	6.5	7.3
خضر طازجة	81.9	71.7	78.3
خضر مصبرة (2)	61.1	58.6	60.2
مجموع الغلال	73.4	66.0	70.8
مجموع اللحوم	30.3	20.8	26.9
مجموع الأسماك	11.5	5.5	9.4
مجموع الحليب	62.6	38.2	53.9
البيض (عدد الوحدات)	144.2	112.2	132.8
السكر و السكريات	16.4	17.3	16.7
الزيوت	22.7	22.7	22.7
شاي	0.9	1.5	1.1
قهوة	0.9	0.4	0.7

(1) ما يعادل كميات من الحبوب

(2) ما يعادل كميات من الخضر الطازجة

ومنذ سنة 1980 مافتئى نمط الإستهلاك الغذائى للتونسي يتطور من خماسية إلى أخرى كما يبين ذلك الجدول الموالي:

الجدول 2: متوسط الإستهلاك السنوي للفرد (بالكغ) حسب المواد 2005-1980

المواد	1980	1985	1990	1995	2000	2005
مجموع الحبوب (1)	210.2	204.4	196.4	187.0	180.4	182.6
منها:						
القمح الصلب	124.0	117.2	110.0	102.5	91.5	81.6
القمح اللين	72.7	72.2	71.7	71.7	72.8	80.1
بقول و دبابش جافة	3.2	3.2	3.2	2.6	3.0	3.3
بقول و دبابش خضراء	7.2	8.7	5.8	6.9	7.1	7.3
خضر طازجة	66.2	77.6	81.5	72.7	76.2	78.3
خضر مصبرة (2)	42.5	46.8	52.2	52.6	54.7	60.2
مجموع الغلال	37.6	38.9	53.0	43.1	61.2	70.8
مجموع اللحوم	16.9	17.8	19.9	21.0	24.8	26.9
منها:						
لحم علوش	5.0	6.4	7.6	8.6	9.0	9.5
لحم بقري	4.5	5.2	4.2	3.6	2.9	3.3
الطيور و قنص الصيد	5.7	4.5	6.5	6.9	10.8	11.7
مجموع الأسماك	5.5	6.1	7.1	5.8	6.7	9.4
مجموع الحليب	40.6	37.5	38.8	40.0	44.5	53.9
مشتقات الحليب (3)	20.4	14.1	19.6	25.2	33.5	29.6
منها:						
ياغرت (عدد العلب)	19.0	29.0	33.0	28.0	35.0	48.4
جبين	0.1	0.2	0.2	0.4	0.7	0.7
زبدة	0.7	0.4	0.7	0.9	1.1	0.9
البيض (عدد الوحدات)	71.0	77.0	97.0	98.0	119.0	132.8
الزيوت	15.8	20.8	25.1	23.0	24.1	22.7
منها:						
زيت الزيتون	4.5	6.0	8.2	6.1	8.2	7.2
زيت حبوب (قطانيا، عبّاد الشمس، ...)	11.2	14.8	16.9	16.7	15.9	15.5
السكر و السكرات	14.5	16.5	17.4	16.1	17.4	16.7
شاي	1.3	1.6	1.7	1.5	1.4	1.1
قهوة	0.7	0.8	0.7	0.7	0.7	0.7

(1) ما يعادل كميات من الحبوب

(2) ما يعادل كميات من الخضر الطازجة

(3) ما يعادل كميات من الحليب الطازج



ويستخلص من مقارنة هذه البيانات أنّ النظام الغذائي التونسي لا يزال مبنيا بالأساس على الحبوب ولكن مع تراجع طفيف لهذه المادّة بقرابة 27 كغ للفرد على إمتداد الخماسيات الخمس الماضية. وفي مقابل ذلك تعزّز الإستهلاك السنوي للفرد خلال نفس الفترة بـ 10 كغ من اللحوم و4 كغ من الأسماك و14 كغ من الحليب و60 بيضة كما سجّل إستهلاك الفرد من الفواكه والغلال زيادة هامة تقارب 33 كغ على إمتداد نفس الفترة مما يعكس التطوّر الإيجابي في النمط الغذائي للأسر الذي تحول من نمط تقليدي يقوم على الحبوب إلى نمط أكثر تنوعا وأحسن توازنا. في حين تشهد الكمّيّات المستهلكة سنويا للفرد من الزيوت والسكر والقهوة والشاي شبه استقرار خلال هذه الفترة.

## 2- الإستهلاك الذاتي حسب الوسط

تفيد نتائج المسح أن بعض الأسر وخاصة منها المقيمة بالوسط غير البلدي تستهلك موادا غذائية متأتية من منتوجها الفلاحي. وهذه المواد لا تمر عبر قنوات السوق التجارية وهي ما يعبر عنها بالإستهلاك الذاتي للأسر وتفيد النتائج أن الإستهلاك الذاتي السنوي لفرد يتمثل خاصة في 6,2 كغ من الحبوب و5,6 كغ من الحليب و5,3 كغ من الفواكه والغلال و1,9 كغ من زيت الزيتون و1,5 كغ من اللحوم وقرابة 30 بيضة. كما تشير نتائج المسح إلى ان نمط الإستهلاك الذاتي للأسر يختلف حسب الوسط فإذا كان الإستهلاك الذاتي للفرد من زيت الزيتون بالوسط غير البلدي يفوق ضعف الإستهلاك الذاتي من هذه المادة للفرد المقيم بالوسط البلدي فإن هذه النسبة تبلغ من 7 إلى 8 أضعاف على مستوى الإستهلاك الذاتي للبيض واللحوم والغلال و15 ضعفا على مستوى الحليب وقرابة 20 ضعفا على مستوى الإستهلاك الذاتي للحبوب.

الجدول 3: متوسط الإستهلاك الذاتي السنوي للفرد حسب المواد والوسط

	معدّل الإستهلاك الذاتي السنوي للفرد (بالكغ)			نسبة الإستهلاك الذاتي (%) من مجموع الإستهلاك		
	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
الحبوب	0.83	15.63	6.21	0.5	7.4	3.4
بقول و دبابش جافة	0.01	0.13	0.05	0.2	4.1	1.5
بقول و دبابش خضراء	0.06	1.42	0.55	0.8	21.8	7.5
خضر طازجة	0.82	5.16	2.35	1.0	7.2	3.0
خضر مصبرة	0.06	0.94	0.36	0.1	1.6	0.6
الغلال	1.61	11.95	5.31	2.2	18.1	7.5
اللحوم	0.42	3.33	1.45	1.4	16.0	5.4
الحليب	0.94	13.98	5.60	1.5	36.6	10.4
البيض (عدد الوحدات)	9	63	29	6.5	56.1	21.5
زيت الزيتون	1.23	2.78	1.92	15.6	47.2	26.8

أما فيما يتعلّق بنسب الإستهلاك الذاتي للمواد من مجموع الإستهلاك خلال سنة 2005 فإنّ أقصاها قد تمّ تسجيلها بالوسط غير البلدي و على مستوى مادة البيض (56,1%) و يليها في ذلك زيت الزيتون (47,0%) ثمّ مادة الحليب (36,6%).

ويستخلص من مقارنة نتائج المسوح السابقة في هذا المجال أن نسب الإستهلاك الذاتي في تراجع متواصل من خماسية إلى أخرى وقد يعود ذلك إلى التخلّي عن بعض العادات الغذائية للأسر و الإستئناس بأنماط غذائية عصرية قائمة على إستهلاك المواد الغذائية المعدّة للتسويق و المواد المصنّعة. وتجدر الإشارة إلى أن نسب الإستهلاك الذاتي ترتبط أيضا بمستوى المنتج الفلاحي بالإضافة إلى تغيّرات العادات الغذائية للأسر.

الجدول 4: تطور نسبة الإستهلاك الذاتي (%) من مجموع الإستهلاك حسب المواد الغذائية 2005-1975

المواد	1975	1980	1985	1990	1995	2000	2005
الحبوب	25.5	9.9	13.3	7.0	1.1	2.5	3.4
منها:							
القمح الصلب	36.2	14.4	17.3	9.6	1.4	3.0	5.3
القمح اللين	4.7	0.6	2.9	1.0	0.1	0.2	1.0
الشعير	45.8	44.2	54.1	42.9	16.2	36.5	24.1
بقول و دبابش جافة	14.3	5.3	10.5	8.1	2.5	2.5	1.5
بقول و دبابش خضراء	25.6	18.5	18.5	27.6	17.2	7.0	7.5
خضر طازجة	9.7	7.7	8.4	6.3	6.4	4.3	3.0
خضر مصبرة	1.4	1.0	1.9	1.0	0.9	0.8	0.6
الغلال	15.0	17.1	16.3	22.5	12.6	12.4	7.5
اللحوم	9.1	5.3	5.9	4.5	4.7	4.4	5.4
الأسماك	4.2	2.1	2.1	5.8	3.5	0.2	0.6
الحليب	42.7	32.7	22.9	21.4	18.4	15.1	10.4
مشتقات الحليب	16.1	11.7	5.4	7.8	5.4	3.0	1.2
البيض (عدد الوحدات)	31.9	16.2	15.9	19.6	23.2	20.7	21.5
زيت الزيتون	37.8	31.7	32.6	27.7	27.6	29.3	26.8

### 3- محتوى الوجبة من العناصر الغذائية و نسب تغطية الحاجيات

يجدر التذكير أولا في هذا المجال أنّ محتوى الوجبات من العناصر الغذائية قد تمّ إستخلاصه من عملية تحويل الكميات الغذائية التي وقع وزنها في حالتها الطبيعية إلى كميات جاهزة للإستهلاك أو الطبخ ثمّ إلى عناصر طاقة و عناصر غذائية أخرى من زلاليات و دهنيات و أملاح معدنية و فيتامينات و ذلك بالإستناد إلى جداول التركيبة الغذائية، مع الإشارة إلى أنّ بعضا من العناصر الغذائية قد تفتقد نوعا ما من قيمتها من جراء عملية الطبخ إلاّ أنه لم يتمّ أخذها بعين الإعتبار حسب المنهجية المعتمدة لصعوبة تقدير نسب الإلتلاف حسب طرق الطهي.

كما تعتمد منهجية إستغلال المسح على بيانات عن كل فرد من أفراد الأسرة تتعلّق بجنسه و عمره و مهنته و طول قامته و وزنه بهدف إحتساب حاجيات كل فرد من العناصر الطاقية (حريرات) و العناصر الغذائية الأخرى من زلاليات، و دهنيات و فيتامينات و أملاح معدنية و ذلك بالإعتماد على توصيات المنظمة الدولية للصحة من جهة و منظمة الأغذية و الزراعة من جهة أخرى.

ويستخلص من عملية إستغلال معطيات المسح أن متوسط حصّة الفرد في اليوم يبلغ من السعيرات الحرارية بقدر 2328,1 كيلو حريرة في حين يبلغ متوسط حاجيات الفرد في اليوم من 2213,6 كيلو حريرة و تكون بذلك نسبة التغطية من السعيرات الحرارية

في حدود 105,2% أي بنسبة زيادة عن الحاجيات بـ 5,2%. أما على مستوى الزلايات فيقدر متوسط حصّة الفرد 72,4 غرام في اليوم مقابل 40,0 غرام متوسط الحاجيات من الزلايات في اليوم وتبلغ بذلك نسبة التغطية 180,8% أي بنسبة زيادة عن الحاجيات بـ 80,8%.

وفيما يتعلّق بالأحماض المعدنية فإنّ متوسط حصّة الفرد من الحديد تقدّر بـ 15,2 ميليغرام في اليوم وهي تكاد تساوي متوسط الحاجيات في حين تفوق حصّة الفرد من الكالسيوم بقرابة خمس الحاجيات: 588,6 مليغرام مقابل 492,4 ميليغرام. وبخصوص الفيتامينات فإنّ نسبة تغطية الحصص بالحاجيات تختلف تماما من عنصر إلى آخر فهي تبلغ أداها 80% أي بنقص 19% من الحاجيات على مستوى الريبوفلافين (أي فيتامين ب2) في حين ترتفع نسب التغطية إلى قرابة 386% بالنسبة للحامض الأسكوربيكي (فيتامين ث) أي بزيادة 286% عن الحاجيات مع الإشارة إلى أن هذا العنصر الغذائي يتلاشى بكميات هامة أثناء عملية الطبخ.

الجدول 5: متوسط حصّة الفرد وحاجياته في اليوم والفارق النسبي لتغطية أهم العناصر الغذائية - 2005

معدّل حصص الفرد في اليوم	معدّل حاجيات الفرد في اليوم	نسب التغطية <sup>(1)</sup> (%)
2328.1	2213.6	+5.2
72.4	29.3	+80.8
15.2	15.1	+0.8
588.6	492.4	+19.5
910.3	665.5	+36.8
1.4	0.9	+53.4
1.0	1.2	-18.9
15.0	14.6	+2.4
104.5	27.1	+285.5

(1) تعكس نسبة التغطية الموجبة نسبة زيادة معدل الحصص مقارنة بمعدل الحاجيات. في حين تمثل السالبة نسبة نقص معدا الحصص مقارنة بمعدل الحاجيات.

ويستنتج من مقارنة نتائج المسوح المماثلة والمنجزة منذ سنة 1980 في هذا المجال أنّ الفارق النسبي لتغطية حصّة الفرد لحاجياته في تحسن متواصل على مستوى جل العناصر الغذائية وخاصة منها الأملاح المعدنية والفيتامين " أ " وهو ما يعكس مدى تطور الوضع الغذائي للأسر في تونس من خماسية إلى أخرى.

الجدول 6: الفارق النسبي لتغطية حصّة الفرد لحاجياته (%) لأهم العناصر الغذائية 2005-1980

2005	2000	1995	1990	1985	1980
+5.2	+1.5	-3.1	+5.2	+7.3	+12.1
+80.8	+61.6	+52.7	+66.5	+64.8	+70.7
+19.5	+3.4	-1.7	-5.6	-9.6	-6.0
+0.8	-6.0	-8.8	-0.6	-3.4	-5.5
+36.8	+25.5	+22.5	+19.1	+12.1	+7.8
+285.5	+283.0	+242.0	+250.8	+253.1	+201.6
+53.4	+117.0	+66.8	+73.6	+71.4	+78.3
-18.9	-8.2	-30.4	-26.1	-26.7	-25.4
+2.4	-23.1	-7.3	+0.6	+1.4	+6.5

#### 4- مصادر العناصر الغذائية

يرمي المسح الغذائي أيضا إلى تحليل مصادر العناصر الغذائية المكوّنة للوجبة وأصلها من مختلف المواد الغذائية النباتية والحيوانية وتشير النتائج في هذا المجال إلى أن الحبوب تؤمّن حوالي النصف أو أكثر بالنسبة للسعيرات الحرارية والزلاليات والحديد. في حين تؤمّن الخضّر 68,4% من الفيتامين ث و60,4% من الفيتامين أ، كما يوفّر الحليب ومشتقاته والبيض 43,8% من الكالسيوم وقرابة 18% من الفيتامين أ و12% من الزلاليات.

الجدول 7: تركيبة مصادر العناصر الغذائية من المواد (%) 2005

السعيرات الحرارية	الزلاليات	الحديد	الكالسيوم	الفيتامين أ	الفيتامين ث	
51.5	58.7	49.7	24.0	-	-	الحبوب
2.1	4.2	10.0	9.3	3.0	4.5	البقول و التوابل
5.4	6.7	21.9	14.6	60.4	68.4	الخضّر
2.9	1.7	4.2	4.3	7.6	22.9	الغلال
5.7	11.7	6.2	1.2	9.8	0.3	اللحوم والدواجن
0.6	3.3	0.8	0.9	0.1	-	الأسماك
7.6	11.9	4.6	43.8	17.9	1.5	الحليب و مشتقاته و البيض
4.7	0.3	0.6	0.5	-	-	السكر و السكريات
17.3	-	-	-	-	-	الزيوت
2.1	1.4	2.0	1.4	1.2	2.4	مشروبات و مأكولات خارج البيت
100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	المجموع

# ملحق عدد 1



تطور متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب المواد  
2005-1980



جدول 1.1.1: تطور متوسط الإستهلاك السنوي للفرد (بالكغ) حسب المواد 2005-1980

المواد	1980	1985	1990	1995	2000	2005
مجموع الحبوب (1)	210.2	204.4	196.4	187.0	180.4	182.6
منها:						
القمح الصلب	124.0	117.2	110.0	102.5	91.5	81.6
القمح اللين	72.7	72.2	71.7	71.7	72.8	80.1
بقول و دبابش جافة	3.2	3.2	3.2	2.6	3.0	3.3
بقول و دبابش خضراء	7.2	8.7	5.8	6.9	7.1	7.3
خضر طازجة	66.2	77.6	81.5	72.7	76.2	78.3
خضر مصبرة (2)	42.5	46.8	52.2	52.6	54.7	60.2
مجموع الغلال	37.6	38.9	53.0	43.1	61.2	70.8
مجموع اللحوم	16.9	17.8	19.9	21.0	24.8	26.9
منها:						
لحم علوش	5.0	6.4	7.6	8.6	9.0	9.5
لحم بقري	4.5	5.2	4.2	3.6	2.9	3.3
الطيور و قنص الصيد	5.7	4.5	6.5	6.9	10.8	11.7
مجموع الأسماك	5.5	6.1	7.1	5.8	6.7	9.4
مجموع الحليب	40.6	37.5	38.8	40.0	44.5	53.9
مشتقات الحليب (3)	20.4	14.1	19.6	25.2	33.5	29.6
منها:						
ياغرت (عدد العلب)	19.0	29.0	33.0	28.0	35.0	48.4
جين	0.1	0.2	0.2	0.4	0.7	0.7
زبدة	0.7	0.4	0.7	0.9	1.1	0.9
البيض (عدد الوحدات)	71.0	77.0	97.0	98.0	119.0	132.8
الزيوت	15.8	20.8	25.1	23.0	24.1	22.7
منها:						
زيت الزيتون	4.5	6.0	8.2	6.1	8.2	7.2
زيت حبوب (قطانيا، عباد الشمس،...)	11.2	14.8	16.9	16.7	15.9	15.5
السكر و السكريات	14.5	16.5	17.4	16.1	17.4	16.7
شاي	1.3	1.6	1.7	1.5	1.4	1.1
قهوة	0.7	0.8	0.7	0.7	0.7	0.7

(1) ما يعادل كميات من الحبوب

(2) ما يعادل كميات من الخضر الطازجة

(3) ما يعادل كميات من الحليب الطازج

جدول 1.2.1: تطور متوسط الإستهلاك السنوي للفرد (بالكغ) حسب المواد 1980-2005 في الوسط البلدي

المواد	1980	1985	1990	1995	2000	2005
مجموع الحبوب (1)	178.8	170.4	169.8	164.6	161.5	166.8
منها:						
القمح الصلب	65.0	60.0	61.1	59.8	54.8	55.4
القمح اللين	103.6	97.0	94.4	90.4	89.4	88.6
بقول و دبابش جافة	3.5	3.5	3.4	2.9	3.2	3.4
بقول و دبابش خضراء	7.9	9.3	4.7	7.1	7.1	7.7
خضر طازجة	74.5	92.7	90.6	78.0	81.4	81.9
خضر مصبرة (2)	47.7	50.7	55.3	55.5	57.6	61.1
مجموع الغلال	38.9	46.9	58.3	49.7	67.6	73.4
مجموع اللحوم	22.5	23.0	24.6	25.6	29.3	30.3
منها:						
لحم علوش	6.4	8.0	9.1	10.1	10.6	10.6
لحم بقري	7.4	7.6	6.1	5.2	4.1	4.6
الطيور و قنص الصيد	7.0	5.3	7.5	8.2	12.3	12.7
مجموع الأسماك	8.8	9.1	9.9	7.7	8.8	11.5
مجموع الحليب	44.3	46.3	45.7	46.9	52.1	62.6
مشتقات الحليب (3)	29.5	20.7	26.8	34.5	42.6	37.5
منها:						
ياغرت (عدد العلب)	30.0	43.0	47.0	38.0	46.0	59.9
جين	0.2	0.3	0.3	0.5	1.1	1.0
زبدة	1.0	0.6	0.9	1.2	1.4	1.2
البيض (عدد الوحدات)	101.0	107.0	122.0	117.0	138.0	144.2
الزيوت	16.0	22.4	26.3	22.6	24.5	22.7
منها:						
زيت الزيتون	4.0	6.8	9.2	6.1	8.8	7.9
زيت حبوب (قطانيا، عباد الشمس،...)	11.7	15.6	17.1	16.1	15.7	14.8
السكر و السكرات	14.3	17.6	17.7	16.2	17.7	16.4
شاي	1.1	1.4	1.7	1.3	1.1	0.9
قهوة	1.0	1.1	0.9	0.9	0.8	0.9

- (1) ما يعادل كميات من الحبوب  
 (2) ما يعادل كميات من الخضر الطازجة  
 (3) ما يعادل كميات من الحليب الطازج



جدول 1.3.1: تطور متوسط الإستهلاك السنوي للفرد (بالكغ) حسب المواد 2005-1980 في الوسط غير البلدي

المواد	1980	1985	1990	1995	2000	2005
مجموع الحبوب (1)	244.6	247.2	235.8	222.2	212.4	211.2
منها:						
القمح الصلب	188.7	189.7	182.5	169.7	153.5	128.7
القمح اللين	38.9	41.0	37.8	42.3	44.7	65.0
بقول و دبابش جافة	2.9	2.8	2.9	2.3	2.7	3.2
بقول و دبابش خضراء	6.4	7.8	7.3	6.7	5.8	6.5
خضر طازجة	56.8	61.8	68.1	64.5	67.5	71.7
خضر مصبرة (2)	37.3	40.7	47.7	48.0	49.9	58.6
مجموع الغلال	35.7	29.2	47.1	32.8	50.3	66.0
مجموع اللحوم	10.5	11.0	13.3	13.6	17.2	20.8
منها:						
لحم علوش	3.6	4.5	5.6	6.0	6.3	7.5
لحم بقري	1.8	2.1	1.4	1.2	0.9	1.1
الطيور و قنص الصيد	4.1	3.4	5.1	4.9	8.2	9.9
مجموع الأسماك	1.9	2.2	3.0	2.7	3.1	5.5
مجموع الحليب	36.4	26.4	28.6	29.3	31.6	38.2
مشتقات الحليب (3)	10.0	3.8	8.6	10.5	18.2	15.3
منها:						
ياغرت (عدد العلب)	6.0	13.0	12.0	13.0	17.0	27.8
جين	0.05	-	-	0.1	0.1	0.3
زبدة	0.3	0.1	0.3	0.4	0.7	0.5
البيض (عدد الوحدات)	38.0	38.0	59.0	68.0	89.0	112.2
الزيوت	15.6	18.9	23.5	23.8	23.6	22.7
منها:						
زيت الزيتون	5.0	5.1	6.7	6.0	7.2	5.9
زيت حبوب (قطانيا، عباد الشمس، ...)	10.6	13.8	16.8	17.7	16.4	16.8
السكر و السكرات	14.7	15.3	16.9	15.9	17.0	17.3
شاي	1.5	1.7	1.8	1.8	1.9	1.5
قهوة	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.4

(1) ما يعادل كميات من الحبوب

(2) ما يعادل كميات من الخضر الطازجة

(3) ما يعادل كميات من الحليب الطازج



## ملحق عدد 2



متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب أصناف المواد -2005-



جدول 2.1.1: متوسط الاستهلاك السنوي للفرد حسب المواد و الوسط الجغرافي (بالكغ) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
مجموع الحبوب	166.8	211.2	182.6
منها:			
القمح الصلب	55.4	128.7	81.6
القمح اللين	88.6	65.0	80.1
بقول و دبابش جافة	3.4	3.2	3.3
بقول و دبابش خضراء	7.7	6.5	7.3
خضر طازجة	81.9	71.7	78.3
خضر مصبرة	61.1	58.6	60.2
مجموع الغلال	73.4	66.0	70.8
مجموع اللحوم	30.3	20.8	26.9
مجموع الأسماك	11.5	5.5	9.4
مجموع الحليب	62.6	38.2	53.9
البيض (عدد الوحدات)	144.2	112.2	132.8
السكر و السكريات	16.4	17.3	16.7
الزيوت	22.7	22.7	22.7
شاي	0.9	1.5	1.1
قهوة	0.9	0.4	0.7

جدول 2.1.2: متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب أصناف المواد و الوسط الجغرافي (بالكغ) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
مجموع الحبوب (ما يعادل حب)	166.8	211.2	182.6
القمح الصلب (ما يعادل حب)	55.4	128.7	81.6
منها:			
سميد	13.1	55.2	28.1
كسكسي	9.4	14.1	11.1
محمص	1.3	2.3	1.7
مقرونة و عجين غذائي صناعي	11.4	12.9	11.9
القمح اللين (ما يعادل حب)	88.6	65.0	80.1
منها:			
فاريئة	3.0	6.6	4.3
خيز سوق	81.6	48.5	69.8
الشعير (ما يعادل حب)	1.6	3.1	2.2
منها:			
فريك، ملثوث، ...	1.0	1.9	1.3
حبوب أخرى (ما يعادل حب)	5.9	3.0	4.9
منها:			
أرز	2.5	1.3	2.1
مواد مشتقة من الحبوب (ما يعادل حب)	15.4	11.3	13.9
منها:			
بسكويت	2.2	1.2	1.9
حلويات	2.9	1.2	2.3
ملسوقة	0.6	0.3	0.5
بقول و دبابش جافة	3.4	3.2	3.3
منها:			
فول شانح	0.5	0.7	0.6
حمص شانح	1.7	1.5	1.6
لوبية شانحة	0.8	0.5	0.7
بقول و دبابش خضراء	7.7	6.5	7.3
منها:			
جلبانة خضراء	4.3	3.4	4.0
فول أخضر	3.1	2.9	3.1
مجموع الخضرا (ما يعادل خضر طازجة)	143.1	130.2	138.5

جدول 2.1.2 (تابع): متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب أصناف المواد و الوسط الجغرافي (بالكغ) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
<b>خضار طازجة</b>	<b>81.9</b>	<b>71.7</b>	<b>78.3</b>
منها:			
فلفل أخضر	11.1	11.2	11.1
طماطم خضراء	10.7	10.3	10.6
بطاطا	20.4	19.7	20.2
بصل (أخضر أو جاف)	10.3	9.9	10.2
ثوم (أخضر أو جاف)	1.4	1.1	1.3
جزر	4.6	3.9	4.4
لفت	1.9	1.6	1.8
سلق، سبناخ	3.2	2.2	2.9
معدنوس، كلافس	2.7	1.8	2.4
قرع أحمر، قرع بوظزينة	3.8	3.5	3.7
بسباس	1.9	0.8	1.5
<b>خضار مصبرة (ما يعادل خضار طازجة)</b>	<b>61.1</b>	<b>58.6</b>	<b>60.2</b>
منها:			
معجون طماطم صناعية	8.6	8.1	8.4
هريسة مصنعة، فلفل أحمر	1.7	1.7	1.7
خضار أخرى مصبرة	0.8	0.5	0.7
<b>مجموع الغلال</b>	<b>73.4</b>	<b>66.0</b>	<b>70.8</b>
منها:			
القوارص	13.5	5.3	10.5
بطيخ و دلاع	32.5	34.7	33.3
تفاح	3.9	3.0	3.6
إجاص	3.0	2.3	2.7
رمان	2.0	1.9	2.0
عنب	3.0	3.0	3.0
خوخ	3.7	2.1	3.1
<b>مجموع اللحوم</b>	<b>30.3</b>	<b>20.8</b>	<b>26.9</b>
منها:			
لحم علوش	7.4	5.2	6.6
لحم علوش بمناسبة العيد الكبير	3.2	2.3	2.9
لحم بقري	4.6	1.1	3.3
الطيور و قنص الصيد	12.7	9.9	11.7

جدول 2.1.2 (تابع): متوسط الاستهلاك السنوي للفرد حسب أصناف المواد و الوسط الجغرافي (بالكغ) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
لحوم أخرى	0.9	1.1	1.0
كرشة و دوارة	1.5	1.2	1.4
<b>مجموع الأسماك</b>	<b>11.5</b>	<b>5.5</b>	<b>9.4</b>
منها:			
الأسماك الطازجة	10.9	5.4	8.9
الأسماك المصبرة	0.6	0.2	0.5
<b>مجموع الحليب</b>	<b>62.6</b>	<b>38.2</b>	<b>53.9</b>
منها:			
حليب طري	12.8	22.4	16.2
حليب إصطناعي	49.8	15.8	37.6
<b>مشتقات الحليب (ما يعادل حليب طازج)</b>	<b>37.5</b>	<b>15.3</b>	<b>29.6</b>
منها:			
ياغرت (عدد العلب)	59.9	27.8	48.4
جبن	1.0	0.3	0.7
زبدة	1.2	0.5	0.9
<b>البيض (عدد الوحدات)</b>	<b>144.2</b>	<b>112.2</b>	<b>132.8</b>
<b>السكر و السكريات</b>	<b>16.4</b>	<b>17.3</b>	<b>16.7</b>
منها:			
السكر	14.4	15.7	14.8
مواد سكرية	2.0	1.6	1.9
<b>الزيوت</b>	<b>22.7</b>	<b>22.7</b>	<b>22.7</b>
منها:			
زيت الزيتون	7.9	5.9	7.2
زيت حبوب (قطانيا، عبّاد الشمس، ...)	14.8	16.8	15.5
شاي	0.9	1.5	1.1
قهوة	0.9	0.4	0.7



جدول 2.2.1: متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب الجهات الكبرى (بالكغ) -2005-

المستوى الوطني	الجنوب الغربي	الجنوب الشرقي	الوسط الغربي	الوسط الشرقي	الشمال الغربي	الشمال الشرقي	تونس الكبرى	المواد
182.6	197.7	170.3	213.5	178.1	202.8	169.5	165.0	مجموع الحبوب
								منها:
81.6	107.0	71.1	138.2	70.5	124.5	56.6	44.2	القمح الصلب
80.1	78.0	75.5	57.0	78.8	63.7	95.6	99.3	القمح اللين
3.3	3.4	3.0	2.9	3.1	3.2	3.1	4.0	بقول و دبابش جافة
7.3	7.0	5.0	6.0	6.3	8.3	8.0	9.1	بقول و دبابش خضراء
78.3	74.9	75.9	64.4	82.4	76.0	80.8	84.6	خضار طازجة
60.2	58.1	49.9	59.2	63.9	57.8	62.4	62.1	خضار مصبرة
70.8	39.7	59.7	56.8	87.0	71.3	65.9	78.5	مجموع الغلال
26.9	22.8	24.1	21.2	29.3	24.4	26.6	32.2	مجموع اللحوم
9.4	3.2	6.6	4.3	18.9	3.2	8.5	9.6	مجموع الأسماك
53.9	48.4	46.4	36.7	45.5	50.3	58.5	78.2	مجموع الحليب
132.8	133.7	135.4	86.2	156.2	132.4	131.5	137.5	البيض (عدد الوحدات)
16.7	20.1	16.3	15.6	15.6	20.4	16.1	16.2	السكر و السكريات
22.7	19.4	17.9	19.5	28.3	24.3	25.4	19.5	الزيوت
1.1	1.4	1.3	1.4	1.0	1.2	1.0	0.9	شاي
0.7	1.1	0.7	0.4	0.6	0.8	0.6	1.0	قهوة

جدول 2.2.2: متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب الجهات الكبرى (بالكغ)-2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
مجموع الحبوب (ما يعادل حب)	165	169.5	202.8	178.1	213.5	170.3	197.7	182.6
القمح الصلب (ما يعادل حب)	44.2	56.6	124.5	70.5	138.2	71.1	107	81.6
منها:								
سميد	5.0	8.6	52.3	22	60.5	27.2	54.5	28.1
كسكسي	9.7	12.5	14.1	11.8	15.1	4.5	3.6	11.1
محمص	1.1	2.1	2.7	1.6	2.0	0.9	1.2	1.7
مقرونة و عجين غذائي صناعي	11.7	12.6	12.6	10.2	12.9	14.0	11.1	11.9
القمح اللين (ما يعادل حب)	99.3	95.6	63.7	78.8	57	75.5	78	80.1
منها:								
فارينة	2.6	8.7	1.9	3.7	2.2	5.9	9.3	4.3
خيز سوق	90.9	73.1	60.6	70.1	46	67.2	65.5	69.8
الشعير (ما يعادل حب)	1.2	2.0	1.1	3.9	2.3	2.4	0.9	2.2
منها:								
فريك، ملثوث، ...	0.7	1.2	0.7	2.5	1.4	1.5	0.5	1.3
حبوب أخرى (ما يعادل حب)	7.0	4.3	2.9	4.4	4.4	5.8	4.3	4.9
منها:								
أرز	3.1	1.6	1.3	1.9	1.9	2.5	1.9	2.1
مواد مشتقة من الحبوب (ما يعادل حب)	13.4	11.1	10.6	20.5	11.6	15.5	7.5	13.9
منها:								
بسكويت	2.7	1.8	1.7	2.3	0.8	1.4	1.4	1.9
حلويات	2.3	2.2	2.1	3.7	1.1	1.6	1.1	2.3
ملسوقة	0.6	0.5	0.3	0.5	0.5	0.5	0.4	0.5
بقول و دبابش جافة	4.0	3.1	3.2	3.1	2.9	3.0	3.4	3.3
منها:								
فول شانح	0.4	0.6	0.5	0.8	0.6	0.3	0.6	0.6
حمص شانح	1.8	1.8	1.6	1.8	1.3	1.1	1.4	1.6
لوبية شانحة	1.2	0.6	0.8	0.3	0.3	0.8	0.7	0.7
بقول و دبابش خضراء	9.1	8.0	8.3	6.3	6.0	5.0	7.0	7.3
منها:								
جلبانة خضراء	5.8	4.4	3.9	3.3	2.6	3.6	2.6	4.0
فول أخضر	2.8	3.4	3.8	2.8	3.4	1.3	4.4	3.1
مجموع الخضرا (ما يعادل خضر طازجة)	146.6	143.1	133.7	146.3	123.7	125.9	133.0	138.5

جدول 2.2.2 (تابع): متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب الجهات الكبرى (بالكغ)-2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
خضار طازجة	84.6	80.8	76	82.4	64.4	75.9	74.9	78.3
منها:								
فلفل أخضر	12.8	12.1	11.0	11.7	9.7	10.5	4.7	11.1
طماطم خضراء	11.6	10.8	10.6	11.7	8.5	9.2	8.6	10.6
بطاطا	19.7	26	21.8	21.4	15.2	15.4	18	20.2
بصل (أخضر أو جاف)	9.7	7.7	8.4	10.9	9.5	14.4	13.7	10.2
ثوم (أخضر أو جاف)	1.4	0.9	0.9	1.6	1.1	1.7	1.5	1.3
جزر	4.1	3.8	3.4	4.8	4.0	6.1	5.2	4.4
لفت	1.5	1.9	1.5	1.3	2.2	2.5	3.0	1.8
سلق، سبناخ	3.5	2.8	3.0	2.4	1.8	2.4	5.2	2.9
معدنوس، كلافس	3.1	2.3	2.5	2.1	2.2	2.5	2.0	2.4
قرع أحمر، قرع بوظينة	3.6	2.8	2.8	4.1	3.4	4.2	6.1	3.7
بسباس	1.8	1.4	1.5	2.3	0.6	0.7	0.5	1.5
خضار مصبرة (ما يعادل خضار طازجة)	62.1	62.4	57.8	63.9	59.2	49.9	58.1	60.2
منها:								
معجون طماطم صناعية	9.0	9.3	8.1	8.0	8.2	7.8	8.4	8.4
هريسة مصنعة، فلفل أحمر	1.4	1.3	1.6	2.5	1.8	0.8	1.4	1.7
خضار أخرى مصبرة	1.3	0.4	0.8	0.7	0.3	0.5	0.4	0.7
مجموع الغلال	78.5	65.9	71.3	87	56.8	59.7	39.7	70.8
منها:								
القوارص	15.7	9.1	10.0	12.7	5.1	7.5	5.9	10.5
بطيخ و دلاع	32.6	31.0	33.5	41.3	30.3	32.8	17	33.3
تفاح	4.1	4.0	3.5	4.6	2.2	2.9	1.6	3.6
إجاص	3.2	3.4	3.0	3.2	1.3	2.3	1.1	2.7
رمان	2.3	1.7	2.2	2.2	1.6	1.8	1.8	2.0
عنب	3.9	3.8	3.1	3.0	2.4	1.9	1.1	3.0
خوخ	3.8	2.5	1.9	4.4	3.0	2.6	1.6	3.1
مجموع اللحوم	32.2	26.6	24.4	29.3	21.2	24.1	22.8	26.9
منها:								
لحم علوش	8.7	3.8	6.6	7.2	6.2	6.2	5.4	6.6
لحم علوش بمناسبة العيد الكبير	3.5	3.1	2.7	2.7	2.0	3.2	2.7	2.9
لحم بقري	5.0	5.6	1.9	3.6	0.8	2.4	1.3	3.3
الطيور و قنص الصيد	13.5	12.9	11.8	13.6	10.0	5.3	9.6	11.7

جدول 2.2.2 (تابع): متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب الجهات الكبرى (بالكغ)-2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
لحوم أخرى	0.2	0.1	0.6	0.2	0.8	5.8	2.8	1.0
كرشة و دودة	1.3	1.2	0.9	2.0	1.4	1.1	1.0	1.4
<b>مجموع الأسماك</b>	<b>9.6</b>	<b>8.5</b>	<b>3.2</b>	<b>18.9</b>	<b>4.3</b>	<b>6.6</b>	<b>3.2</b>	<b>9.4</b>
منها:								
الأسماك الطازجة	8.9	8.2	3.0	18.5	4.1	5.8	2.5	8.9
الأسماك المصبرة	0.7	0.3	0.2	0.5	0.2	0.8	0.7	0.5
<b>مجموع الحليب</b>	<b>78.2</b>	<b>58.5</b>	<b>50.3</b>	<b>45.5</b>	<b>36.7</b>	<b>46.4</b>	<b>48.4</b>	<b>53.9</b>
منها:								
حليب طري	9.0	20.7	33.6	8.5	20.4	9.5	23.0	16.2
حليب إصطناعي	69.2	37.8	16.7	37.0	16.3	36.9	25.3	37.6
<b>مشتقات الحليب (ما يعادل حليب طازج)</b>	<b>53.6</b>	<b>23.5</b>	<b>23.1</b>	<b>26</b>	<b>18</b>	<b>20.1</b>	<b>29.5</b>	<b>29.6</b>
منها:								
ياغرت (عدد العلب)	75.7	36.5	35.2	55.1	29.8	37.7	44.8	48.4
جين	1.4	0.5	0.4	0.7	0.3	1	0.7	0.7
زبدة	1.7	0.7	0.8	0.7	0.6	0.5	0.9	0.9
<b>البيض (عدد الوحدات)</b>	<b>137.5</b>	<b>131.5</b>	<b>132.4</b>	<b>156.2</b>	<b>86.2</b>	<b>135.4</b>	<b>133.7</b>	<b>132.8</b>
<b>السكر و السكريات</b>	<b>16.2</b>	<b>16.1</b>	<b>20.4</b>	<b>15.6</b>	<b>15.6</b>	<b>16.3</b>	<b>20.1</b>	<b>16.7</b>
منها:								
السكر	14.2	14.8	19	13.4	13.4	14.5	18.6	14.8
مواد سكرية	2	1.3	1.4	2.3	2.2	1.8	1.5	1.9
<b>الزيتون</b>	<b>19.5</b>	<b>25.4</b>	<b>24.3</b>	<b>28.3</b>	<b>19.5</b>	<b>17.9</b>	<b>19.4</b>	<b>22.7</b>
منها:								
زيت الزيتون	4.1	5.2	3.3	14	5.5	8.9	7.4	7.2
زيت حبوب (قطانيا، عبّاد الشمس،...)	15.4	20.1	21	14.3	14	9	12	15.5
شاي	0.9	1	1.2	1	1.4	1.3	1.4	1.1
قهوة	1.0	0.6	0.8	0.6	0.4	0.7	1.1	0.7

جدول 2.3.1: متوسط الاستهلاك السنوي للفرد حسب المواد و الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة (بالجغ) -2005-

المواد	الإطارات و المهنة الحرة العليا	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الخدمات	المستقلون في التجارة و الخدمات	المهنة غير الفلاحيين	الفلاحون	المهنة الفلاحيون	العاطلون عن العمل	المتقاعون	غير تقيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
مجموع الحبوب	165.8	172.8	166.1	166.0	169.7	177.6	221.2	214.6	179.9	178.3	188.4	198.8	182.6
الفصح الصلب	49.4	61.3	56.7	60.0	66.9	77.9	148.3	117.1	104.8	63.4	76.1	109.1	81.6
الفصح اللين	83.5	83.7	86.3	82.5	80.5	80.8	56.9	75.9	63.3	90.9	94.0	69.6	80.1
بقول و دبابيش جافة	3.4	3.2	3.2	3.3	3.3	3.2	2.9	3.3	3.1	3.7	3.8	3.3	3.3
بقول و دبابيش خضراء	9.3	6.6	6.7	6.3	8.8	6.6	7.1	4.8	3.9	9.2	9.2	6.4	7.3
خضير طازجة	91.1	86.9	75.7	76.8	76.8	73.2	74.4	70.4	61.8	90.7	86.9	72.5	78.3
خضير مصبرة	59.2	61.1	58.4	59.5	60.4	57.4	57.6	62.4	56.2	66.6	67.6	60.0	60.2
مجموع الفلفل	105.0	100.1	70.7	80.1	93.5	55.8	65.5	50.7	38.0	89.0	68.2	66.4	70.8
مجموع اللحوم	37.0	33.8	28.7	31.2	27.8	22.8	22.4	16.5	18.5	33.9	27.8	25.5	26.9
مجموع الأسماك	15.9	13.7	10.8	12.0	10.7	7.6	6.7	6.3	3.3	12.2	8.8	6.9	9.4
مجموع الحليب	70.0	67.3	62.0	58.7	55.5	50.0	42.4	30.6	35.8	61.7	60.0	43.8	53.9
البيض (عدد الوحدات)	178.8	170.2	138.9	146.2	125.9	123.8	112.5	99.5	101.6	144.2	133.0	135.1	132.8
السكر و السكرينات	16.8	16.8	15.8	15.5	13.5	14.8	18.6	15.9	12.6	19.4	19.6	19.5	16.7
الزيتون	20.9	23.2	22.7	21.7	20.9	20.2	23.6	21.1	15.9	26.1	27.9	27.3	22.7
شاي	0.7	0.8	0.9	0.9	0.8	1.1	1.6	1.7	1.1	1.3	1.2	1.4	1.1
قهوة	0.9	0.9	0.7	0.9	0.6	0.6	0.5	0.3	0.5	1.0	1.0	0.6	0.7

جدول 2.3.2: متوسط الاستهلاك السنوي للفرد حسب أصناف المواد و الصنف المهني و الاجتماعي للعامل الرئيسي للأسرة (بالق) -2005-

المواد	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الصناعات و الخدمات	المستقون في التجارة و الصناعات و الخدمات	العملة غير الفلاحين	الفلاحون	العملة الفلاحون	المطاون عن العمل	المقاعدون	غير نشيطين آخرون	سنت خارج الأسرة	المستوى الوطني
مجموع الحبوب (ما يعادل جب)	172.8	166.1	169.7	169.7	177.6	221.2	214.6	179.9	178.3	188.4	198.8	182.6
القمح الصلب (ما يعادل جب)	61.3	56.7	60.0	66.9	77.9	148.3	117.1	104.8	63.4	76.1	109.1	81.6
منها:												
سميد	17.0	14.8	15.7	19.1	27.0	67.4	47.4	46.1	15.0	22.1	45.1	28.1
ككسي	9.7	9.3	10.2	11.3	10.2	15.2	13.7	10.1	11.3	11.7	11.4	11.1
محمص	1.2	1.2	1.4	1.5	1.7	2.6	2.8	1.8	1.4	1.9	1.9	1.7
مقرونة و عجين غالي صناعي	11.2	11.0	11.4	11.6	11.8	12.2	12.5	10.2	12.8	12.8	13.3	11.9
القمح اللين (ما يعادل جب)	83.7	86.3	82.5	80.5	80.8	56.9	75.9	63.3	90.9	94.0	69.6	80.1
منها:												
فلرنية	3.1	4.9	3.1	3.4	4.2	6.2	5.0	2.7	3.8	4.4	4.7	4.3
خبز سوق	76.4	76.3	74.4	71.9	71.3	42.9	54.7	54.9	81.7	82.8	56.5	69.8
الشعير (ما يعادل جب)	1.7	1.2	1.5	1.9	2.1	3.3	5.2	2.6	2.3	1.9	1.9	2.2
منها:												
فريك، ملوث، ...	1.0	0.8	1.0	1.2	1.3	2.1	3.3	1.6	1.5	1.2	1.2	1.3
حبوب أخرى (ما يعادل جب)	7.3	4.2	6.2	5.1	4.4	2.8	2.0	2.4	6.7	4.4	3.8	4.9
منها:												
أرز	3.4	1.8	2.7	2.2	1.8	1.2	0.7	1.0	3.0	1.9	1.6	2.1
مواك مشقة من الحبوب (ما يعادل جب)	18.8	17.7	15.8	15.2	12.4	9.9	14.5	6.8	15.0	12.0	14.4	13.9
منها:												
يسكيت	3.5	3.0	2.5	2.6	1.7	0.9	0.9	0.8	1.5	1.4	1.7	1.9
حطريات	2.9	3.3	2.4	2.8	2.0	1.3	1.0	0.9	3.0	1.7	1.9	2.3
ملسوقة	0.8	0.5	0.5	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.7	0.5	0.4	0.5

جدول 2.3.2 (تابع): متوسط الاستهلاك السنوي للورد حسب أصناف المواد و الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة -2005-

المواد	الأطارات و المهنة الحرة العليا	الأطارات و المهنة الحرة المتوسطة	أجورن أخرون	الأعراف في التجارة و الصناعات و الخدمات	المستقلون في التجارة و الصناعات و الخدمات	العمالة غير اللائقين	العمالة اللائقون	العاطلون عن العمل	المقاعدون	غير نشيطين أخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
بقول و دبابيش جافة	3.4	3.2	3.2	3.3	3.3	3.2	3.3	3.1	3.7	3.8	3.3	3.3
منها:												
فول شلتح	0.5	0.4	0.5	0.6	0.6	0.5	1.1	0.6	0.5	0.8	0.6	0.6
فول شلتح	1.6	1.7	1.6	1.8	1.7	1.5	1.6	1.4	1.8	1.8	1.6	1.6
لوبيه شلتحة	0.8	0.8	0.7	0.6	0.6	0.7	0.2	0.6	0.9	0.7	0.6	0.7
بقول و دبابيش خضراء	9.3	6.6	6.7	8.8	8.8	6.6	4.8	3.9	9.2	9.2	6.4	7.3
منها:												
حبانية خضراء	6.0	4.5	4.0	3.3	3.3	3.5	1.7	2.2	5.3	4.8	3.3	4.0
فول أخضر	3.0	1.8	2.5	5.2	5.2	2.9	3.0	1.6	3.5	4.1	2.9	3.1
مجموع الخضور (ما يعادل خضور طازجة)	150.3	148.0	134.2	137.2	137.2	130.6	132.8	118.0	157.3	154.6	132.5	138.5
خضور طازجة	91.1	86.9	75.7	76.8	76.8	73.2	70.4	61.8	90.7	86.9	72.5	78.3
منها:												
فلفل أخضر	11.8	11.9	10.5	10.7	10.7	10.3	10.3	9.4	13.0	12.5	10.0	11.1
طماطم خضراء	12.7	12.1	9.8	10.0	10.1	9.7	9.0	7.6	12.8	11.5	10.2	10.6
بطاطا	20.5	21.3	20.0	19.0	20.7	20.1	19.1	17.7	21.2	21.9	19.5	20.2
بصل (أخضر أو جاف)	10.3	10.5	9.3	9.8	9.8	9.7	10.3	8.7	11.2	11.7	10.3	10.2
ثوم (أخضر أو جاف)	1.5	1.6	1.3	1.4	1.1	1.2	1.1	1.0	1.6	1.4	1.2	1.3
جزر	4.7	4.6	4.5	4.3	4.0	4.3	4.2	3.5	4.8	4.7	4.0	4.4
لفت	1.2	1.4	2.0	1.8	1.7	1.7	1.5	1.2	1.7	2.0	1.8	1.8
سلق، سلتح	3.3	2.9	2.8	2.7	2.4	2.8	2.8	1.6	3.6	3.3	2.2	2.9

جدول 2.3.2 (تابع): متوسط الاستهلاك السنوي للفرد حسب أصناف المواد و الصنف المهني و الاجتماعي للعامل الرئيسي للأسرة -2005-

المستوى الوطني	سند خارج الأسرة	غير تنبطين آخرون	المقاعدون	المواطنون عن العمل	العمالة الفلاحيون	الفاعلون	العمالة غير الفلاحيين	المستقلون في التجارة و الصناعات و الخدمات	الأعراف في التجارة و الصناعات و الخدمات	أخرون	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	الإطارات و المهنة الحرة العليا	المواد
2.4	2.5	2.7	3.3	1.5	1.5	2.0	2.1	2.0	2.5	2.4	2.8	3.0	معدوس، كالفيس
3.7	2.9	4.5	4.2	3.6	4.8	3.9	3.3	3.7	3.9	3.0	3.2	3.9	قرع أحمر، قرع بوطريئة
1.5	1.3	1.6	2.1	1.2	0.3	1.0	1.1	1.7	1.4	1.6	2.5	2.9	بسبلس
60.2	60.0	67.6	66.6	56.2	62.4	57.6	57.4	60.4	59.5	58.4	61.1	59.2	خضر مصبرة (ما يعادل خضر طازجة)
8.4	8.4	9.5	9.5	7.8	8.2	8.0	8.0	8.3	8.5	8.1	8.8	8.3	معدون طماطم صناعية
1.7	1.7	1.9	1.7	1.7	2.1	1.7	1.6	1.9	1.6	1.7	1.5	1.5	هرريئة مصفأة، قفل أحمر
0.7	0.7	0.7	0.9	0.3	0.7	0.5	0.6	0.6	0.8	0.8	0.9	1.3	خضر أخرى مصبرة
70.8	66.4	68.2	89.0	38.0	50.7	65.5	55.8	93.5	80.1	70.7	100.1	105.0	مجموع الفاعل
10.5	6.7	10.4	14.8	5.0	4.8	7.4	8.4	12.4	11.7	13.5	17.2	15.3	القراص
33.3	31.3	32.1	43.9	17.6	21.5	30.9	25.3	51.9	37.2	33.1	49.7	42.6	بطيخ و دلاع
3.6	3.6	3.1	4.0	2.4	2.6	3.0	2.7	3.3	4.8	3.8	4.8	8.3	تفاح
2.7	3.0	2.9	3.0	1.8	2.2	2.6	2.5	2.9	2.5	2.2	3.9	4.2	إجاص
2.0	3.3	1.8	2.3	0.7	2.5	2.3	1.5	1.3	2.3	1.5	2.8	3.2	رمان
3.0	3.2	2.6	3.4	1.8	2.3	3.7	2.5	2.8	4.0	2.6	4.0	3.4	عنب
3.1	2.6	3.1	4.4	1.1	0.9	2.4	2.5	3.5	3.6	3.3	4.1	6.7	خوخ
26.9	25.5	27.8	33.9	18.5	16.5	22.4	22.8	27.8	31.2	28.7	33.8	37.0	مجموع اللحوم
6.6	5.8	7.0	8.2	4.8	4.3	5.4	5.2	6.7	8.1	6.9	9.8	10.9	لحم عووش
2.9	2.9	2.9	3.7	1.7	1.9	2.5	2.5	2.8	3.2	3.0	3.5	3.6	لحم عووش بجانسية العيد الكبير

منها:



جدول 2.3.2 (تابع): متوسط الاستهلاك السنوي للورد حسب أصناف المواد و الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة -2005-

المواد	الأطارات و المهنة الحرة العليا	الأطارات و المهنة المتوسطة	أجور آخرون	الأعراف في التجارة و الخدمات	المستقلون في التجارة و الصناعة و الخدمات	المهنة غير الفلاحية	الفلاحون	المهنة الفلاحية	المواطنون العاملون	المقاعدون	غير نشيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
لحم بقري	6.4	5.4	3.8	5.8	4.2	2.2	1.3	0.4	1.4	5.7	3.1	2.1	3.3
الطيور و قنص الصيد	13.3	12.9	12.4	10.7	12.1	11.1	11.1	8.1	9.2	13.4	12.7	11.6	11.7
لحم أخرى	1.2	1.2	1.0	1.5	0.7	0.7	0.8	0.8	0.8	1.3	0.9	1.7	1.0
كرشة و دوازة	1.5	1.0	1.6	2.0	1.3	1.2	1.3	1.1	0.7	1.6	1.1	1.4	1.4
مجموع الأسماك	15.9	13.7	10.8	12.0	10.7	7.6	6.7	6.3	3.3	12.2	8.8	6.9	9.4
منها:													
الأسماك الطازجة	14.8	12.8	10.3	11.1	10.4	7.3	6.5	6.1	3.2	11.5	8.4	6.5	8.9
الأسماك المصبرة	1.1	0.8	0.5	0.9	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.6	0.5	0.4	0.5
مجموع الحليب	70.0	67.3	62.0	58.7	55.5	50.0	42.4	30.6	35.8	61.7	60.0	43.8	53.9
منها:													
حليب طري	10.3	11.0	13.3	15.3	14.9	15.0	29.8	16.3	10.8	15.1	16.4	14.0	16.2
حليب إسطاعي	59.7	56.3	48.7	43.4	40.5	35.1	12.6	14.2	25.0	46.7	43.6	29.8	37.6
مشروبات الحليب (ما يعادل حليب طازج)	47.9	38.4	39.2	35.0	33.2	27.7	12.4	10.5	22.0	32.6	34.8	26.0	29.6
منها:													
ياغورت (عدد العلب)	96.1	77.8	65.5	58.3	62.8	40.0	23.5	17.8	23.3	48.1	53.4	51.8	48.4
حبن	1.8	1.2	1.2	1.2	0.9	0.5	0.3	0.1	0.3	0.8	0.7	0.6	0.7
زينة	1.2	1.1	1.1	1.0	1.0	0.9	0.4	0.4	0.7	1.0	1.1	0.7	0.9
البيض (عدد الوحدات)	178.8	170.2	138.9	146.2	125.9	123.8	112.5	99.5	101.6	144.2	133.0	135.1	132.8
المسك و السكرات	16.8	16.8	15.8	15.5	13.5	14.8	18.6	15.9	12.6	19.4	19.6	19.5	16.7
منها:													
السكر	13.8	14.2	13.8	13.4	12.0	13.2	17.2	14.3	11.6	17.4	17.9	17.3	14.8

جدول 2.3.2 (تابع): متوسط الاستهلاك السنوي للفرد حسب أصناف المواد و الصنف المهني و الاجتماعي للعامل الرئيسي للأسرة (تابع) -2005-

المواد	الأطارات و المهنة الحرة العليا	الأطارات و المهنة الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الخدمات	المستقلون في التجارة و الخدمات	المهنة غير الفلاحية	الفلاحون	المهنة الفلاحية	المطالون عن العمل	المتقاعدون	غير نشيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
مواد سكرية	3.0	2.6	2.0	2.1	1.4	1.6	1.4	1.6	1.0	1.9	1.7	2.2	1.9
الزيوت	20.9	23.2	22.7	21.7	20.9	20.2	23.6	21.1	15.9	26.1	27.9	27.3	22.7
زيت الزيتون	9.2	9.6	7.5	8.2	7.1	5.1	7.4	5.5	2.5	8.6	9.1	9.3	7.2
زيت حبوب (قطانيا، حبات القمح، ...)	11.8	13.7	15.2	13.5	13.7	15.1	16.2	15.6	13.5	17.5	18.8	18.0	15.5
شاي	0.7	0.8	0.9	0.9	0.8	1.1	1.6	1.7	1.1	1.3	1.2	1.4	1.1
قهوة	0.9	0.9	0.7	0.9	0.6	0.6	0.5	0.3	0.5	1.0	1.0	0.6	0.7

مضجاً:

جدول 2.4.1: متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب المواد و شرائح الإنفاق السنوي للفرد (بالكغ) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
مجموع الحبوب	193.5	190.0	180.3	180.7	181.7	184.8	181.9	182.6
منها:								
القمح الصلب	141.0	119.3	92.9	80.0	70.5	64.3	49.9	81.6
القمح اللين	46.0	59.1	72.7	80.5	88.2	91.5	93.1	80.1
بقول و دبابش جافة	2.0	2.4	3.0	3.4	3.6	3.7	3.6	3.3
بقول و دبابش خضراء	3.9	5.0	6.3	7.0	8.6	8.3	9.6	7.3
خضر طازجة	45.5	55.8	65.6	75.4	85.2	96.5	111.9	78.3
خضر مصبرة	42.2	49.6	54.6	60.6	64.0	67.6	69.1	60.2
مجموع الغلال	17.3	32.7	40.9	62.3	80.7	109.9	156.8	70.8
مجموع اللحوم	6.0	11.3	17.3	25.3	32.7	39.4	47.2	26.9
مجموع الأسماك	2.1	2.3	5.3	7.8	11.7	14.3	22.4	9.4
مجموع الحليب	17.8	25.5	41.5	54.1	63.9	68.9	78.2	53.9
البيض (عدد الوحدات)	55.0	73.3	96.4	126.2	153.5	178.1	219.3	132.8
السكر و السكريات	8.7	11.7	13.8	15.9	18.5	20.3	23.1	16.7
الزيوت	10.7	14.3	18.9	22.8	24.6	28.3	31.3	22.7
شاي	1.1	1.2	1.2	1.1	1.1	1.1	0.9	1.1
قهوة	0.2	0.3	0.5	0.7	0.9	1.0	1.2	0.7

جدول 2.4.2: متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب المواد و شرائح الإنفاق السنوي للفرد (بالكغ) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
مجموع الحبوب (ما يعادل حب)	193.5	190.0	180.3	180.7	181.7	184.8	181.9	182.6
القمح الصلب (ما يعادل حب)	141.0	119.3	92.9	80.0	70.5	64.3	49.9	81.6
منها:								
سميد	66.0	54.8	35.4	26.9	21.3	16.2	7.7	28.1
كسكسي	11.9	10.2	11.3	11.0	11.1	11.4	10.7	11.1
محمص	2.8	2.0	2.1	1.8	1.4	1.2	1.0	1.7
مقرونة و عجين غذائي صناعي	12.2	11.1	11.9	12.1	11.8	12.4	11.9	11.9
القمح اللين (ما يعادل حب)	46.0	59.1	72.7	80.5	88.2	91.5	93.1	80.1
منها:								
فارينة	2.9	6.4	5.2	4.3	3.3	3.5	4.5	4.3
خبز سوق	32.0	43.3	60.1	71.3	80.1	83.1	81.0	69.8
الشعير (ما يعادل حب)	2.2	2.4	2.7	1.9	2.0	2.1	2.2	2.2
منها:								
فريك، ملوث، ...	1.4	1.5	1.7	1.2	1.2	1.3	1.4	1.3
حبوب أخرى (ما يعادل حب)	1.4	1.6	3.3	4.4	5.9	7.1	9.1	4.9
منها:								
أرز	0.5	0.7	1.3	1.9	2.6	3.0	3.9	2.1
مواد مشتقة من الحبوب (ما يعادل حب)	3.0	7.6	8.7	13.8	15.2	19.7	27.5	13.9
منها:								
بسكويت	0.2	0.7	1.1	1.8	2.0	2.8	4.2	1.9
حلويات	0.1	0.6	0.9	2.2	2.8	3.6	5.7	2.3
ملسوقة	0.0	0.2	0.3	0.4	0.6	0.7	0.8	0.5
بقول و دبابش جافة	2.0	2.4	3.0	3.4	3.6	3.7	3.6	3.3
منها:								
فول شانح	0.6	0.7	0.6	0.6	0.5	0.5	0.4	0.6
حمص شانح	0.7	1.0	1.4	1.6	1.9	2.0	1.9	1.6
لوبية شانحة	0.3	0.3	0.6	0.7	0.8	0.8	0.7	0.7
بقول و دبابش خضراء	3.9	5.0	6.3	7.0	8.6	8.3	9.6	7.3
منها:								
جلبانة خضراء	0.7	2.2	3.2	3.7	4.9	5.0	6.0	4.0
فول أخضر	3.1	2.8	3.0	3.0	3.3	2.8	3.2	3.1
مجموع الخضار (ما يعادل خضر طازجة)	87.7	105.5	120.2	136.0	149.3	164.2	180.9	138.5

جدول 2.4.2 (تابع): متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب المواد و شرائح الإنفاق السنوي للفرد (بالكغ) -2005-

المستوى الوطني	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	أكثر من 4000 د	المواد
78.3	45.5	55.8	65.6	75.4	85.2	96.5	111.9	خضار طازجة
منها:								
11.1	6.3	8.1	9.8	10.5	12.0	13.6	15.8	فلفل أخضر
10.6	6.6	7.5	8.5	9.4	11.3	14.1	17.2	طماطم خضراء
20.2	11.3	14.6	18.2	20.1	22.3	23.0	24.6	بطاطا
10.2	7.2	8.6	8.8	9.8	10.8	12.1	12.8	بصل (أخضر أو جاف)
1.3	0.4	0.7	0.9	1.3	1.5	1.8	1.9	ثوم (أخضر أو جاف)
4.4	3.0	3.8	3.9	4.6	4.4	4.8	5.1	جزر
1.8	1.6	1.7	1.8	1.9	1.7	1.5	1.9	لفت
2.9	1.5	2.2	2.6	3.1	2.8	3.3	3.2	سلق، سبناخ
2.4	0.7	1.3	1.9	2.4	2.7	3.3	3.4	معدنوس، كلافس
3.7	2.2	3.0	3.4	3.3	4.0	4.3	5.1	قرع أحمر، قرع بوظزينة
1.5	0.1	0.2	0.7	1.5	1.8	2.2	3.2	بسباس
60.2	42.2	49.6	54.6	60.6	64.0	67.6	69.1	خضار مصبرة (ما يعادل خضار طازجة)
منها:								
8.4	5.8	6.9	7.7	8.6	9.0	9.4	9.5	معجون طماطم صناعية
1.7	1.3	1.5	1.5	1.6	1.8	2.0	2.0	هريسة مصنعة، فلفل أحمر
0.7	0.3	0.3	0.4	0.6	0.9	1.1	1.4	خضار أخرى مصبرة
70.8	17.3	32.7	40.9	62.3	80.7	109.9	156.8	مجموع الغلال
منها:								
10.5	1.5	3.1	5.4	10.0	13.0	15.8	23.1	القوارص
33.3	5.6	17.2	19.4	28.7	38.2	52.4	72.8	بطيخ و دلاع
3.6	1.0	1.1	1.8	2.9	4.0	5.5	11.0	تفاح
2.7	0.4	0.6	1.5	2.3	3.3	5.0	5.5	إجاص
2.0	0.3	1.5	1.2	2.4	2.0	2.7	3.2	رمان
3.0	0.3	1.1	2.0	2.7	3.6	4.8	5.6	عنب
3.1	0.6	0.6	1.4	2.2	4.1	5.5	8.6	خوخ
26.9	6.0	11.3	17.3	25.3	32.7	39.4	47.2	مجموع اللحوم
منها:								
6.6	1.7	2.4	4.0	5.7	7.5	10.9	14.1	لحم علوش
2.9	0.8	1.4	2.1	2.8	3.3	4.0	4.5	لحم علوش بمناسبة العيد الكبير
3.3	0.1	0.6	1.2	2.7	4.2	6.4	8.3	لحم بقري
11.7	3.1	5.7	8.4	11.8	14.7	15.0	17.0	الطيور و قنص الصيد

جدول 2.4.2: متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب المواد و شرائح الإنفاق السنوي للفرد (بالكغ) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
لحوم أخرى	0.1	0.6	0.6	1.1	1.2	1.4	1.5	1.0
كرشة و دودة	0.1	0.6	1.0	1.3	1.7	1.8	1.9	1.4
<b>مجموع الأسماك</b>	<b>2.1</b>	<b>2.3</b>	<b>5.3</b>	<b>7.8</b>	<b>11.7</b>	<b>14.3</b>	<b>22.4</b>	<b>9.4</b>
منها:								
الأسماك الطازجة	2.0	2.2	5.2	7.5	11.1	13.6	20.8	8.9
الأسماك المصبرة	0.1	0.1	0.2	0.3	0.6	0.7	1.6	0.5
<b>مجموع الحليب</b>	<b>17.8</b>	<b>25.5</b>	<b>41.5</b>	<b>54.1</b>	<b>63.9</b>	<b>68.9</b>	<b>78.2</b>	<b>53.9</b>
منها:								
حليب طري	10.8	13.9	17.4	17.5	17.2	15.2	11.8	16.2
حليب إصطناعي	7.0	11.6	24.1	36.6	46.7	53.7	66.4	37.6
<b>مشتقات الحليب (ما يعادل حليب طازج)</b>	<b>7.3</b>	<b>11.5</b>	<b>19.0</b>	<b>29.1</b>	<b>34.5</b>	<b>42.7</b>	<b>53.3</b>	<b>29.6</b>
منها:								
ياغرت (عدد العلب)	7.2	13.6	26.3	42.4	56.5	79.7	111.7	48.4
جين	0.0	0.1	0.3	0.6	0.9	1.3	2.6	0.7
زبدة	0.3	0.4	0.6	1.0	1.1	1.2	1.2	0.9
<b>البيض (عدد الوحدات)</b>	<b>55.0</b>	<b>73.3</b>	<b>96.4</b>	<b>126.2</b>	<b>153.5</b>	<b>178.1</b>	<b>219.3</b>	<b>132.8</b>
<b>السكر و السكريات</b>	<b>8.7</b>	<b>11.7</b>	<b>13.8</b>	<b>15.9</b>	<b>18.5</b>	<b>20.3</b>	<b>23.1</b>	<b>16.7</b>
منها:								
السكر	8.3	11.0	12.5	14.4	16.5	17.8	19.4	14.8
مواد سكرية	0.4	0.7	1.3	1.5	2.0	2.6	3.6	1.9
<b>الزيوت</b>	<b>10.7</b>	<b>14.3</b>	<b>18.9</b>	<b>22.8</b>	<b>24.6</b>	<b>28.3</b>	<b>31.3</b>	<b>22.7</b>
منها:								
زيت الزيتون	1.0	1.7	4.6	6.7	7.7	11.2	15.7	7.2
زيت حبوب (قطانيا، عبّاد الشمس، ...)	9.8	12.6	14.3	16.1	16.9	17.1	15.6	15.5
شاي	1.1	1.2	1.2	1.1	1.1	1.1	0.9	1.1
قهوة	0.2	0.3	0.5	0.7	0.9	1.0	1.2	0.7

جدول 2.5.1: متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب عدد أفراد الأسرة (بالكغ) -2005-

المواد	فرد واحد أو فردان	3 أو 4 أفراد	5 أو 6 أفراد	7 أو 8 أفراد	9 أفراد فما فوق	المستوى الوطني
مجموع الحبوب	213.6	187.4	174.5	181.8	194.9	182.6
منها:						
القمح الصلب	88.2	74.8	73.5	95.6	121.0	81.6
القمح اللين	102.4	87.6	80.5	68.6	59.7	80.1
بقول و دبابش جافة	4.5	3.8	3.2	2.7	2.6	3.3
بقول و دبابش خضراء	10.4	8.9	7.0	5.9	3.8	7.3
خضر طازجة	109.8	89.6	74.5	66.9	61.9	78.3
خضر مصبرة	85.2	69.1	56.9	51.6	48.7	60.2
مجموع الغلال	113.8	78.8	68.8	57.7	51.1	70.8
مجموع اللحوم	40.0	33.4	25.5	20.1	17.6	26.9
مجموع الأسماك	12.9	11.4	9.6	6.1	4.7	9.4
مجموع الحليب	75.3	68.9	51.8	38.3	30.4	53.9
البيض (عدد الوحدات)	168.8	157.8	130.8	103.6	92.9	132.8
السكر و السكريات	32.2	19.3	14.8	13.6	12.6	16.7
الزيوت	21.3	26.7	20.0	17.7	16.4	22.7
شاي	2.0	1.2	0.9	1.1	1.1	1.1
قهوة	1.3	1.0	0.6	0.5	0.5	0.7

جدول 2.5.2: متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب عدد أفراد الأسرة (بالغ) -2005-

المواد	فرد واحد أو فردان	3 أو 4 أفراد	5 أو 6 أفراد	7 أو 8 أفراد	9 أفراد فما فوق	المستوى الوطني
مجموع الحبوب (ما يعادل حب)	213.6	187.4	174.5	181.8	194.9	182.6
القمح الصلب (ما يعادل حب)	88.2	74.8	73.5	95.6	121.0	81.6
منها:						
سميد	26.0	22.4	24.3	38.3	52.4	28.1
كسكسي	13.6	11.5	10.5	10.7	12.3	11.1
محمص	2.8	1.6	1.6	1.8	1.7	1.7
مقرونة و عجين غذائي صناعي	14.0	12.6	11.2	11.8	12.7	12.0
القمح اللين (ما يعادل حب)	102.4	87.6	80.5	68.6	59.7	80.1
منها:						
فارينة	3.9	3.6	4.3	4.3	7.1	4.3
خبز سوق	89.2	77.0	71.0	58.4	45.9	69.8
الشعير (ما يعادل حب)	2.1	2.2	2.1	2.3	1.9	2.2
منها:						
فريك، ملثوث، ...	1.3	1.4	1.3	1.4	1.2	1.3
حبوب أخرى (ما يعادل حب)	5.2	5.7	4.9	4.1	2.6	4.9
منها:						
أرز	2.3	2.5	2.1	1.7	1.2	2.1
مواد مشتقة من الحبوب (ما يعادل حب)	15.6	17.1	13.5	11.2	9.7	13.9
منها:						
بسكويت	1.4	2.6	1.9	1.2	0.9	1.9
حلويات	2.4	3.2	2.3	1.5	1.0	2.3
ملسوقة	0.3	0.6	0.5	0.4	0.3	0.5
بقول و دبابش جافة	4.5	3.8	3.2	2.7	2.6	3.3
منها:						
فول شائح	0.8	0.6	0.5	0.6	0.6	0.6
حمص شائح	2.2	1.9	1.5	1.3	1.3	1.6
لوبية شائحة	0.9	0.7	0.7	0.5	0.4	0.7
بقول و دبابش خضراء	10.4	8.9	7.0	5.9	3.8	7.3
منها:						
جلبانة خضراء	5.4	5.0	3.8	3.1	1.9	4.0
فول أخضر	4.6	3.6	2.9	2.6	1.9	3.1
مجموع الخضار (ما يعادل خضر طازجة)	195.1	158.7	131.4	118.5	110.5	138.5



جدول 2.5.2 (تابع): متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب عدد أفراد الأسرة (بالكغ) -2005-

المواد	فرد واحد أو فردان	3 أو 4 أفراد	5 أو 6 أفراد	7 أو 8 أفراد	9 أفراد فما فوق	المستوى الوطني
خضار طازجة	109.8	89.6	74.5	66.9	61.9	78.3
منها:						
فلفل أخضر	14.7	12.6	10.7	9.7	9.0	11.1
طماطم خضراء	15.6	12.0	9.9	9.1	8.7	10.6
بطاطا	25.2	22.5	19.9	17.5	15.4	20.2
بصل (أخضر أو جاف)	15.1	11.5	9.5	8.8	9.0	10.2
ثوم (أخضر أو جاف)	1.9	1.6	1.2	1.0	1.0	1.3
جزر	6.5	5.0	4.0	4.0	3.4	4.4
لفت	2.7	1.9	1.6	1.5	2.7	1.8
سلق، سبناخ	4.3	3.3	2.7	2.4	2.1	2.9
معدنوس، كلافس	3.6	2.9	2.3	1.9	1.3	2.4
قرع أحمر، قرع بوظينة	5.0	3.9	3.2	3.6	4.2	3.7
بسباس	2.6	1.7	1.5	1.0	0.6	1.5
خضار مصبرة (ما يعادل خضار طازجة)	85.2	69.1	56.9	51.6	48.7	60.2
منها:						
معجون طماطم صناعية	12.0	9.7	8.0	7.1	6.8	8.4
هريسة مصنعة، فلفل أحمر	2.3	1.9	1.6	1.6	1.3	1.7
خضار أخرى مصبرة	1.1	1.0	0.7	0.4	0.4	0.7
مجموع الغلال	113.8	78.8	68.8	57.7	51.1	70.8
منها:						
القوارص	23.9	13.6	9.6	6.6	4.1	10.5
بطيخ و دلاع	46.2	34.1	33.7	28.9	29.1	33.3
تفاح	6.4	4.2	3.4	2.7	2.8	3.6
إجاص	4.9	3.4	2.7	1.8	1.4	2.7
رمان	2.1	2.6	2.0	1.5	0.8	2.0
عنب	4.3	3.7	3.2	2.0	1.3	3.0
خوخ	4.8	3.5	2.9	2.9	2.2	3.1
مجموع اللحوم	40.0	33.4	25.5	20.1	17.6	26.9
منها:						
لحم علوش	12.2	8.3	6.1	4.7	4.0	6.6
لحم علوش بمناسبة العيد الكبير	4.5	3.6	2.7	2.0	1.8	2.9
لحم بقري	5.2	4.9	3.2	1.7	0.9	3.3

جدول 2.5.2 (تابع): متوسط الإستهلاك السنوي للفرد حسب عدد أفراد الأسرة (بالكغ) -2005-

المواد	فرد واحد أو فردان	3 أو 4 أفراد	5 أو 6 أفراد	7 أو 8 أفراد	9 أفراد فما فوق	المستوى الوطني
الطيور و قنص الصيد	15.1	14.0	11.2	9.7	8.2	11.7
لحوم أخرى	1.0	0.9	0.9	1.1	1.5	1.0
كرشة و دوار	2.0	1.7	1.3	0.9	1.1	1.4
<b>مجموع الأسماك</b>	<b>12.9</b>	<b>11.4</b>	<b>9.6</b>	<b>6.1</b>	<b>4.7</b>	<b>9.4</b>
منها:						
الأسماك الطازجة	12.2	10.8	9.2	5.9	4.6	8.9
الأسماك المصبرة	0.7	0.6	0.5	0.3	0.2	0.5
<b>مجموع الحليب</b>	<b>75.3</b>	<b>68.9</b>	<b>51.8</b>	<b>38.3</b>	<b>30.4</b>	<b>53.9</b>
منها:						
حليب طري	22.6	16.9	15.2	15.3	17.3	16.2
حليب إصطناعي	52.7	51.9	36.6	23.0	13.1	37.6
<b>مشروبات الحليب (ما يعادل حليب طازج)</b>	<b>33.3</b>	<b>38.7</b>	<b>29.8</b>	<b>20.7</b>	<b>11.4</b>	<b>29.6</b>
منها:						
ياغرت (عدد العلب)	68.1	72.0	44.9	25.3	22.0	48.4
جين	0.9	1.2	0.7	0.4	0.2	0.7
زبدة	1.0	1.1	0.9	0.7	0.4	0.9
<b>البيض (عدد الوحدات)</b>	<b>168.8</b>	<b>157.8</b>	<b>130.8</b>	<b>103.6</b>	<b>92.9</b>	<b>132.8</b>
<b>السكر و السكريات</b>	<b>32.2</b>	<b>19.3</b>	<b>14.8</b>	<b>13.6</b>	<b>12.6</b>	<b>16.7</b>
منها:						
السكر	29.3	17.1	13.1	12.0	11.6	14.8
مواد سكرية	2.9	2.2	1.8	1.6	1.0	1.9
<b>الزيوت</b>	<b>21.3</b>	<b>26.7</b>	<b>20.0</b>	<b>17.7</b>	<b>16.4</b>	<b>22.7</b>
منها:						
زيت الزيتون	18.6	8.4	6.0	5.2	5.3	7.2
زيت حبوب (قطانيا، عبّاد الشمس، ...)	2.6	18.3	14.0	12.6	11.1	15.5
<b>شاي</b>	<b>2.0</b>	<b>1.2</b>	<b>0.9</b>	<b>1.1</b>	<b>1.1</b>	<b>1.1</b>
<b>قهوة</b>	<b>1.3</b>	<b>1.0</b>	<b>0.6</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	<b>0.7</b>

## ملحق عدد 3

نسب الاستهلاك الذاتي حسب أصناف المواد  
2005



جدول 3.1.1: نسبة الاستهلاك الذاتي (%) من مجموع الاستهلاك حسب المواد و الوسط الجغرافي -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
مجموع الحبوب	0.5	7.4	3.4
القمح الصلب	1.0	8.6	5.3
منها:			
سميد	1.6	9.6	7.1
كسكبي	1.3	11.5	6.0
الشعير	4.2	42.9	24.1
منها:			
فريك، ملتوث، ...	4.3	42.9	24.1
بقول و دبابش جافة	0.2	4.1	1.5
منها:			
فول شانح	0.1	10.1	4.7
حمص شانح	0.3	3.3	1.3
بقول و دبابش خضراء	0.8	21.8	7.5
منها:			
جلبانة خضراء	0.3	18.7	5.9
فول أخضر	1.5	23.7	9.1
مجموع الخضر	0.6	4.7	2.0
خضر طازجة	1.0	7.2	3.0
منها:			
فلفل أخضر	0.9	9.4	3.9
طماطم خضراء	0.7	7.0	2.9
بطاطا	0.5	4.6	1.9
بصل (أخضر أو جاف)	1.0	6.4	2.9
جزر	0.4	4.6	1.7
لفت	1.5	6.3	3.0
سلق، سيناخ	4.4	18.0	8.2
معدنوس، كلافس	1.8	12.8	4.8
قرع أحمر، قرع بوطزينة	2.4	10.2	5.1
بسباس	1.2	1.3	1.2
خضر مصبرة	0.1	1.6	0.6
منها:			
هريسة، فلفل أحمر	0.2	3.5	1.3
خضر أخرى مصبرة	3.9	51.5	15.2

جدول 3.1.1 (تابع): نسبة الاستهلاك الذاتي (%) من مجموع الاستهلاك حسب المواد و الوسط الجغرافي -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
مجموع الغلال	2.2	18.1	7.5
منها:			
القوارص	2.3	0.6	2.0
بطيخ و دلاع	0.2	5.5	2.2
تفاح	1.4	10.5	4.1
إجاص	0.5	6.6	2.4
رمان	13.9	19.1	15.7
عنب	8.9	13.3	10.5
خوخ	2.7	12.0	4.9
مجموع اللحوم	1.4	16.0	5.4
منها:			
لحم علوش	0.6	9.2	3.0
الطيور و قنص الصيد	2.1	22.7	8.3
لحوم أخرى	4.3	10.9	6.9
مجموع الحليب	1.5	36.6	10.4
منها:			
حليب طري	7.1	62.0	34.2
مشتقات الحليب	0.1	5.9	1.2
منها:			
زبدة	0.2	7.9	1.5
البيض (عدد الوحدات)	6.5	56.1	21.5
زيت الزيتون	15.6	47.1	26.8

جدول 3.2.1: نسبة الاستهلاك الذاتي (%) من مجموع الاستهلاك حسب المواد و الجهات الجغرافية الكبرى -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
مجموع الحبوب	0.1	1.2	3.1	3.9	10.5	0.8	1.6	3.4
القمح الصلب	--	1.4	4.8	5.3	12.5	0.2	2.4	5.3
منها:								
سميد	--	3.1	6.2	5.4	14.1	0.1	3.1	7.1
كسكسي	--	1.7	4.2	8.8	14.7	1.3	1.3	6.0
الشعير	--	1.8	21.6	38.4	28.3	19.5	11.5	24.1
منها:								
فريك، ملتوث، ...	--	1.8	21.6	38.4	28.3	19.5	11.5	24.1
بقول و دبابش جافة	--	0.7	6.6	1.5	1.4	0.7	0.5	1.5
منها:								
فول شائح	--	0.7	29.7	0.9	4.5	0.9	2.1	4.7
حمص شائح	--	0.9	4.1	2.1	0.6	0.1	1.3	1.3
بقول و دبابش خضراء	0.3	11.1	10.1	7.8	7.6	23.9	4.2	7.5
منها:								
جلبانة خضراء	--	1.7	1.2	11.2	14.3	22.5	4.6	5.9
فول أخضر	0.8	24.2	15.5	3.4	2.5	29.0	4.1	9.1
مجموع الخضر	0.3	3.4	3.6	1.5	3.0	2.1	1.4	2.0
خضر طازجة	0.5	5.5	5.7	1.9	4.6	3.1	2.4	3.0
منها:								
فلفل أخضر	0.1	7.1	5.4	4.2	7.2	2.4	0.5	3.9
طماطم خضراء	--	6.6	6.9	1.6	3.1	3.2	0.6	2.9
بطاطا	--	5.3	4.4	0.6	1.4	0.3	0.3	1.9
بصل (أخضر أو جاف)	0.1	5.1	8.3	0.7	4.3	4.1	1.7	2.9
جزر	0.1	1.2	0.4	0.5	4.5	2.7	7.1	1.7
لفت	0.4	1.9	0.3	2.6	6.0	3.8	7.4	3.0
سلق، سبناخ	0.5	8.8	11.2	9.2	10.7	20.4	8.9	8.2
معدنوس، كلافس	0.8	6.5	8.9	4.1	7.3	5.5	5.0	4.8
قرع أحمر، قرع بوظزينة	5.5	13.2	11.8	1.8	3.2	3.1	0.7	5.1
بسباس	--	2.6		2.2	--	1.4	--	1.2
خضر مصبرة	--	0.6	0.7	0.9	1.3	0.5	0.1	0.6
منها:								
هريسة مصنعة، فلفل أحمر	0.1	1.2	1.0	1.6	3.4	1.1	--	1.3
خضر أخرى مصبرة	0.8	16.3	28.8	24.9	34.9	15.3	15.1	15.2

جدول 3.2.1 (تابع): نسبة الاستهلاك الذاتي (%) من مجموع الاستهلاك حسب المواد و الجهات الجغرافية الكبرى -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
مجموع الغلال	1.1	5.5	11.5	11.0	13.7	2.6	5.1	7.5
منها:								
القوارص	2.6	1.4	3.7	1.8	0.7	0.7	0.1	2.0
بطيخ و دلاع	--	0.7	0.4	3.3	7.7	1.2	0.5	2.2
تفاح	1.1	2.9	1.1	4.5	19.4	3.9	1.1	4.1
إجاص	0.7	2.1	11.6	0.1	0.6	1.1	--	2.4
رمان	--	7.2	6.0	35.6	22.1	17.7	21.7	15.7
عنب	4.6	10.0	22.5	13.0	1.0	17.6	12.5	10.5
خوخ	0.4	2.9	2.4	4.1	22.8	0.6	--	4.9
مجموع اللحوم	0.9	4.7	10.9	5.1	13.8	0.7	7.1	5.4
منها:								
لحم علوش	--	3.4	4.5	2.9	8.6	0.7	5.2	3.0
الطيور و قنص الصيد	1.9	7.2	17.3	7.9	17.3	1.4	5.3	8.3
لحوم أخرى			3.4		28.8	0.5	19.4	6.9
مجموع الحليب	0.9	10.4	31.1	4.2	28.3	7.6	11.1	10.4
منها:								
حليب طري	7.5	29.4	46.5	21.9	50.3	36.3	23.2	34.2
مشتقات الحليب	0.1	2.8	4.2	0.1	2.3	2.5	0.6	1.2
منها:								
زبدة	0.2	3.9	5.0	0.2	2.6	4.7	0.8	1.5
البيض (عدد الوحدات)	3.6	18.0	47.5	24.6	34.0	14.2	15.7	21.5
زيت الزيتون	1.4	14.0	41.8	29.1	37.4	42.1	13.2	26.8



جدول 3.3.1: نسبة الاستهلاك الذاتي (%) من مجموع الاستهلاك حسب المواد و الصنف المهني والاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة -2005-

المواد	الإطارات و المهنة الحرة العليا	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الصناعات و الخدمات	المستقلون في التجارة و الصناعات و الخدمات	المهنة غير الفلاحيين	الفلاحون	المهنة الفلاحيون	المهاتلون عن العمل	المقاعدون	غير نشيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
مجموع الحبوب	1.0	1.6	1.5	1.8	1.8	2.1	9.2	11.2	5.7	1.1	2.9	5.1	3.4
القمح الصلب	2.0	2.6	2.6	2.4	2.4	3.1	10.5	14.3	7.7	1.8	4.7	7.0	5.3
منها:													
سميد	3.0	4.6	4.5	5.2	0.8	5.2	11.5	19.1	8.6	2.0	6.6	8.8	7.1
كمكسي	3.7	2.7	2.9	1.4	6.7	4.6	13.6	11.4	6.8	3.7	3.3	9.4	6.0
الشعير	8.6	3.8	16.2	23.1	11.4	25.4	38.3	52.3	7.6	9.8	25.4	22.6	24.1
منها:													
فرقة، ملوث، ...	8.6	3.8	16.2	23.0	11.4	25.4	38.3	52.3	7.6	9.8	25.4	22.6	24.1
بقول و دبابيش جافة	0.4	1.4	--	0.3	--	1.6	7.0	1.2	--	0.4	0.4	3.1	1.5
منها:													
فول شائع	--	2.9	--	1.4	--	5.3	16.9	3.8	--	--	1.6	8.8	4.7
حمص شائع	--	2.0	--	0.1	--	1.4	5.9	--	--	0.4	--	2.8	1.3
بقول و دبابيش خضراء	6.5	5.4	4.2	0.3	2.5	7.1	18.7	14.9	4.1	3.9	7.5	17.6	7.5
منها:													
حبانية خضراء	5.9	6.3	3.2	--	--	4.1	14.0	13.3	--	4.8	7.3	20.2	5.9
فول أخضر	8.4	4.0	6.3	0.8	--	10.5	21.0	14.6	10.2	2.5	8.2	15.5	9.1
مجموع الخضار	0.5	0.7	1.1	0.8	1.1	1.6	8.2	3.8	0.4	0.8	0.7	2.8	2.0
خضر طازجة	0.6	1.0	1.7	1.1	1.7	2.5	12.7	5.4	0.5	1.1	1.0	4.4	3.0
منها:													
قليل الخضار	1.0	2.1	1.4	1.2	3.6	2.9	18.0	3.5	0.2	1.1	0.7	4.7	3.9
طماطم خضراء	0.6	2.2	1.0	0.2	2.5	2.4	12.4	2.7	--	1.9	0.5	2.9	2.9

جدول 3.3.1 (تابع): نسبة الاستهلاك الذاتي (% من مجموع الاستهلاك حسب المواد و الصنف المهني والاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة -2005-

المواد	الإطارات و المهنة الحرة العليا	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الخدمات	المستقلون في التجارة و الصناعات و الخدمات	المهنة غير الفلاحيين	الفلاحون	المهنة الفلاحون	العاملون عن العمل	المقاعون	غير نشيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
بطاطا	0.5	0.6	1.2	0.2	1.0	1.6	8.0	2.4	--	1.0	0.6	2.9	1.9
بصل (أحمر أو جاف)	--	0.9	2.3	1.3	1.0	2.4	11.3	3.5	0.6	0.5	1.6	4.4	2.9
جزر	0.3	--	1.9	0.3	--	0.5	9.3	11.2	--	0.2	--	3.0	1.7
لفت	1.3	--	2.4	--	3.0	1.3	10.3	17.6	--	0.1	--	8.6	3.0
سلق، سبتاخ	2.0	2.0	8.2	3.6	2.9	6.1	26.7	27.7	2.9	4.0	3.9	17.1	8.2
معدوس، كلافس	2.6	1.6	2.6	3.4	4.2	3.1	21.0	7.7	2.6	1.6	2.4	7.7	4.8
قرع أحمر، قرع بوطرنية	0.6	1.3	1.8	2.4	0.2	6.8	16.2	7.9	1.8	1.5	1.4	5.2	5.1
بسيل	--	--	--	4.6	--	1.1	7.5	--	--	--	0.1	--	1.2
خضر مصبرة	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	2.5	1.9	0.2	0.3	0.3	0.8	0.6
منها:													
هرينة، قفل أحمر	0.5	--	0.8	0.4	0.7	0.9	5.4	3.8	--	0.6	0.7	1.9	1.3
خضر أخرى مصبرة	6.6	16.0	7.2	12.3	6.3	12.3	60.3	49	27.6	5.0	6.3	24.8	15.2
مجموع الفلفل	3.9	3.2	2.5	4.9	7.7	8.5	20.3	25.5	7.8	3.2	6.0	8.0	7.5
منها:													
القرارص	2.7	1.3	1.0	1.7	3.4	0.1	1.0	0.2	--	4.3	6.3	0.1	2.0
بطيخ و دلاع	1.4	--	--	4.2	0.8	3.1	7.4	4.6	1.1	0.4	1.0	--	2.2
تفاح	1.5	6.3	--	1.3	--	3.0	17.9	35.8	--	1.9	3.2	1.4	4.1
إجاص	0.2	--	--	0.3	--	1.2	11.7	--	7.5	3.3	--	3.5	2.4
رمان	17.1	18.4	10.4	13.9	38.7	9.7	30.9	36.1	--	7.5	17.9	10.1	15.7
عنب	2.1	1.3	6.8	6.7	4.1	11.6	19.6	39.7	26.8	10.7	5.7	8.1	10.5
خوخ	0.9	6.6	0.3	--	3.7	3.3	27.3	--	18.6	5.9	--	--	4.9

جدول 3.3.1 (تابع): نسبة الاستهلاك الذاتي (%) من مجموع الاستهلاك حسب المواد و الصنف المهني والاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة - 2005-

المواد	الأطارات و المهنة الحررة الغنيا	الأطارات و المهنة الحررة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الصناعات و الخدمات	المستقلون في التجارة و الصناعات و الخدمات	المهنة غير القلاحيين	القلاحيون	العاطلون عن العمل	المقاعدون	غير تشيطنين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
مجموع اللحوم	2.6	2.0	2.3	3.8	3.0	4.5	21.5	13.0	2.6	2.2	7.3	5.4
لحم طورش	1.4	0.6	--	0.9	--	1.8	19.2	23.4	0.3	0.1	1.1	3.0
الطيور و قنص الصيد	4.6	4.1	4.4	6.3	5.9	7.0	25.8	10.1	4.2	4.2	13.5	8.3
لحوم أخرى	--	--	4.0	8.5	3.6	1.3	30.7	13.7	--	--	1.0	6.9
<b>مجموع الحليب</b>	<b>1.9</b>	<b>1.4</b>	<b>3.1</b>	<b>5.8</b>	<b>4.1</b>	<b>8.3</b>	<b>55.0</b>	<b>6.5</b>	<b>3.1</b>	<b>3.9</b>	<b>15.4</b>	<b>10.4</b>
حليب طري	12.7	8.6	14.4	22.0	14.7	27.8	77.8	20.9	12.8	14.1	47.3	34.2
مشروبات الحليب	--	0.2	0.7	--	0.2	0.9	13.0	--	0.2	0.1	3.5	1.2
منها:												
زبدة	--	0.3	1.1	--	0.4	1.1	17.9	--	0.2	--	4.5	1.5
البيض (عدد الوحدات)	9.7	10.7	12.2	16.8	16.5	20.0	61.5	34.2	8.0	15.8	37.0	21.5
زيت الزيتون	10.0	21.6	20.1	28.2	20.7	23.6	54.9	38.6	20.7	20.4	34.4	26.8

جدول 3.4.1: نسبة الاستهلاك الذاتي (%) من مجموع الاستهلاك حسب المواد و شرائح الإنفاق السنوي للفرد -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
مجموع الحبوب	8.7	7.8	5.1	3.0	2.0	1.2	0.3	3.4
القمح الصلب	7.8	9.9	6.9	4.9	3.3	1.9	0.5	5.3
منها:								
سميد	7.2	11.6	8.3	6.4	5.3	3.3	--	7.1
كسكسي	18.2	10.1	10.0	5.6	3.2	2.0	1.1	6.0
الشعير	64.0	34.5	32.5	20.3	17.1	18.1	3.9	24.1
منها:								
فريك، ملتوث، ...	64.0	34.5	32.6	20.2	17.1	18.2	3.8	24.1
بقول و دبابش جافة	7.5	3.3	1.6	1.7	1.1	0.6	1.1	1.5
منها:								
فول شائح	17.1	9.2	3.9	5.6	2.2	1.6	1.7	4.7
حمص شائح	5.9	1.1	1.0	1.6	1.3	0.7	1.5	1.3
بقول و دبابش خضراء	4.4	23.8	14.3	6.3	6.5	2.7	0.6	7.5
منها:								
جلبانة خضراء	3.9	32.3	10.1	3.6	7.2	1.0	--	5.9
فول أخضر	1.9	16.9	18.4	9.1	4.8	4.5	1.8	9.1
مجموع الخضر	2.5	3.1	2.5	2.0	2.1	1.4	1.2	2.0
خضر طازجة	3.6	4.7	4.1	3.0	3.2	2.2	1.3	3.0
منها:								
فلفل أخضر	2.8	7.6	5.7	4.1	3.3	3.3	1.0	3.9
طماطم خضراء	3.3	4.7	1.9	3.5	3.8	2.0	1.8	2.9
بطاطا	1.4	1.4	2.6	1.4	2.9	1.7	0.7	1.9
بصل (أخضر أو جاف)	6.4	3.1	5.1	2.6	2.5	2.0	0.5	2.9
جزر	2.6	4.4	2.0	2.6	1.2	0.2	--	1.7
لفت	3.7	7.1	3.9	2.3	1.9	--	8.3	3.0
سلق، سبناخ	2.0	14.6	9.9	8.2	7.2	7.8	3.4	8.2
معدنوس، كلافس	4.8	9.7	6.8	5.0	5.1	2.6	2.7	4.8
قرع أحمر، قرع بوظزينة	1.2	4.7	7.8	3.4	6.7	3.5	3.8	5.1
بسباس	0.5	0.3	0.1	0.1	0.8	1.6	4.5	1.2
خضر مصبرة	1.3	1.3	0.5	0.7	0.5	0.4	0.9	0.6
منها:								
هريسة، فلفل أحمر	4.1	2.7	1.6	1.6	0.9	1.0	0.6	1.3
خضر أخرى مصبرة	36.9	63.5	21.0	17.6	13.5	8.7	6.1	15.2

جدول 3.4.1 (تابع): نسبة الاستهلاك الذاتي (%) من مجموع الاستهلاك حسب المواد و شرائح الإنفاق السنوي للفرد -2005-

المستوى الوطني	أقل من 400 د	من 400 إلى 2250 د	من 2250 إلى 1510 د	من 1510 إلى 955 د	من 955 إلى 585 د	من 585 إلى 400 د	أقل من 400 د	المواد
7.5	2.6	4.8	4.5	10.2	12.8	20.2	38.2	مجموع الغلال
منها:								
2.0	4.6	2.4	1.8	1.5	0.4	--	--	القوارص
2.2	--	2.5	1.5	4.2	0.3	5.9	--	بطيخ و دلاع
4.1	3.9	3.5	1.7	6.2	3.1	12.7	25.8	تفاح
2.4	0.1	5.8	1.8	0.9	0.9	--	9.1	إجاص
15.7	3.8	21.9	11.8	16.0	18.8	20.0	29.2	رمان
10.5	9.1	8.1	6.4	11.9	17.8	27.5	--	عنب
4.9	8.5	1.6	5.5	0.7	14.1	18.1	--	خوخ
5.4	1.0	2.8	4.7	6.5	9.2	17.2	16.6	مجموع اللحوم
منها:								
3.0	0.6	1.8	1.4	3.5	7.1	17.0	0.6	لحم علوش
8.3	2.0	4.9	7.5	9.0	12.6	19.8	27.2	الطيور و قنص الصيد
6.9	--	0.9	7.2	13.7	2.5	13.5	--	لحوم أخرى
10.4	1.4	4.3	8.4	11.1	19.1	27.7	32.8	مجموع الحليب
منها:								
34.2	9.3	19.5	31.0	34.0	45.4	50.0	53.8	حليب طري
1.2	0.2	0.7	1.1	1.9	1.3	2.6	1.3	مشتقات الحليب
منها:								
1.5	0.3	1.1	1.5	2.2	1.6	2.2	1.5	زبدة
21.5	6.4	11.3	19.1	23.6	37.4	40.7	52.6	البيض (عدد الوحدات)
26.8	11.3	20.4	31.2	32.2	33.8	37.6	28.2	زيت الزيتون

جدول 3.5.1: نسبة الاستهلاك الذاتي (%) من مجموع الاستهلاك حسب المواد و عدد أفراد الأسرة -2005-

المواد	فرد واحد أو فردان	3 أو 4 أفراد	5 أو 6 أفراد	7 أو 8 أفراد	9 أفراد فما فوق	المستوى الوطني
مجموع الحبوب	2.2	2.3	2.7	4.4	10.9	3.4
القمح الصلب	3.0	4.0	4.2	5.5	14.3	5.3
منها:						
سميد	4.4	6.2	6.0	6.0	16.4	7.1
كسكسي	2.6	3.9	4.6	9.4	16.8	6.0
الشعير	13.9	15.9	20.8	36.0	58.9	24.1
منها:						
فريك، ملتوث، ...	13.9	15.9	20.8	36.0	58.9	24.1
بقول و دبابش جافة	0.9	1.2	1.3	1.9	5.4	1.5
منها:						
فول شائح	2.4	6.1	2.5	3.8	16.0	4.7
حمص شائح	1.0	0.4	1.6	1.9	3.2	1.3
بقول و دبابش خضراء	7.7	4.8	7.7	11.8	12.4	7.5
منها:						
جلبانة خضراء	2.6	2.8	6.3	12.6	11.1	5.9
فول أخضر	12.0	7.7	8.8	10.4	13.7	9.1
مجموع الخضر	1.5	1.4	2.0	3.1	3.1	2.0
خضر طازجة	2.5	2.3	3.0	4.7	4.4	3.0
منها:						
فلفل أخضر	1.6	2.3	4.1	6.9	6.6	3.9
طماطم خضراء	1.2	1.8	3.0	6.0	1.6	2.9
بطاطا	1.2	1.8	1.7	3.5	0.3	1.9
بصل (أخضر أو جاف)	2.8	2.1	2.6	3.6	9.4	2.9
جزر	2.1	1.1	1.1	3.2	5.3	1.7
لفت	9.3	1.9	2.3	2.8	4.6	3.0
سلق، سبناخ	10.4	7.7	7.2	8.2	17.0	8.2
معدنوس، كلافس	2.6	4.5	4.2	8.1	7.2	4.8
قرع أحمر، قرع بوطزينة	5.9	2.8	6.3	6.3	3.3	5.1
بسباس	--	1.9	0.8	1.9	0.3	1.2
خضر مصبرة	0.2	0.4	0.7	1.0	1.4	0.6
منها:						
هريسة، فلفل أحمر	0.4	0.7	1.0	3.1	3.8	1.3
خضر أخرى مصبرة	8.2	9.6	17.2	20.8	52.5	15.2

جدول 3.5.1 (تابع): نسبة الاستهلاك الذاتي (%) من مجموع الاستهلاك حسب المواد و عدد أفراد الأسرة -2005-

المواد	فرد واحد أو فردان	3 أو 4 أفراد	5 أو 6 أفراد	7 أو 8 أفراد	9 أفراد فما فوق	المستوى الوطني
مجموع الغلال	7.6	4.7	7.3	11.8	13.3	7.5
منها:						
القوارص	3.8	2.5	1.7	0.1	0.4	2.0
بطيخ و دلاع	1.2	0.4	3.3	2.0	4.1	2.2
تفاح	5.2	1.1	2.9	12.2	8.6	4.1
إجاص	4.9	2.8	1.6	2.2	1.2	2.4
رمان	7.9	13.3	15.7	19.7	47.3	15.7
عنب	6.8	11.4	9.5	11.6	23.5	10.5
خوخ	6.1	1.1	5.4	10.1	5.2	4.9
مجموع اللحوم	2.5	3.4	4.8	9.2	20.0	5.4
منها:						
لحم علوش	0.3	1.0	2.2	9.3	14.8	3.0
الطيور و قنص الصيد	5.5	6.4	7.8	11.2	21.8	8.3
لحوم أخرى	--	2.6	5.7	6.3	29.5	6.9
مجموع الحليب	7.6	5.8	9.5	18.4	43.5	10.4
منها:						
حليب طري	25.2	23.3	32.0	45.3	76.3	34.2
مشتقات الحليب	1.6	0.7	1.1	2.2	3.3	1.2
منها:						
زبدة	2.5	1.0	1.3	2.9	3.7	1.5
البيض (عدد الوحدات)	19.9	17.0	20.5	30.2	39.1	21.5
زيت الزيتون	18.5	21.2	25.2	37.7	50.3	26.8





## ملحق عدد 4



تطور حصص الفرد من العناصر الغذائية  
2005-1980



جدول 4.1.1: تطور متوسط حصص الفرد من العناصر الغذائية حسب الوسط الجغرافي 1980-2005

	المستوى الوطني					وسط غير بلدي					وسط بلدي					العناصر الغذائية		
	2005	2000	1995	1990	1985	1980	2005	2000	1995	1990	1985	1980	2005	2000	1995		1990	1985
2328	2207	2165	2277	2276	2347	2405	2294	2271	2412	2424	2452	2285	2155	2097	2184	2157	2255	سعرات حرارية (CALORIES) (والكيلوجول)
72.4	67.5	66.7	69.1	68.9	72.1	74.7	71.2	71.8	75.0	73.7	77.0	71.0	65.3	63.5	65.0	65.1	67.9	زلايات (PROTEINES) (والغرام)
15.2	14.1	13.5	14.6	14.2	13.9	15.9	13.5	12.5	15.6	15.1	14.1	14.9	14.5	14.0	13.9	13.5	13.6	حديد (FER) (والملليغرام)
588.6	503.6	483.7	476.0	454.0	477.0	508.6	442.5	434.1	433.4	394.0	451.0	633.1	539.9	515.1	505.6	502.0	500.0	كلسيوم (CALCIUM) (والملليغرام)
910.3	802.2	766.4	748.0	695.0	668.0	810.3	672.9	650.1	628.2	568.0	552.0	965.8	878.8	840.2	830.3	796.0	772.0	فيتامين أ (RETINOL) (والملليغرام)
1.4	1.5	1.5	1.5	1.4	1.5	1.5	1.6	1.7	1.7	1.6	1.7	1.3	1.5	1.4	1.4	1.3	1.3	فيتامين ب1 (THIAMINE) (والملليغرام)
1.0	0.9	0.9	0.9	0.9	0.9	0.9	0.8	0.8	0.8	0.8	0.8	1.0	0.9	0.9	0.9	0.9	0.9	فيتامين ب2 (RIBOFLAVINE) (والملليغرام)
15.0	14.3	13.9	14.4	14.2	14.7	15.8	15.2	15.1	16.1	15.9	16.2	14.5	13.8	13.1	13.2	12.8	13.3	فيتامين ب3 (NIACINE) (والملليغرام)
104.5	101.3	90.6	91.9	91.1	77.5	94.2	85.8	77.8	78.1	74.2	66.0	110.3	110.4	98.8	101.4	104.5	87.7	فيتامين ث (ACIDE ASCORBIQUE) (والملليغرام)

جدول 4.2.1: تطوّر متوسط الحصص اليومية للفرد من العناصر الغذائية حسب الجهات الجغرافية الكبرى 2005-1980

الجنوب	الوسط الغربي	الوسط الشرقي	الشمال الغربي	الشمال الشرقي	تونس الكبرى	
						سعيرات حرارية (CALORIES) (بالكيلوحريرة)
2266	2418	2370	2348	2388	2294	1980
2082	2456	2222	2511	2172	2234	1985
2216	2419	2140	2342	2316	2283	1990
2131	2282	2117	2232	2190	2093	1995
2094	2246	2158	2417	2146	2219	2000
2202	2313	2343	2470	2333	2318	2005
						زلايات (PROTEINES) (بالغرام)
64.5	72.7	66.8	71.5	68.4	64.4	1980
62.4	76.9	65.9	78.0	64.2	67.3	1985
66.0	76.5	66.3	73.1	67.5	66.9	1990
65.3	72.9	64.4	71.6	66.7	62.4	1995
63.7	71.3	66.1	75.4	64.0	66.3	2000
68.0	74.6	73.4	75.9	68.8	73.1	2005
						كلسيوم (CALCIUM) (بالمليغرام)
429	475	424	492	479	563	1980
392	392	408	479	436	581	1985
470	432	443	455	484	555	1990
536	428	455	461	496	523	1995
512	436	477	518	470	585	2000
550	502	569	561	579	719	2005
						حديد (FER) (بالمليغرام)
14.0	16.4	15.1	11.2	13.1	13.6	1980
12.1	17.5	14.4	14.4	12.9	13.9	1985
13.3	18.6	14.7	12.8	13.9	14.4	1990
13.4	13.4	13.9	12.2	13.6	13.9	1995
13.5	14.7	14.5	13.4	13.0	15.0	2000
13.9	17.4	15.7	14.7	14.3	15.3	2005
						فيتامين أ (RETINOL) (بالمليغرام)
618	570	759	556	690	761	1980
642	568	763	589	703	826	1985
729	596	833	631	787	843	1990
647	676	856	681	842	832	1995
689	663	880	779	782	928	2000
786	792	999	870	880	1026	2005

جدول 4.2.1 (تابع): تطوّر متوسط الحصص اليومية للفرد من العناصر الغذائية حسب الجهات الجغرافية الكبرى 2005-1980

الجنوب	الوسط الغربي	الوسط الشرقي	الشمال الغربي	الشمال الشرقي	تونس الكبرى	
<b>فيتامين ث (ACIDE ASCORBIQUE) (بالمليغرام)</b>						
65.6	69.9	84.5	62.9	87.0	89.4	<b>1980</b>
65.6	76.3	92.3	78.5	104.1	118.6	<b>1985</b>
68.4	80.2	102.4	79.2	102.9	108.3	<b>1990</b>
68.5	80.3	98.8	85.4	107.1	99.7	<b>1995</b>
77.0	88.8	104.5	103.1	103.2	121.7	<b>2000</b>
83.0	87.1	114.5	104.0	106.6	119.4	<b>2005</b>
<b>فيتامين ب1 (THIAMINE) (بالمليغرام)</b>						
1.5	1.7	1.4	1.7	1.5	1.3	<b>1980</b>
1.3	1.7	1.3	1.6	1.3	1.3	<b>1985</b>
1.4	1.7	1.4	1.6	1.5	1.5	<b>1990</b>
1.5	1.7	1.4	1.6	1.5	1.5	<b>1995</b>
1.4	1.6	1.5	1.7	1.4	1.6	<b>2000</b>
1.3	1.5	1.3	1.5	1.3	1.3	<b>2005</b>
<b>فيتامين ب2 (RIBOFLAVINE) (بالمليغرام)</b>						
0.8	0.9	0.8	0.9	0.9	1.0	<b>1980</b>
0.7	0.8	0.8	1.0	0.8	1.0	<b>1985</b>
0.8	0.8	0.9	0.9	0.9	1.0	<b>1990</b>
0.8	0.8	0.9	0.8	0.9	0.9	<b>1995</b>
0.8	0.8	0.9	0.9	0.9	1.0	<b>2000</b>
0.9	0.9	1.0	1.0	1.0	1.1	<b>2005</b>
<b>فيتامين ب3 (NIACINE) (بالمليغرام)</b>						
14.0	16.5	14.8	15.3	14.7	13.0	<b>1980</b>
12.6	16.5	13.6	16.7	13.2	13.2	<b>1985</b>
13.4	16.6	14.1	15.2	14.1	13.4	<b>1990</b>
13.1	15.3	13.7	14.8	14.0	12.8	<b>1995</b>
13.1	15.2	14.2	15.9	13.6	14.1	<b>2000</b>
13.6	15.9	15.5	15.8	14.4	14.6	<b>2005</b>

جدول 4.3.1: متوسط الحصص اليومية للفرد من العناصر الغذائية حسب الصنف المهني والاجتماعي للعامل الرئيسي للأسرة-2005

المستوى الوطني	سنتد خارج الأسرة	غير نشيطين اخرون	المقاعدون	المطلوبون عن العمل	العمالة الفلاحون	العمالة الفلاحين	المستقلون في التجارة و الخدمات	الأعراف في التجارة و الخدمات	أخرون اخرون	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	الإطارات و المهنة الحرة العليا	العناصر الغذائية	
2328	2424	2445	2430	2097	2340	2494	2210	2250	2267	2238	2433	2434	سعرات حرارية (CALORIES) (بالكيلوجول/يوم)
72.4	75.1	75.0	75.6	64.2	71.5	79.1	68.0	70.2	71.4	70.0	75.6	76.3	زلاتيات (PROTEINES) (بغمم)
340.5	360.7	354.7	346.4	315.5	362.8	385.1	326.7	324.3	322.2	319.9	341.3	337.4	نشويات (Glucides) (بالمليغرام)
81.1	82.6	86.6	88.2	70.4	74.4	79.0	75.6	79.9	82.2	80.5	90.9	92.1	دهنيات (lipides) (بالمليغرام)
588.6	553.5	630.7	651.1	452.7	476.4	533.9	543.8	595.2	616.3	629.5	681.5	720.5	كلسيوم (CALCIUM) (بالمليغرام)
15.2	15.9	16.2	16.1	13.6	17.0	16.9	14.0	14.8	14.9	14.6	15.5	16.0	حديد (FER) (بالمليغرام)
910.3	860.1	981.7	1043.1	709.0	763.1	822.8	835.6	919.5	938.4	956.3	1032.2	1099.4	فيتامين أ (RETINOL) (بالمليغرام)
1.4	1.5	1.4	1.4	1.3	1.4	1.6	1.3	1.3	1.3	1.3	1.4	1.3	فيتامين ب1 (THIAMINE) (بالمليغرام)
1.0	1.0	1.0	1.1	0.8	0.8	1.0	0.9	1.0	1.0	1.0	1.1	1.2	فيتامين ب2 (RIBOFLAVINE) (بالمليغرام)
15.0	15.6	15.4	15.7	13.4	14.9	17.0	13.9	14.5	14.6	14.2	15.6	15.8	فيتامين ب3 (NIACINE) (بالمليغرام)
104.5	96.2	112.2	121.9	78.4	87.8	97.9	93.7	110.4	107.0	107.8	124.9	127.4	فيتامين ث (ACIDE ASCORBIQUE) (بالمليغرام)

## ملحق عدد 5

مصادر العناصر الغذائية من المواد في سنة 2005





جدول 5.1.1: مصادر حصّة السعيرات الحرارية من المواد الغذائية حسب الوسط الجغرافي (%) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
الحبوب	48.2	56.9	51.4
البقول و التوابل	2.3	1.9	2.1
الخضر	5.7	5.0	5.4
الغلال	3.2	2.4	2.9
اللحوم	6.6	4.2	5.7
الأسماك	0.8	0.3	0.6
الحليب و مشتقاته و البيض	9.1	5.1	7.6
السكّر و السكريات	4.5	5.2	4.7
الزيوت	17.3	17.4	17.3
مشروبات و مأكولات خارج البيت	2.4	1.6	2.1
المجموع	100.0	100.0	100.0

جدول 5.1.2: مصادر حصّة الزلاليات من المواد الغذائية حسب الوسط الجغرافي (%) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
الحبوب	52.9	68.6	58.7
البقول و التوابل	4.5	3.8	4.2
الخضر	7.0	6.2	6.7
الغلال	1.9	1.4	1.7
اللحوم	13.5	8.7	11.7
الأسماك	4.2	1.9	3.3
الحليب و مشتقاته و البيض	14.0	8.2	11.9
السكّر و السكريات	0.3	0.2	0.3
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.6	1.1	1.4
المجموع	100.0	100.0	100.0
الزلاليات الحيوانية	31.7	18.8	26.9
الزلاليات النباتية	68.3	81.2	73.1

جدول 5.1.3: مصادر حصّة الكالسيوم من المواد الغذائية حسب الوسط الجغرافي (%) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
الحبوب	21.1	31.0	24.1
البقول و التوابل	9.0	10.1	9.3
الخضر	14.2	15.5	14.6
الغلال	4.2	4.4	4.3
اللحوم	1.2	1.1	1.2
الأسماك	1.0	0.6	0.9
الحليب و مشتقاته و البيض	47.4	35.6	43.8
السكّر و السكريات	0.5	0.3	0.5
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.5	1.4	1.4
المجموع	100.0	100.0	100.0

جدول 5.1.4: مصادر حصّة الحديد من المواد الغذائية حسب الوسط الجغرافي (%) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
الحبوب	45.0	58.0	49.8
البقول و التوابل	10.8	8.6	10.0
الخضر	23.2	19.7	21.9
الغلال	4.7	3.4	4.2
اللحوم	7.3	4.4	6.2
الأسماك	1.0	0.4	0.8
الحليب و مشتقاته و البيض	5.2	3.6	4.6
السكّر و السكريات	0.7	0.5	0.6
مشروبات و مأكولات خارج البيت	2.3	1.5	2.0
المجموع	100.0	100.0	100.0

جدول 5.1.5: مصادر حصّة الفيتامين أ من المواد الغذائية حسب الوسط الجغرافي (%) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
البقول و التوابل	3.3	2.3	3.0
الخضر	57.9	65.8	60.4
الغلال	7.6	7.2	7.5
اللحوم	10.4	8.7	9.8
الأسماك	0.2	0.1	0.1
الحليب و مشتقاته و البيض	19.3	14.9	17.9
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.2	1.0	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0

جدول 5.1.6: مصادر حصّة الفيتامين ب1 من المواد الغذائية حسب الوسط الجغرافي (%) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
الحبوب	56.9	71.4	62.7
البقول و التوابل	6.1	4.4	5.4
الخضر	16.9	12.9	15.3
الغلال	5.3	3.3	4.5
اللحوم	4.2	2.5	3.5
الأسماك	1.6	0.7	1.2
الحليب و مشتقاته و البيض	7.5	4.0	6.1
السكر و السكريات	0.2	0.1	0.1
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.4	0.8	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0

جدول 5.1.7: مصادر حصّة الفيتامين ب2 من المواد الغذائية حسب الوسط الجغرافي (%) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
الحبوب	24.4	37.9	28.8
البقول و التوابل	4.6	4.1	4.4
الخضر	18.3	19.0	18.5
الغلال	5.9	5.7	5.8
اللحوم	11.3	8.0	10.2
الأسماك	1.7	0.9	1.4
الحليب و مشتقاته و البيض	32.1	23.3	29.2
السكّر و السكريات	0.7	0.4	0.6
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.2	0.8	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0

جدول 5.1.8: مصادر حصّة الفيتامين ب3 من المواد الغذائية حسب الوسط الجغرافي (%) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
الحبوب	39.0	57.7	46.0
البقول و التوابل	3.2	2.5	2.9
الخضر	19.9	17.2	18.9
الغلال	4.1	2.7	3.6
اللحوم	23.6	15.2	20.4
الأسماك	4.6	1.8	3.6
الحليب و مشتقاته و البيض	2.7	1.5	2.3
السكّر و السكريات	0.3	0.2	0.2
مشروبات و مأكولات خارج البيت	2.6	1.3	2.1
المجموع	100.0	100.0	100.0

جدول 5.1.9: مصادر حصّة الفيتامين ث من المواد الغذائية  
حسب الوسط الجغرافي (%) -2005-

المواد	وسط بلدي	وسط غير بلدي	المستوى الوطني
البقول و التوابل	4.8	4.0	4.5
الخضر	65.9	73.3	68.3
الغلال	24.5	19.6	22.9
اللحوم	0.3	0.3	0.3
الحليب و مشتقاته و البيض	1.7	1.2	1.5
مشروبات و مأكولات خارج البيت	2.8	1.6	2.4
المجموع	100.0	100.0	100.0

جدول 5.2.1: مصادر حصّة السعيرات الحرارية من المواد الغذائية حسب الجهات (%) -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
الحبوب	47.3	48.7	53.6	49.7	58.9	52.1	56.3	51.4
البقول و التوابل	2.7	2.0	1.9	2.0	1.8	2.0	2.2	2.1
الخضر	5.6	5.8	5.0	5.9	4.8	5.1	5.2	5.4
الغلال	3.3	2.7	2.7	3.4	2.3	2.6	2.2	2.9
اللحوم	6.9	6.0	4.9	6.3	4.5	4.6	4.9	5.7
الأسماك	0.7	0.5	0.2	1.1	0.3	0.6	0.4	0.6
الحليب و مشتقاته و البيض	11.1	7.7	6.5	6.9	5.1	7.2	7.3	7.6
السكر و السكريات	4.2	5.1	6.0	4.0	4.7	5.3	5.2	4.7
الزيوت	15.4	19.5	16.7	18.8	16.2	18.5	15.5	17.3
مشروبات و مأكولات خارج البيت	2.8	2.2	2.4	2.1	1.4	2.0	0.9	2.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.2.2: مصادر الحصّة الزلالية من المواد الغذائية حسب الجهات (%) -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
الحبوب	50.1	56.7	64.7	55.0	70.0	60.8	64.9	58.7
البقول و التوابل	5.3	4.3	4.0	3.9	3.5	4.0	4.4	4.2
الخضر	7.0	7.3	6.2	7.1	5.9	6.4	6.4	6.7
الغلال	1.9	1.7	1.5	2.2	1.3	1.7	1.3	1.7
اللحوم	13.9	12.5	10.2	13.0	9.0	10.2	9.4	11.7
الأسماك	3.4	3.0	1.1	6.3	1.5	3.1	1.8	3.3
الحليب و مشتقاته و البيض	16.2	12.7	10.3	11.1	7.6	12.2	11.0	11.9
السكر و السكريات	0.4	0.3	0.2	0.4	0.2	0.3	0.2	0.3
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.9	1.6	1.7	1.3	1.0	1.4	0.6	1.4
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
الزلاليات الحيوانية	33.6	28.2	21.7	30.3	18.1	25.4	22.2	26.9
الزلاليات النباتية	66.5	71.8	78.4	69.7	81.9	74.6	77.8	73.1

جدول 5.2.3: مصادر حصّة الكالسيوم من المواد الغذائية حسب الجهات (%) -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
الحبوب	18.5	23.1	25.9	24.9	32.0	26.6	25.4	24.1
البقول و التوابل	9.3	9.3	9.6	8.9	9.9	9.0	9.9	9.3
الخضر	12.9	14.5	14.7	16.1	15.9	13.8	14.8	14.6
الغلال	4.0	3.8	4.6	5.4	4.0	3.5	3.3	4.3
اللحوم	1.1	1.2	1.1	1.5	1.1	0.9	1.0	1.2
الأسماك	0.4	0.5	0.3	1.4	0.5	1.6	2.5	0.9
الحليب و مشتقاته و البيض	52.0	45.8	41.7	39.8	35.0	42.4	42.0	43.8
السكر و السكريات	0.5	0.5	0.3	0.6	0.3	0.5	0.3	0.5
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.4	1.5	1.8	1.4	1.2	1.7	0.9	1.4
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.2.4: مصادر حصّة الحديد من المواد الغذائية حسب الجهات (%) -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
الحبوب	43.0	47.6	50.9	47.3	63.5	49.7	51.1	49.8
البقول و التوابل	12.9	10.2	9.3	8.8	7.4	10.2	11.4	10.0
الخضر	22.6	23.2	21.7	23.6	17.5	21.9	21.9	21.9
الغلال	4.8	4.1	4.3	4.9	2.9	4.0	3.2	4.2
اللحوم	7.5	6.6	5.9	6.7	4.1	5.8	5.4	6.2
الأسماك	0.8	0.7	0.3	1.6	0.3	0.7	0.5	0.8
الحليب و مشتقاته و البيض	5.2	4.8	4.7	4.8	2.7	5.0	4.9	4.6
السكر و السكريات	0.7	0.6	0.5	0.7	0.4	0.6	0.5	0.6
مشروبات و مأكولات خارج البيت	2.5	2.3	2.5	1.8	1.2	2.1	1.1	2.0
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.2.5: مصادر حصّة الفيتامين أ من المواد الغذائية حسب الجهات (%) -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
البقول و التوابل	3.9	3.1	3.5	2.3	2.2	2.9	2.8	3.0
الخضر	55.7	60.2	58.5	61.8	66.9	62.5	62.3	60.4
الغلال	7.2	7.2	8.2	7.7	7.7	7.8	5.4	7.5
اللحوم	10.9	9.5	10.7	10.4	8.8	5.2	10.3	9.8
الأسماك	0.1	0.1	0.1	0.3	0.1	0.2	0.1	0.1
الحليب و مشتقاته و البيض	20.7	18.5	17.6	16.6	13.3	19.7	18.8	17.9
السكر و السكريات	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.4	1.2	1.3	0.8	1.0	1.8	0.3	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.2.6: مصادر حصّة الفيتامين ب1 من المواد الغذائية حسب الجهات (%) -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
الحبوب	53.7	59.4	68.3	59.8	72.6	63.9	69.8	62.7
البقول و التوابل	7.2	5.9	5.0	5.0	4.1	4.9	5.0	5.4
الخضر	17.3	17.4	13.2	16.5	12.5	14.6	13.5	15.3
الغلال	5.5	4.6	3.9	5.6	3.0	4.3	2.7	4.5
اللحوم	4.4	3.4	2.9	3.9	2.7	3.7	2.9	3.5
الأسماك	1.3	1.2	0.4	2.5	0.5	0.9	0.4	1.2
الحليب و مشتقاته و البيض	8.8	6.7	5.0	5.7	3.8	6.2	5.4	6.1
السكر و السكريات	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.7	1.3	1.2	1.0	0.7	1.3	0.3	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0



جدول 5.2.7: مصادر حصّة الفيتامين ب2 من المواد الغذائية حسب الجهات (%) -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
الحبوب	22.1	28.3	32.3	27.2	38.6	30.2	33.9	28.8
البقول و التوابل	5.1	4.4	4.6	4.1	3.9	3.8	4.4	4.4
الخضر	17.2	18.2	18.0	20.0	19.4	17.6	19.4	18.5
الغلال	5.7	5.3	5.7	6.9	5.6	5.9	4.0	5.8
اللحوم	11.1	10.9	9.4	10.9	8.3	9.3	8.7	10.2
الأسماك	1.3	1.3	0.5	2.8	0.8	1.3	0.7	1.4
الحليب و مشتقاته و البيض	35.6	30.0	28.0	26.3	22.4	30.1	28.2	29.2
السكر و السكريات	0.7	0.5	0.4	0.7	0.4	0.6	0.4	0.6
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.2	1.2	1.3	1.0	0.8	1.2	0.3	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.2.8: مصادر حصّة الفيتامين ب3 من المواد الغذائية حسب الجهات (%) -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
الحبوب	36.0	42.1	52.6	41.7	59.3	49.6	54.1	46.0
البقول و التوابل	4.0	3.0	2.8	2.6	2.2	2.8	2.9	2.9
الخضر	20.1	21.2	17.6	19.2	16.2	18.5	17.8	18.9
الغلال	4.1	3.4	3.1	4.2	2.6	3.9	2.9	3.6
اللحوم	25.1	22.3	18.3	21.8	15.5	16.6	16.7	20.4
الأسماك	4.1	3.1	1.2	6.4	1.5	3.8	1.9	3.6
الحليب و مشتقاته و البيض	3.3	2.5	2.0	1.9	1.5	2.4	2.1	2.3
السكر و السكريات	0.3	0.2	0.1	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2
مشروبات و مأكولات خارج البيت	3.0	2.2	2.4	2.0	1.1	2.3	1.5	2.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.2.9: مصادر حصّة الفيتامين ث من المواد الغذائية حسب الجهات (%) -2005-

المواد	تونس الكبرى	الشمال الشرقي	الشمال الغربي	الوسط الشرقي	الوسط الغربي	الجنوب الشرقي	الجنوب الغربي	المستوى الوطني
البقول و التوابل	5.4	4.3	3.8	4.8	4.1	3.0	5.1	4.5
الخضر	64.4	72.2	69.0	66.1	74.7	66.8	73.4	68.3
الغلال	24.8	19.6	23.5	25.7	18.4	22.6	18.4	22.9
اللحوم	0.3	0.2	0.2	0.4	0.3	0.2	0.3	0.3
الحليب و مشتقاته و البيض	2.0	1.6	1.4	1.2	1.3	1.6	1.8	1.5
مشروبات و مأكولات خارج البيت	3.2	2.1	2.1	1.7	1.3	5.9	1.1	2.4
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.3.1: مصادر حصة المستهلكات الحرارية من المواد الغذائية حسب الصنف المهني والاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة (%) -2005-

المواد	الإطارات و المهنة الحرة العليا	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الصناعات و الخدمات	المستقلون في التجارة و الصناعات و الخدمات	المهنة غير الفلاحيين	الفلاحون	المهنة الفلاحيون	العاطلون عن العمل	المتقاعدون	غير نشيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
الحبوب	44.5	46.7	49.2	48.3	49.7	53.0	57.2	58.4	56.1	48.2	50.5	53.4	51.4
البقول و التوابل	2.3	2.1	2.2	2.1	2.3	2.1	1.7	1.8	1.9	2.4	2.3	2.0	2.1
الخبز	5.5	5.5	5.5	5.4	5.6	5.5	4.9	5.3	5.2	5.8	5.7	5.0	5.4
الفاول	4.4	4.2	3.0	3.5	3.4	2.4	2.5	2.3	1.9	3.3	2.5	2.7	2.9
اللحوم	7.6	7.0	6.4	6.7	6.3	5.2	4.4	3.4	4.4	6.8	5.6	5.2	5.7
الإسمالك	1.1	0.9	0.7	0.9	0.7	0.5	0.4	0.4	0.3	0.8	0.6	0.5	0.6
الحليب و مشتقاته و البيض	10.2	9.4	9.3	8.8	8.3	7.4	5.2	4.1	5.8	8.2	7.9	6.3	7.6
السكر و السكريات	4.3	4.6	4.5	4.5	4.3	4.8	5.1	5.0	4.6	4.6	4.8	5.2	4.7
الزبوت	16.8	17.4	16.8	16.9	17.2	17.2	17.2	18.3	18.6	17.7	17.8	17.9	17.3
مشروبات و مأكولات خارج البيت	3.2	2.3	2.5	2.9	2.3	1.9	1.6	1.0	1.2	2.3	2.3	1.9	2.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.3.2: مصادر حصّة الزلايات من المواد الغذائية  
حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة (2005-2005-)

المستوى الوطني	سند خارج الأسرة	غير نشيطين آخرون	المتقاعدون	العاطلون عن العمل	المهنة الفلاحون	الفلاحون	المهنة غير الفلاحيين	المستقلون في التجارة و الصناعات و الخدمات	الأعراف في التجارة و الصناعات و الخدمات	أعوان آخرون	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	الإطارات و المهنة الحرة العليا	
58.7	63.4	57.9	53.5	68.3	71.2	68.9	60.9	55.4	52.7	53.8	51.3	47.1	العجوب
4.2	3.9	4.8	4.8	3.9	3.8	3.4	4.2	4.6	4.2	4.3	4.0	4.5	البقول و التوابل
6.7	6.2	7.1	7.2	6.5	6.6	5.9	6.8	6.9	6.7	6.8	6.9	6.8	الغضر
1.7	1.5	1.5	2.0	0.9	1.2	1.3	1.5	2.1	2.2	1.9	2.6	2.7	الفلال
11.7	10.8	11.5	14.0	9.2	7.2	9.0	10.6	12.7	13.7	13.1	14.2	15.2	اللحوم
3.3	2.5	3.0	4.1	1.4	2.4	2.1	2.9	3.8	4.5	3.8	4.6	5.5	الإسمالك
11.9	10.1	12.2	12.7	9.1	6.8	8.2	11.5	12.7	13.7	14.4	14.8	16.0	الحليب و مشتقاته و البيض
0.3	0.3	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.3	0.3	0.4	0.4	0.4	0.5	السكّر و السكريات
1.4	1.4	1.8	1.5	0.7	0.7	1.1	1.4	1.4	1.9	1.6	1.4	1.8	مشروبات و مأكولات خارج البيت
100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	المجموع
26.9	23.4	26.7	30.8	19.6	16.4	19.2	25.0	29.2	31.9	31.3	33.5	36.7	الزلايات الحيوانية
73.1	76.6	73.3	69.2	80.4	83.6	80.8	75.0	70.8	68.1	68.7	66.5	63.4	الزلايات النباتية

جدول 5.3.3: مصادر حصة الكليوم من المواد الغذائية حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة (2005-2005-)

المستوى الوطني	سند خارج الأسرة	غير نشيطين آخرون	المتقاعدون	العاطلون عن العمل	العمالة الفلاحيون	الفلاحون	العمالة غير الفلاحيين	المستقلون في التجارة و الصناعات و الخدمات	الأعراف في التجارة و الصناعات و الخدمات	أعوان آخرون	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	الإطارات و المهنة الحرة العليا	
24.1	27.8	23.9	21.8	30.6	35.5	30.3	25.4	22.3	21.5	21.0	19.6	17.7	العجوب
9.3	9.9	9.5	9.9	10.1	9.6	9.6	9.3	9.0	8.8	8.9	8.5	8.4	البقول و التوابل
14.6	14.7	15.0	15.1	15.4	17.3	15.6	14.6	14.1	13.7	13.4	13.7	13.5	الغضر
4.3	4.1	3.7	4.6	3.5	4.3	4.4	3.8	5.1	4.7	4.0	5.5	5.2	الفلال
1.2	1.2	1.1	1.3	1.0	1.0	1.1	1.1	1.2	1.3	1.2	1.2	1.3	اللحوم
0.9	1.0	0.9	1.1	0.4	1.7	0.6	0.8	0.9	0.9	0.8	0.8	0.9	الإسماك
43.8	39.4	44.1	44.4	38.0	29.5	36.9	43.1	45.6	46.9	48.6	48.7	50.6	الحليب و مشتقاته و البيض
0.5	0.5	0.4	0.4	0.2	0.3	0.3	0.5	0.5	0.6	0.6	0.7	0.7	السكر و السكريات
1.4	1.4	1.6	1.4	0.9	1.0	1.3	1.3	1.3	1.7	1.5	1.4	1.8	مشروبات و مأكولات خارج البيت
100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	المجموع

جدول 5.3.4: مصادر حصّة الحبيب من المواد الغذائية حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة (2005-2005-)

المواد	الإطارات و المهنة الحرة العليا	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الخدمات و الخدمات	المستقلون في التجارة و الصناعات و الخدمات	العمالة غير الفلاحين	الفلاحون	العمالة الفلاحون	العاطلون عن العمل	المغتاصون	غير نشيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
الحبوب	40.7	43.5	46.2	45.7	47.0	50.6	59.9	62.5	57.2	44.7	49.0	53.6	49.8
البقول و التوابل	10.7	10.3	10.5	10.2	10.3	10.0	7.6	7.7	9.1	11.5	10.7	9.4	10.0
الخبز	22.8	22.8	22.5	21.9	22.6	22.5	18.9	19.2	21.1	23.3	22.8	20.2	21.9
الغلال	6.4	6.1	4.4	5.1	5.3	3.6	3.4	2.8	2.6	4.8	3.8	3.9	4.2
اللحوم	8.7	7.8	7.0	7.7	6.8	5.5	4.5	3.2	4.6	7.5	5.8	5.7	6.2
الأسماك	1.3	1.1	1.1	1.1	0.9	0.7	0.5	0.5	0.3	1.0	0.7	0.6	0.8
الحليب و مشتقاته و البيض	5.9	5.8	5.2	5.1	4.6	4.6	3.5	2.8	3.8	4.7	4.4	4.3	4.6
السكر و السكريات	0.9	0.7	0.7	0.7	0.6	0.6	0.4	0.4	0.4	0.5	0.5	0.6	0.6
مشروبات و مكولات خارج البيت	2.6	2.0	2.4	2.5	1.9	1.9	1.4	0.8	1.0	2.1	2.4	1.8	2.0
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.3.5: مصادر حصّة القيتامين أ من المواد الغذائية حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة (2005-2005-)

المواد	القطاعات المهنية و الحرة العليا	القطاعات المهنية و الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الخدمات	المستقلون في التجارة و الخدمات	العملة غير الفلاحيين	الفلاحون	العملة الفلاحيون	العاطلون عن العمل	المتقاعدون	غير نشيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
البقول و التوابل	3.4	2.9	3.3	3.2	3.3	3.1	2.2	1.3	2.1	3.6	3.0	2.1	3.0
الخبز	52.2	55.1	55.8	56.9	58.8	62.2	66.4	73.5	68.5	59.1	62.1	60.2	60.4
الغلال	9.6	8.6	8.2	8.5	9.2	6.5	7.0	4.7	4.2	8.0	7.1	7.4	7.5
اللحوم	12.3	11.6	11.6	10.4	9.7	8.7	8.4	6.8	7.7	10.6	9.1	11.3	9.8
الإسماك	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
الحليب و مشتقاته و البيض	20.4	20.2	19.3	19.3	17.8	18.3	14.9	13.0	16.7	17.4	17.6	17.6	17.9
السكر و السكرينات	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.7	1.2	1.5	1.4	1.0	1.0	1.0	0.6	0.6	1.0	1.1	1.2	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.3.6: مصادر حصة القيايمين بـ1 من المواد الغذائية حسب الصنف المهني والاجتماعي للعامل الرئيسي للأسرة (2005-2005-2)

المواد	الإطارات والمهنة الحرة العليا	الإطارات والمهنة الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة والصناعة والخدمات	المستقلين في التجارة والصناعة والخدمات	العمالة غير الفلاحين	الفلاحون	العمالة الفلاحون	العاطلون عن العمل	المتقاعدون	غير نشيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
الحبوب	51.8	55.8	58.0	57.4	58.9	64.5	72.4	72.6	71.6	56.7	61.2	67.8	62.7
البقول والتوابل	6.5	5.4	5.7	5.6	6.2	5.3	4.0	4.1	4.2	6.5	6.1	4.7	5.4
الغضير	17.1	16.6	16.2	16.1	16.0	15.2	12.3	13.8	13.9	17.3	16.4	13.8	15.3
الغلال	6.8	6.8	5.3	5.8	5.9	3.8	3.2	2.8	2.5	5.7	4.1	3.7	4.5
اللحوم	5.2	4.5	4.1	4.5	3.8	3.1	2.5	2.0	2.6	4.4	3.5	3.2	3.5
الإسماك	2.1	1.8	1.5	1.6	1.5	1.1	0.7	0.8	0.5	1.5	1.1	0.8	1.2
الحليب ومشتقاته والبيض	8.5	7.8	7.6	7.2	6.5	5.9	4.0	3.4	4.4	6.7	6.3	5.0	6.1
السكر والسكريات	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
مشروبات ومكولات خارج البيت	1.9	1.2	1.6	1.6	1.1	1.1	0.7	0.5	0.4	1.2	1.3	1.0	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0



جدول 5.3.7: مصادر حصة القيامين ب2 من المواد الغذائية حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة (2005-2005-)

المواد	الإطارات المهنية الحرة العليا	الإطارات المهنية الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الصناعات و الخدمات	المستقلين في التجارة و الصناعات و الخدمات	العملة غير القلائيين	القلائيين	العملة القلائيين	العاطلون عن العمل	المتقاعدون	غير نشيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
الحبوب	20.4	22.9	25.3	24.6	26.1	30.6	38.0	40.8	37.7	24.7	28.3	33.3	28.8
البقول و التوابل	4.5	3.9	4.5	4.2	4.8	4.5	3.8	3.7	3.7	5.0	4.8	3.9	4.4
الخضير	16.8	17.0	17.5	17.4	18.0	18.9	18.7	22.0	19.8	19.0	19.5	18.2	18.5
الغلال	7.3	7.6	5.7	6.4	7.2	5.1	5.5	5.0	4.1	6.5	5.1	5.5	5.8
اللحوم	12.5	12.2	10.9	12.3	10.7	8.9	8.0	6.5	8.2	12.1	9.7	10.0	10.2
الأسماك	2.0	1.8	1.6	1.8	1.6	1.3	1.1	1.2	0.7	1.7	1.3	1.1	1.4
الحليب و مشتقاته و البيض	34.0	32.8	32.6	31.2	29.8	29.1	23.8	20.0	25.1	29.6	29.7	26.4	29.2
السكر و السكريات	0.8	0.8	0.8	0.7	0.6	0.6	0.3	0.4	0.3	0.4	0.5	0.5	0.6
مشروبات و مأكولات خارج البيت	1.5	1.1	1.3	1.4	1.2	1.0	0.8	0.5	0.5	1.1	1.2	1.0	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.3.8: مصادر حصة القيايين ب3 من المواد الغذائية حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة (2005-)

المواد	الإطارات و المهنة الحرة العليا	الإطارات و المهنة الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الخدمات	المستقلون في التجارة و الخدمات	المهنة غير الفلاحين	الفلاحون	المهنة الفلاحون	المعطلون عن العمل	المتقاعدون	غير متبطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
الحبوب	34.4	38.3	40.5	39.8	42.0	47.8	58.7	59.6	56.2	39.4	44.2	51.8	46.0
البقول و التوابل	3.4	2.9	3.1	2.9	3.2	2.9	2.2	2.2	2.3	3.4	3.3	2.6	2.9
الخبز	18.7	19.1	19.4	19.0	19.5	19.4	16.0	18.5	18.5	20.0	20.1	17.5	18.9
الذرة	5.5	5.1	4.0	4.5	4.2	3.1	2.7	2.5	2.1	4.2	3.2	2.9	3.6
اللحوم	25.6	24.1	23.2	22.8	22.1	19.3	15.4	12.6	16.4	23.7	20.6	18.8	20.4
الأسماك	6.4	5.2	4.2	5.2	4.0	3.0	2.1	2.4	1.4	4.3	3.2	2.6	3.6
الحليب و مشتقاته و البيض	2.9	2.7	2.8	2.6	2.4	2.3	1.6	1.3	1.7	2.4	2.4	1.8	2.3
السكر و السكريات	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2
مشروبات و مكولات خارج البيت	2.9	2.3	2.5	2.9	2.3	2.0	1.3	0.8	1.2	2.4	2.6	1.8	2.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.3.9: مصادر حصة الفيتامينات من المواد الغذائية حسب الصنف المهني و الاجتماعي للعامل الرئيسي للأسرة (2005-2005-)

المواد	القطاعات المهنية و الحرة العليا	القطاعات المهنية و الحرة المتوسطة	أعوان آخرون	الأعراف في التجارة و الخدمات و الخدمات	المستقلون في التجارة و الخدمات و الخدمات	العمالة غير الفلاحين	الفلاحون	العمالة الفلاحون	العاطلون عن العمل	المتقاعون	غير نشيطين آخرون	سند خارج الأسرة	المستوى الوطني
البقول و التوابل	4.9	4.1	4.7	4.2	4.9	4.4	4.2	3.7	3.3	4.9	5.3	4.3	4.5
الخبز	60.3	62.3	64.2	65.4	63.9	71.4	72.0	76.9	76.9	66.1	70.2	70.9	68.3
الفاول	27.6	28.6	24.9	25.3	27.9	20.4	20.8	16.9	16.8	25.0	20.8	20.5	22.9
الحبوب	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.4	0.3
الحليب و مشتقاته و البيض	1.7	1.7	1.8	1.7	1.5	1.6	1.3	1.0	1.4	1.5	1.6	1.4	1.5
مشروبات و مأكولات خارج البيت	5.1	3.1	4.1	3.0	1.6	1.8	1.5	1.2	1.4	2.2	1.9	2.5	2.4
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.4.1: مصادر حصّة السعيرات الحرارية من المواد الغذائية حسب الإنفاق السنوي للفرد (%) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
الحبوب	67.8	62.2	56.5	52.0	48.8	45.9	41.6	51.4
البقول و التوابل	1.4	1.7	2.1	2.2	2.3	2.2	2.2	2.1
الخضر	4.3	4.9	5.3	5.5	5.6	5.6	5.6	5.4
الغلال	1.0	1.5	1.9	2.6	3.1	4.0	5.4	2.9
اللحوم	1.6	2.8	4.0	5.5	6.6	7.4	8.1	5.7
الأسماك	0.2	0.2	0.4	0.5	0.8	0.9	1.3	0.6
الحليب و مشتقاته و البيض	3.2	4.2	6.2	7.7	8.5	8.9	10.0	7.6
السكر و السكريات	4.4	4.8	5.0	4.9	4.7	4.5	4.5	4.7
الزيوت	15.7	17.0	17.5	17.3	17.1	17.7	17.5	17.3
مشروبات و مأكولات خارج البيت	0.5	0.8	1.1	1.9	2.6	3.1	3.7	2.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.4.2: مصادر حصّة الزلاليات من المواد الغذائية حسب الإنفاق السنوي للفرد (%) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
الحبوب	82.1	75.8	67.0	59.8	54.2	50.4	43.6	58.7
البقول و التوابل	3.0	3.5	4.3	4.3	4.5	4.3	4.1	4.2
الخضر	5.3	6.0	6.6	6.8	6.8	7.0	6.9	6.7
الغلال	0.5	0.8	1.1	1.6	1.8	2.4	3.5	1.7
اللحوم	3.0	5.7	8.3	11.4	13.6	15.1	16.6	11.7
الأسماك	0.9	1.0	2.1	2.8	3.9	4.5	6.6	3.3
الحليب و مشتقاته و البيض	4.7	6.4	9.6	11.8	13.2	14.0	16.1	11.9
السكر و السكريات	0.1	0.1	0.2	0.3	0.3	0.4	0.5	0.3
مشروبات و مأكولات خارج البيت	0.5	0.7	0.9	1.3	1.7	2.0	2.2	1.4
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
الزلاليات الحيوانية	16.5	22.2	26.2	30.5	32.4	35.5	39.9	26.9
الزلاليات النباتية	83.5	77.8	73.8	69.5	67.6	64.5	60.1	73.1

جدول 5.4.3: مصادر حصّة الكالسيوم من المواد الغذائية حسب الإنفاق السنوي للفرد (%) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
الحبوب	43.0	37.5	29.2	24.6	21.8	19.9	16.7	24.1
البقول و التوابل	9.9	9.7	9.8	9.3	9.4	9.0	8.6	9.3
الخضر	17.3	16.5	15.2	14.7	14.1	14.2	13.5	14.6
الغلال	2.6	3.1	3.2	4.0	4.2	5.2	6.4	4.3
اللحوم	0.4	0.8	0.9	1.1	1.3	1.4	1.4	1.2
الأسماك	0.6	0.5	0.8	0.8	0.9	1.0	1.2	0.9
الحليب و مشتقاته و البيض	25.3	30.7	39.6	43.8	46.2	47.1	49.7	43.8
السكر و السكريات	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.5
مشروبات و مأكولات خارج البيت	0.8	1.0	1.0	1.3	1.6	1.7	1.9	1.4
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.4.4: مصادر حصّة الحديد من المواد الغذائية حسب الإنفاق السنوي للفرد (%) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
الحبوب	70.0	65.7	56.7	50.6	45.6	42.4	37.9	49.8
البقول و التوابل	6.2	7.1	9.5	10.1	10.7	10.5	10.9	10.0
الخضر	17.8	18.4	21.2	22.1	22.7	23.0	22.8	21.9
الغلال	1.2	2.0	2.6	3.8	4.5	6.0	8.0	4.2
اللحوم	1.4	2.7	4.2	5.9	7.2	8.3	9.3	6.2
الأسماك	0.3	0.2	0.5	0.7	1.0	1.1	1.6	0.8
الحليب و مشتقاته و البيض	2.2	2.7	3.7	4.5	5.1	5.4	6.0	4.6
السكر و السكريات	0.3	0.3	0.5	0.6	0.6	0.7	0.8	0.6
مشروبات و مأكولات خارج البيت	0.7	0.9	1.2	1.8	2.5	2.7	2.9	2.0
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.4.5: مصادر حصّة الفيتامين أ من المواد الغذائية حسب الإنفاق السنوي للفرد (%) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
البقول و التوابل	1.3	1.8	3.1	3.1	3.7	2.9	2.1	3.0
الخضر	80.7	73.2	67.9	62.0	57.9	54.8	49.7	60.4
الغلال	2.0	5.0	5.0	6.5	8.0	9.6	11.2	7.5
اللحوم	3.0	5.8	6.8	9.0	9.9	12.2	15.9	9.8
الأسماك	0.1	0.0	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1
الحليب و مشتقاته و البيض	12.4	13.5	16.4	18.2	19.0	18.8	18.8	17.9
السكر و السكريات	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1
مشروبات و مأكولات خارج البيت	0.6	0.7	0.6	1.0	1.3	1.4	1.9	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.4.6: مصادر حصّة الفيتامين ب1 من المواد الغذائية حسب الإنفاق السنوي للفرد (%) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
الحبوب	82.1	76.7	69.4	63.4	58.7	54.9	48.2	62.7
البقول و التوابل	3.1	3.8	5.1	5.5	6.1	5.8	6.0	5.4
الخضر	10.3	12.1	14.2	15.4	16.1	16.9	17.6	15.3
الغلال	0.9	1.9	2.7	4.1	5.0	6.6	9.2	4.5
اللحوم	0.8	1.5	2.4	3.4	4.1	4.9	5.7	3.5
الأسماك	0.3	0.3	0.8	1.1	1.5	1.7	2.5	1.2
الحليب و مشتقاته و البيض	2.3	3.1	4.8	6.1	7.0	7.4	8.4	6.1
السكر و السكريات	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1
مشروبات و مأكولات خارج البيت	0.3	0.5	0.6	1.0	1.5	1.7	2.2	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.4.7: مصادر حصّة الفيتامين ب2 من المواد الغذائية حسب الإنفاق السنوي للفرد (%) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
الحبوب	52.8	45.6	35.9	29.7	25.5	22.7	18.9	28.8
البقول و التوابل	3.5	3.8	4.6	4.5	4.8	4.2	3.8	4.4
الخضر	20.8	20.4	19.7	18.8	18.0	17.7	16.7	18.5
الغلال	2.1	3.8	4.2	5.2	6.0	7.4	9.1	5.8
اللحوم	3.0	5.4	7.2	9.6	11.1	12.9	14.2	10.2
الأسماك	0.6	0.5	1.0	1.2	1.6	1.8	2.4	1.4
الحليب و مشتقاته و البيض	16.7	19.8	26.5	29.5	31.2	31.2	32.3	29.2
السكر و السكريات	0.2	0.3	0.4	0.6	0.6	0.7	0.8	0.6
مشروبات و مأكولات خارج البيت	0.4	0.5	0.5	0.9	1.2	1.4	1.8	1.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.4.8: مصادر حصّة الفيتامين ب3 من المواد الغذائية حسب الإنفاق السنوي للفرد (%) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	فما فوق 4000 د	المستوى الوطني
الحبوب	73.6	65.6	55.2	46.8	40.8	37.0	30.8	46.0
البقول و التوابل	1.8	2.2	2.9	3.0	3.2	3.0	3.0	2.9
الخضر	15.4	17.2	19.1	19.3	19.1	19.0	18.3	18.9
الغلال	1.1	1.6	2.2	3.2	3.8	5.0	6.8	3.6
اللحوم	5.8	10.3	15.2	20.2	23.6	25.2	27.2	20.4
الأسماك	0.9	0.9	2.1	2.9	4.2	4.9	7.3	3.6
الحليب و مشتقاته و البيض	1.0	1.3	2.0	2.3	2.5	2.6	2.7	2.3
السكر و السكريات	0.1	0.1	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2
مشروبات و مأكولات خارج البيت	0.5	0.8	1.2	2.0	2.5	3.0	3.5	2.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 5.4.9: مصادر حصّة الفيتامين ث من المواد الغذائية حسب الإنفاق السنوي للفرد (%) -2005-

المواد	أقل من 400 د	من 400 إلى 585 د	من 585 إلى 955 د	من 955 إلى 1510 د	من 1510 إلى 2250 د	من 2250 إلى 4000 د	4000 د فما فوق	المستوى الوطني
البقول و التوابل	3.8	4.0	4.6	4.3	4.9	4.5	4.6	4.5
الخضر	84.0	79.0	76.2	69.5	66.7	63.8	56.6	68.3
الغلال	10.7	14.8	16.6	22.1	23.9	26.8	31.6	22.9
اللحوم	0.0	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.4	0.3
الحليب و مشتقاته و البيض	1.0	1.1	1.5	1.6	1.6	1.6	1.5	1.5
مشروبات و مأكولات خارج البيت	0.5	0.9	1.0	2.1	2.5	2.9	5.3	2.4
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0



## ملحق عدد 6

الفارق النسبي لتغطية حصة الفرد لحاجياته  
لأهم العناصر الغذائية 2005



جدول 6.1.1: معدّل متوسط حصة الفرد و حاجياته و الفارق النسبي لتغطية الحاجيات<sup>1</sup> لأهم العناصر الغذائية حسب الوسط الجغرافي

كلسيوم (CALCIUM)			زلائيّات (PROTEINES)			سعيرات حراريّة (CALORIES)			الوسط
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
29.1	490.3	633.1	87.5	37.9	71.0	3.7	2204.3	2285.3	وسط بلدي
2.5	496.3	508.6	70.3	43.9	74.7	7.8	2230.5	2405.2	وسط غير بلدي
19.5	492.4	588.6	80.8	40.0	72.4	5.2	2213.6	2328.1	المستوى الوطني

فيتامين ب1 (THIAMINE)			فيتامين أ (RETINOL)			حديد (FER)			الوسط
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
43.4	0.9	1.3	43.9	671.0	965.8	-1.3	15.1	14.9	وسط بلدي
71.1	0.9	1.5	23.6	655.6	810.3	5.4	15.1	15.9	وسط غير بلدي
53.4	0.9	1.4	36.8	665.5	910.3	0.8	15.1	15.2	المستوى الوطني

فيتامين ث (ACIDE ASCORBI-QUE)			فيتامين ب3 (NIACINE)			فيتامين ب2 (RIBOFLAVINE)			الوسط
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
304.5	27.3	110.3	-0.4	14.5	14.5	-14.9	1.2	1.0	وسط بلدي
250.8	26.9	94.2	7.4	14.7	15.8	-26.1	1.2	0.9	وسط غير بلدي
285.5	27.1	104.5	2.4	14.6	15.0	-18.9	1.2	1.0	المستوى الوطني

(1) تعكس نسبة التغطية الموجبة نسبة زيادة معدل الحصص مقارنة بمعدل الحاجيات. في حين تمثل السالبة نسبة نقص معدا الحصص مقارنة بمعدل الحاجيات.

جدول 6.2.1: متوسط حصة الفرد و حاجياته و الفارق النسبي لتغطية الحاجيات لأهم العناصر الغذائية حسب الجهات الجغرافية الكبرى

كلسيوم (CALCIUM)			زلائيّات (PROTEINES)			سعيرات حرارية (CALORIES)			الجهات
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
48.5	484.0	718.9	96.4	37.2	73.1	5.3	2201.0	2317.7	تونس الكبرى
18.6	488.1	578.9	73.7	39.6	68.8	4.7	2228.7	2333.1	الشمال الشرقي
14.1	491.7	561.3	78.0	42.6	75.9	10.4	2236.6	2469.7	الشمال الغربي
14.6	496.7	569.1	95.0	37.6	73.4	6.2	2207.2	2343.3	الوسط الشرقي
0.6	498.8	501.9	68.5	44.3	74.6	4.9	2205.2	2312.6	الوسط الغربي
8.8	497.5	541.3	58.7	40.9	64.9	-3.6	2213.6	2134.0	الجنوب الشرقي
14.0	495.1	564.2	69.1	43.2	73.1	4.5	2214.6	2314.2	الجنوب الغربي
19.5	492.4	588.6	80.8	40.0	72.4	5.2	2213.6	2328.1	المستوى الوطني

متوسط حصة الفرد و حاجياته و الفارق النسبي لتغطية الحاجيات لأهم العناصر الغذائية حسب الجهات الجغرافية الكبرى

فيتامين ب1 (THIAMINE)			فيتامين أ (RETINOL)			حديد (FER)			الجهات
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
44.2	0.9	1.3	51.0	679.2	1025.7	2.3	14.9	15.3	تونس الكبرى
42.1	0.9	1.3	32.5	664.2	879.8	-3.0	14.8	14.3	الشمال الشرقي
72.2	0.9	1.5	29.9	669.9	870.2	-2.6	15.1	14.7	الشمال الغربي
51.3	0.9	1.3	52.0	657.6	999.5	3.3	15.2	15.7	الوسط الشرقي
71.2	0.9	1.5	21.0	654.4	792.1	14.1	15.3	17.4	الوسط الغربي
36.8	0.9	1.2	14.3	662.5	757.3	-11.4	15.6	13.8	الجنوب الشرقي
62.9	0.9	1.4	24.1	671.1	832.6	-9.6	15.5	14.0	الجنوب الغربي
53.4	0.9	1.4	36.8	665.5	910.3	0.8	15.1	15.2	المستوى الوطني

جدول 6.2.1 (تابع): متوسط حصة الفرد و حاجياته و الفارق النسبي لتغطية الحاجيات لأهم العناصر الغذائية حسب الجهات الجغرافية الكبرى

فيتامين ث (ACIDE ASCORBI-) (QUE)			فيتامين ب3 (NIACINE)			فيتامين ب2 (RIBOFLAVINE)			الجهات
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
333.2	27.6	119.4	0.2	14.5	14.6	-7.5	1.2	1.1	تونس الكبرى
292.8	27.1	106.6	-2.3	14.7	14.4	-19.7	1.2	1.0	الشمال الشرقي
279.0	27.5	104.0	7.4	14.8	15.8	-21.0	1.2	1.0	الشمال الغربي
327.0	26.8	114.5	6.4	14.6	15.5	-17.8	1.2	1.0	الوسط الشرقي
225.7	26.8	87.1	9.3	14.6	15.9	-27.0	1.2	0.9	الوسط الغربي
216.2	26.9	85.0	-13.0	14.6	12.7	-29.0	1.2	0.9	الجنوب الشرقي
193.0	27.2	79.6	2.7	14.6	15.0	-22.1	1.2	1.0	الجنوب الغربي
285.5	27.1	104.5	2.4	14.6	15.0	-18.9	1.2	1.0	المستوى الوطني

جدول 6.3.1: متوسط حصة الفرد و حاجياته و الفارق النسبي لتغطية الحاجيات لأهم العناصر الغذائية حسب الصنف المهني والاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة

كلسيوم (CALCIUM)			زلايات (PROTEINES)			سعيرات حرارية (CALORIES)			الصنف المهني والاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
45.4	495.5	720.5	116.6	35.2	76.3	12.8	2157.2	2434.1	الإطارات والمهن الحرة العليا
37.9	494.1	681.5	110.6	35.9	75.6	13.0	2153.4	2433.4	الإطارات والمهن الحرة المتوسطة
26.9	496.2	629.5	88.5	37.1	70.0	0.8	2220.2	2238.2	أعوان آخرون
24.1	496.5	616.3	92.2	37.1	71.4	3.6	2188.3	2267.0	الأعراف في التجارة والصناعة والخدمات
20.4	494.4	595.2	84.2	38.1	70.2	0.1	2248.0	2250.2	المستقلون في التجارة والصناعة والخدمات
9.0	498.7	543.8	68.4	40.4	68.0	-3.1	2279.6	2209.9	العمال غير الفلاحيين
7.9	494.6	533.9	76.8	44.7	79.1	9.3	2281.9	2493.6	الفلاحون
-4.6	499.2	476.4	55.5	46.0	71.5	3.2	2268.1	2339.9	العمال الفلاحيون
-8.4	494.0	452.7	46.1	43.9	64.2	-5.2	2212.1	2096.9	العاطلون عن العمل
38.0	471.7	651.1	89.7	39.8	75.6	14.6	2120.3	2429.8	المتقاعدون
31.8	478.4	630.7	83.5	40.9	75.0	16.3	2102.2	2444.5	غير نشيطين آخرين
10.2	502.4	553.5	85.4	40.5	75.1	12.5	2155.4	2423.8	سند خارج الأسرة
19.5	492.4	588.6	80.8	40.0	72.4	5.2	2213.6	2328.1	المستوى الوطني

جدول 6.3.1 (تابع): متوسط حصة الفرد و حاجياته و الفارق النسبي لتغطية الحاجيات لأهم العناصر الغذائية حسب الصنف المهني والاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة

فيتامين ب1 (THIAMINE)			فيتامين أ (RETINOL)			حديد (FER)			الصنف المهني والاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة
متوسط حصة الفرد في اليوم	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حصة الفرد في اليوم	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حصة الفرد في اليوم	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	
1.3	0.9	52.1	1099.4	657.7	67.2	16.0	15.8	1.5	الإطارات والمهن الحرة العليا
1.4	0.9	57.0	1032.2	654.6	57.7	15.5	15.8	-1.5	الإطارات والمهن الحرة المتوسطة
1.3	0.9	41.1	956.3	645.8	48.1	14.6	15.5	-6.1	أعوان آخرون
1.3	0.9	45.3	938.4	653.1	43.7	14.9	15.0	-0.4	الأعراف في التجارة والصناعة والخدمات
1.3	0.9	43.5	919.5	644.4	42.7	14.8	15.1	-2.1	المستقلون في التجارة والصناعة والخدمات
1.3	0.9	41.3	835.6	643.7	29.8	14.0	15.3	-8.1	العمال غير الفلاحيين
1.6	0.9	78.3	822.8	677.1	21.5	16.9	15.0	12.8	الفلاحون
1.4	0.9	60.1	763.1	652.2	17.0	17.0	15.1	12.5	العمال الفلاحيون
1.3	0.9	45.9	709.0	648.4	9.4	13.6	14.8	-8.2	العاطلون عن العمل
1.4	0.8	60.7	1043.1	720.6	44.8	16.1	14.1	14.6	المتقاعدون
1.4	0.8	67.0	981.7	712.9	37.7	16.2	15.1	7.4	غير نشيطين آخرين
1.5	0.9	68.4	860.1	652.4	31.8	15.9	16.0	-0.7	سند خارج الأسرة
1.4	0.9	53.4	910.3	665.5	36.8	15.2	15.1	0.8	المستوى الوطني

جدول 6.3.1 (تابع): متوسط حصة الفرد و حاجياته و الفارق النسبي لتغطية الحاجيات لأهم العناصر الغذائية حسب الصنف المهني والاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة

فيتامين ث (ACIDE ASCORBIQUE)			فيتامين ب3 (NIACINE)			فيتامين ب2 (RIBOFLAVINE)			الصنف المهني والاجتماعي للعائل الرئيسي للأسرة
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
374.9	26.8	127.4	10.6	14.2	15.8	-1.1	1.2	1.2	الإطارات والمهن الحرة العليا
368.7	26.7	124.9	9.5	14.2	15.6	-5.2	1.2	1.1	الإطارات والمهن الحرة المتوسطة
307.8	26.4	107.8	-3.3	14.7	14.2	-16.9	1.2	1.0	أعوان آخرون
299.7	26.8	107.0	0.9	14.4	14.6	-14.9	1.2	1.0	الأعراف في التجارة والصناعة والخدمات
317.9	26.4	110.4	-2.1	14.8	14.5	-18.3	1.2	1.0	المستقلون في التجارة والصناعة والخدمات
254.3	26.4	93.7	-7.7	15.0	13.9	-28.0	1.3	0.9	العمال غير الفلاحيين
256.8	27.4	97.9	12.8	15.1	17.0	-23.7	1.3	1.0	الفلاحون
231.3	26.5	87.8	-0.3	15.0	14.9	-33.5	1.3	0.8	العمال الفلاحيون
193.4	26.7	78.4	-7.9	14.6	13.4	-35.2	1.2	0.8	العاطلون عن العمل
321.0	28.9	121.9	12.5	14.0	15.7	-6.1	1.2	1.1	المتقاعدون
291.9	28.6	112.2	11.2	13.9	15.4	-9.9	1.2	1.0	غير نشيطين آخرين
259.7	26.7	96.2	10.0	14.2	15.6	-19.8	1.2	1.0	سند خارج الأسرة
285.5	27.1	104.5	2.4	14.6	15.0	-18.9	1.2	1.0	المستوى الوطني



جدول 6.4.1: متوسط حصة الفرد و حاجياته و الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%) لأهم العناصر الغذائية حسب عدد أفراد الأسرة

كلسيوم (CALCIUM)			زلايات (PROTEINES)			سعيرات حرارية (CALORIES)			عدد أفراد الأسرة
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
70.4	461.7	786.9	123.7	39.7	88.9	49.7	1964.9	2941.2	فرد واحد أو فردان
47.7	476.7	704.0	108.3	38.1	79.3	17.6	2175.4	2557.7	3 أو 4 أفراد
13.3	497.6	563.7	76.3	39.4	69.4	-0.4	2243.2	2234.7	5 أو 6 أفراد
-6.2	506.7	475.2	55.1	42.7	66.2	-6.4	2260.3	2115.8	7 أو 8 أفراد
-15.0	507.4	431.4	48.3	45.4	67.3	-6.3	2241.3	2100.5	9 أفراد فما فوق
19.5	492.4	588.6	80.8	40.0	72.4	5.2	2213.6	2328.1	المستوى الوطني

جدول 6.4.1 (تابع): متوسط حصة الفرد و حاجياته و الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%) لأهم العناصر الغذائية حسب عدد أفراد الأسرة

فيتامين ب1 (THIAMINE)			فيتامين أ (RETINOL)			حديد (FER)			عدد أفراد الأسرة
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
110.5	0.8	1.7	71.4	731.6	1254.1	45.9	13.2	19.3	فرد واحد أو فردان
64.9	0.9	1.4	59.7	669.8	1069.5	10.7	15.0	16.6	3 أو 4 أفراد
44.6	0.9	1.3	32.3	655.7	867.7	-3.4	15.1	14.6	5 أو 6 أفراد
44.0	0.9	1.3	13.8	664.0	755.9	-12.2	15.7	13.8	7 أو 8 أفراد
51.6	0.9	1.4	3.1	663.9	684.5	-5.2	15.7	14.9	9 أفراد فما فوق
53.4	0.9	1.4	36.8	665.5	910.3	0.8	15.1	15.2	المستوى الوطني

جدول 6.4.1 (تابع): متوسط حصة الفرد و حاجياته و الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%) لأهم العناصر الغذائية حسب عدد أفراد الأسرة

فيتامين ث (ACIDE ASCORBIC) (QUE)			فيتامين ب3 (NIACINE)			فيتامين ب2 (RIBOFLAVINE)			عدد أفراد الأسرة
الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	الفارق النسبي لتغطية الحاجيات (%)	متوسط حاجيات الفرد في اليوم	متوسط حصة الفرد في اليوم	
414.5	29.5	151.6	44.0	13.0	18.7	19.8	1.1	1.3	فرد واحد أو فردان
335.8	27.9	121.6	13.9	14.4	16.4	-4.4	1.2	1.1	3 أو 4 أفراد
276.5	26.6	100.2	-3.5	14.8	14.3	-23.1	1.2	0.9	5 أو 6 أفراد
222.4	26.6	85.6	-7.9	14.9	13.7	-33.2	1.2	0.8	7 أو 8 أفراد
186.1	26.9	76.9	-4.3	14.8	14.2	-36.4	1.2	0.8	9 أفراد فما فوق
285.5	27.1	104.5	2.4	14.6	15.0	-18.9	1.2	1.0	المستوى الوطني

ملحق عدد 7



مؤشر الكتلة البدنية

Indice de la masse corporelle



جدول 7.1.1: متوسط الوزن والقامة للسكان حسب الفئة العمرية والجنس سنة 2005

مؤشر الكتلة البدنية	متوسط الوزن بالكغ			متوسط القامة بالمتر		
	ذكور	إناث	المجموع	ذكور	إناث	المجموع
4-1 سنوات	17.7	16.1	16.9	0.92	0.90	0.91
9-5 سنوات	26.5	25.4	26.0	1.20	1.19	1.19
14-10 سنة	40.2	41.0	40.6	1.45	1.45	1.45
19-15 سنة	59.8	55.7	57.7	1.67	1.60	1.63
29-20 سنة	68.6	61.4	64.7	1.71	1.61	1.66
39-30 سنة	72.2	66.6	69.0	1.70	1.60	1.65
49-40 سنة	74.0	68.7	71.2	1.70	1.60	1.65
59-50 سنة	73.3	69.3	71.2	1.69	1.59	1.64
60 سنة فما فوق	69.7	64.3	67.0	1.67	1.57	1.62
المجموع	58.8	55.6	57.1	1.57	1.50	1.53
الأشخاص الذين تفوق أعمارهم 20 سنة	71.3	65.6	68.3	1.70	1.60	1.64

جدول 7.2.1: متوسط الوزن حسب الفئة العمرية والجنس والوسط سنة 2005

الوحدة: الكغ

مؤشر الكتلة البدنية	وسط بلدي			وسط غير بلدي		
	ذكور	إناث	المجموع	ذكور	إناث	المجموع
4-1 سنوات	18.5	16.8	17.6	16.5	15.2	15.8
9-5 سنوات	27.9	26.5	27.2	24.4	23.8	24.1
14-10 سنة	41.4	42.1	41.7	38.3	39.0	38.6
19-15 سنة	61.3	56.6	58.8	57.5	54.0	55.8
29-20 سنة	69.4	62.5	65.8	66.7	59.4	62.5
39-30 سنة	73.5	68.2	70.5	69.5	63.8	66.2
49-40 سنة	75.3	70.8	72.9	71.1	64.1	67.4
59-50 سنة	74.6	71.1	72.8	70.2	65.2	67.5
60 سنة فما فوق	71.0	66.5	68.7	67.5	59.9	63.9
المجموع	61.0	57.7	59.3	54.7	51.6	53.1
الأشخاص الذين تفوق أعمارهم 20 سنة	72.5	67.4	69.8	68.8	62.2	65.2

جدول 7.3.1: متوسط القامة حسب الفئة العمرية والجنس والوسط سنة 2005

الوحدة: المتر

مؤشر الكتلة البدنية	وسط بلدي			وسط غير بلدي		
	ذكور	إناث	المجموع	ذكور	إناث	المجموع
4-1 سنوات	0.92	0.90	0.91	0.91	0.89	0.90
9-5 سنوات	1.20	1.20	1.20	1.19	1.17	1.18
14-10 سنة	1.46	1.45	1.46	1.43	1.44	1.43
19-15 سنة	1.67	1.60	1.63	1.66	1.59	1.62
29-20 سنة	1.71	1.62	1.67	1.70	1.60	1.64
39-30 سنة	1.71	1.61	1.65	1.70	1.59	1.64
49-40 سنة	1.70	1.61	1.65	1.69	1.59	1.64
59-50 سنة	1.70	1.60	1.64	1.68	1.58	1.63
60 سنة فما فوق	1.67	1.58	1.62	1.67	1.56	1.62
المجموع	1.58	1.52	1.55	1.54	1.48	1.51
الأشخاص الذين تفوق أعمارهم 20 سنة	1.70	1.61	1.65	1.69	1.59	1.63

جدول 7.4.1: التوزيع النسبي (%) للسكان الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الفئات العمرية و شرائح مؤشر الكتلة البدنية<sup>(1)</sup>

مؤشر الكتلة البدنية	20 - 29 سنة	30 - 39 سنة	40 - 49 سنة	50 - 59 سنة	60 - 69 سنة	المجموع
أقل من 17.0	1.0	0.3	0.3	0.2	0.2	0.5
من 17 إلى أقل من 18.5	2.8	1.3	0.7	0.8	1.1	1.5
من 18,5 إلى أقل من 20	6.3	2.6	2.5	2.2	2.6	3.6
من 20 إلى أقل من 25	62.8	42.7	36.0	34.0	36.2	45.4
من 25 إلى أقل من 30	23.4	42.5	45.8	45.6	44.0	38.1
30 فأكثر	3.6	10.7	14.9	17.2	16.0	10.9
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

(1) يمثل مؤشر الكتلة البدنية (ناتج قسمة الوزن على الطول قوة 2، الوحدة=كغ/م<sup>2</sup>) واحدا من أهم المؤشرات لدراسة الحالة الغذائية للسكان اعتمادا على معطيات الوزن والقامة

ويمكن هذا المؤشر من دراسة حالات النحافة والحالات الطبيعية وحالات السمنة لدى السكان. وتجدر الإشارة إلى أن تطبيق هذا المؤشر لا يخص إلا الفئة السكانية المتروحة أعمارهم بين الـ20 والـ69 سنة. ذلك لأن مؤشر الكتلة البدنية يسجل تقلبات هامة على مستوى فئة الأطفال والمراهقين في مرحلة النمو. كذلك لا ينصح باعتماد مؤشر الكتلة البدنية لدراسة الحالات الغذائية للسكان الذين تتجاوز أعمارهم الـ70 سنة، لأن الشيخوخة تؤثر على العمود الفقري و تتسبب في تغير الكتلة غير الدهنية (masse non grasse)

وباعتماد مؤشر الكتلة البدنية يعتبر وزن الشخص طبيعيا مقارنة بقامته إذا تراوح مؤشر الكتلة البدنية لديه بين 20 و24,9، في حين يعاني الفرد من افراط في الوزن إذا ما تراوح المؤشر لديه بين 25 و29,9، ومن السمنة إذا تجاوز مستوى 30. أما إذا انخفض مؤشر الكتلة البدنية دون الـ20 فإنه يعكس حالات النحافة في الجسم.

جدول 7.4.2: التوزيع النسبي (%) للذكور الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الفئات العمرية و شرائح مؤشر الكتلة البدنية<sup>(1)</sup>

مؤشر الكتلة البدنية	20 - 29 سنة	30 - 39 سنة	40 - 49 سنة	50 - 59 سنة	60 - 69 سنة	المجموع
أقل من 17.0	0.5	0.3	0.1	0.2	--	0.3
من 17 إلى أقل من 18.5	2.0	1.1	0.3	0.7	1.1	1.1
من 18,5 إلى أقل من 20	5.0	2.1	2.0	2.1	3.0	3.0
من 20 إلى أقل من 25	66.4	48.1	41.0	41.8	43.9	50.6
من 25 إلى أقل من 30	23.9	43.7	47.7	47.4	42.7	39.3
30 فأكثر	2.2	4.8	8.9	7.8	9.4	5.8
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 7.4.3: التوزيع النسبي (%) للإناث اللاتي تتراوح أعمارهن بين 20 و 69 سنة حسب الفئات العمرية و شرائح مؤشر الكتلة البدنية<sup>(1)</sup>

مؤشر الكتلة البدنية	20 - 29 سنة	30 - 39 سنة	40 - 49 سنة	50 - 59 سنة	60 - 69 سنة	المجموع
أقل من 17.0	1.5	0.4	0.5	0.2	0.3	0.7
من 17 إلى أقل من 18.5	3.5	1.5	1.0	0.9	1.2	1.9
من 18,5 إلى أقل من 20	7.3	3.0	2.9	2.3	2.3	4.1
من 20 إلى أقل من 25	59.8	38.1	31.3	27.0	29.9	40.9
من 25 إلى أقل من 30	23.0	41.5	43.9	44.0	45.0	37.1
30 فأكثر	4.9	15.6	20.4	25.6	21.3	15.3
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 7.5.1: التوزيع النسبي (%) لسكان الوسط البلدي الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الفئات العمرية وشرائح مؤشر الكتلة البدنية<sup>(1)</sup>

مؤشر الكتلة البدنية	20 - 29 سنة	30 - 39 سنة	40 - 49 سنة	50 - 59 سنة	60 - 69 سنة	المجموع
أقل من 17.0	1.1	0.3	0.2	0.1	0.1	0.5
من 17 إلى أقل من 18.5	2.1	0.9	0.4	0.6	0.8	1.1
من 18,5 إلى أقل من 20	5.7	1.5	1.1	1.6	1.8	2.7
من 20 إلى أقل من 25	62.7	38.5	32.1	28.9	32.9	42.2
من 25 إلى أقل من 30	24.7	47.4	49.4	50.0	46.5	41.5
30 فأكثر	3.7	11.5	16.8	18.8	18.0	12.1
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

جدول 7.5.2: التوزيع النسبي (%) لسكان الوسط غير البلدي الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الفئات العمرية وشرائح مؤشر الكتلة البدنية<sup>(1)</sup>

مؤشر الكتلة البدنية	20 - 29 سنة	30 - 39 سنة	40 - 49 سنة	50 - 59 سنة	60 - 69 سنة	المجموع
أقل من 17.0	0.9	0.4	0.5	0.4	0.4	0.6
من 17 إلى أقل من 18.5	4.2	2.0	1.2	1.2	1.8	2.4
من 18,5 إلى أقل من 20	7.4	4.7	5.3	3.6	4.3	5.5
من 20 إلى أقل من 25	63.0	50.2	44.3	45.3	43.3	51.6
من 25 إلى أقل من 30	21.1	33.5	38.0	35.9	38.5	31.4
30 فأكثر	3.5	9.3	10.7	13.7	11.6	8.6
المجموع	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0



جدول 7.6.1: تطوّر متوسط أوزان السكان الذين تساوي أعمارهم أو تتجاوز 20 سنة  
2005-1975

2005	2000	1995	1985	1980	1975	
71.2	70.5	68.6	66.6	65.0	62.7	ذكور
65.6	64.9	62.8	61.4	58.8	57.1	إناث
68.2	67.7	65.6	63.9	61.7	59.8	المجموع

جدول 7.7.1: تطوّر التوزيع النسبي (%) للسكان الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة  
حسب شرائح مؤشر الكتلة البدنية على المستوى الوطني

2005	2000	1995	1985	1980	مؤشر الكتلة البدنية
0.5	0.4	0.5	0.7	1.0	أقل من 17.0
1.5	1.7	1.9	2.6	3.5	من 17 إلى أقل من 18.5
3.6	4.8	4.9	6.7	9.1	من 18,5 إلى أقل من 20
45.4	46.9	44.1	56.4	58.1	من 20 إلى أقل من 25
38.1	34.0	37.4	26.0	22.4	من 25 إلى أقل من 30
10.9	12.2	11.2	7.6	5.9	30 فأكثر
100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	المجموع

جدول 7.7.2: تطوّر التوزيع النسبي (%) للسكان الذين تتراوح أعمارهم بين 20 و 69 سنة حسب الجنس وشرائح مؤشر الكتلة البدنية

ذكور

2005	2000	1995	1985	1980	مؤشر الكتلة البدنية
0.3	0.4	0.4	0.5	0.9	أقل من 17.0
1.1	1.3	1.5	2.4	3.2	من 17 إلى أقل من 18.5
3.0	4.3	4.7	7.1	9.4	من 18,5 إلى أقل من 20
50.6	52.4	49.3	62.7	65.0	من 20 إلى أقل من 25
39.3	35.2	39.3	23.7	18.7	من 25 إلى أقل من 30
5.8	6.4	4.8	3.6	2.8	30 فأكثر
100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	المجموع

إناث

2005	2000	1995	1985	1980	مؤشر الكتلة البدنية
0.7	0.4	0.7	0.8	1.1	أقل من 17.0
1.9	2.1	2.3	2.8	3.7	من 17 إلى أقل من 18.5
4.1	5.2	5.0	6.3	8.9	من 18,5 إلى أقل من 20
40.9	42.0	39.1	50.8	52.0	من 20 إلى أقل من 25
37.1	33.0	35.5	28.1	25.6	من 25 إلى أقل من 30
15.3	17.3	17.4	11.2	8.7	30 فأكثر
100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	المجموع

# ملحق عدد 8

منهجية المسح الغذائي للأسر



## منهجية المسح الغذائي للأسر

### 1. تمهيد

يمثل المسح الغذائي، محور هذه النشرة، أحد الأقسام الثلاثة للمسح الوطني حول إنفاق الأسر و استهلاكها و مستوى عيشها. ويشمل محور التغذية نصف عينة محور الإنفاق، و هو ما يعادل 6500 أسرة موزعة على كامل ولايات الجمهورية، بمدنها و قراها وأريافها، و ممثلة لمختلف الفئات الاجتماعية و المهنية.

### 2. منهجية المسح الغذائي

يتوخى المسح الغذائي طريقة الاتصال المباشر بالأسر من قبل الأعوان مرتين في اليوم لمدة أسبوع وذلك للقيام بعملية وزن كميات المواد الغذائية المعدة للطبخ والاستهلاك الأسري. وقد وزعت عينة المسح بالتساوي على كامل أشهر سنة العمل الميداني للمسح بحيث تمكن هذه العملية من الأخذ بعين الاعتبار التغيرات الموسمية في استهلاك الأسر. و يوافق أسبوع المسح الغذائي فترة زيارات اليومية السبع من مسح الإنفاق، مما يسمح بالتثبت من مدى توافق المعطيات التي يوفرها كل من محوري الإنفاق و التغذية. ويقوم عون المسح إضافة إلى عملية وزن المواد المستهلكة، بقياس قامة كل فرد من أفراد الأسرة ووزنه. وتمكن هذه المعطيات بالإضافة إلى الخاصيات الديموغرافية والاقتصادية (الجنس، العمر، نوع النشاط الاقتصادي) من تقدير حاجيات الفرد من العناصر الغذائية وذلك استنادا إلى توصيات المنظمين العالميين للصحة والأغذية والزراعة.

### 3. أهداف المسح الغذائي

#### 1.3 دراسة نمط الاستهلاك الغذائي

يهدف هذا المحور إلى دراسة نمط الاستهلاك الغذائي للأسرة التونسية وذلك بتقدير الكميات المستهلكة من المواد الغذائية ميوّبة إلى حبوب ومشتقاتها كالخبز والمقرونة والكسكسي وإلى بقول وخضر وفواكه وثمار ولحوم وأسماك وإلى حليب ومشتقاته وإلى بيض وإلى زيوت و مواد سكرية وإلى شاي وقهوة ومشروبات و مواد غذائية أخرى على المستوى الوطني وحسب الوسط الجغرافي والجهات ومختلف فئات المجتمع.

#### 2.3 نسب الإنتاج الذاتي

يرمي هذا المسح أيضا إلى تقدير نسب الإنتاج الذاتي لكل المواد الغذائية المستهلكة وذلك بتسجيل المصدر مادة بمادة عند عملية الوزن (شراء، إنتاج ذاتي، هدية أو هبة منقولة).

#### 3.3 تركيبة العناصر الغذائية

يهدف هذا المسح كذلك إلى تحليل تركيبة العناصر الغذائية المكوّنة للوجبة من سعيرات حرارية وزلاليات حيوانية ونباتية وأملاح معدنية وفيتامينات وحوامض أمينية أساسية.

#### 4.3 الكشف عن الوضع الغذائي للأسر

يرمي هذا المسح أيضا إلى التعرف على الوضع الغذائي للأسرة ونوعية تغذيتها وذلك بمقارنة حاجيات أفرادها من سعيرات حرارية وزلاليات وأملاح معدنية وفيتامينات مع الكميات المستهلكة من هذه العناصر وذلك بالاعتماد على توصيات المنظمين العالميين للصحة وللأغذية والزراعة من جهة وعلى الخاصيات الديموغرافية والاقتصادية لأفراد الأسرة (الجنس والعمر ونوع النشاط الاقتصادي) من جهة أخرى لتقدير حاجياتهم من هذه العناصر. فمقارنة هذه الحاجيات مع ما توفره الوجبات من عناصر غذائية تمكن من معرفة مدى توازن أو خلل هذه الوجبات وإن اقتضى الحال تقدير النقص المسجل أو الزيادة المفرطة وذلك باحتساب نسبة تغطية الحاجيات.

### 5.3 مرونة الطلب و جداول الموازين

بالإضافة إلى هذه الأهداف الرئيسية، سيمكّن المسح الغذائي من احتساب ضواري مرونة الطلب على المواد الغذائية. وتستهمل هذه الضواري في التنبؤ بالاستهلاك الغذائي في ظلّ معطيات ديموغرافية عن نسبة تطور السكان واحتمالات نسبة نمو الدخل المنتظرة. كما سيمكّن هذا المسح من إعداد جداول الموازين لكافة المواد الغذائية.

#### 4. استمارة المسح الغذائي

سعياً وراء جمع البيانات المطلوبة حول الاستهلاك الغذائي للأسر والخصائص الديموغرافية والاقتصادية لأفرادها، وقع تصميم استمارة التغذية على النحو التالي:

#### 1.4 تركيبة الأسرة

يحتوي هذا الجدول قائمة أفراد الأسرة. وإذا استضافت الأسرة زائراً أو أكثر، تناول وجبة أساسية أو أكثر مع الأسرة، يقع ترسيمهم بهذه القائمة. كما يتضمن هذا الجدول الخصائص الديموغرافية والاقتصادية والإنسانية (القامة والوزن) لجميع أفراد الأسرة المقيمين منهم والزائرين.

#### 2.4 بيانات عن المواظبة على تناول الطعام

إنّ القاعدة الأساسية التي اعتمدت في هذا المسح الغذائي ترتكز على أن تنسب الكمية الموزونة من المواد والعناصر التي تحتويها إلى الأشخاص الذين تناولوا هذه الأطعمة من دون سواهم. ولهذا الغرض أستخدمت هذا الجزء من الاستمارة لتسجيل المشاركين في الوجبات الأساسية وجبة بوجبة ويوما بيوم لمدة أسبوع المسح. وذلك بأن يسجل لكل فرد مشاركته في وجبات اليوم الثالث (فطور الصباح، فطور الزوال والعشاء) بالاعتماد على التصنيف التالي:

- 1- تناول الفرد من هذه الوجبة
- 2- أكل خارج البيت في مطعم
- 3- أكل خارج البيت في استضافة أسرة أخرى
- 4- لم يتناول الفرد من هذه الوجبة و لم يأكل خارج البيت

ومن أجل معالجة معطيات المواظبة، تمّ إسناد ضارب لكلّ وجبة من الوجبات اليومية الثلاث. وحسب العادات الغذائية التونسية، تمّ إختيار الضواري كالتالي: 0.2 لفطور الصباح و 0.4 لكل من فطور الزوال والعشاء. وبذلك تتكون الوجبة اليومية الكاملة من فطور صباح وفطور زوال وعشاء.

#### 3.4 وزن مكونات الوجبات و حصر المواد الغذائية المتناولة بين الوجبات

يهدف هذا الجزء من استمارة المسح الغذائي إلى وزن جميع المواد الغذائية المكوّنة للوجبات الأساسية والأكلات الأخرى وكذلك حصر كل المواد الغذائية الأخرى المستهلكة من طرف جميع أفراد الأسرة. وحتى يكون الحصر شاملاً، تمّ تحديد ثلاثة أنواع من الوجبات وهي: الوجبات الأساسية، الأكلات الخاصة التكميلية والأكلات الخفيفة.

أ- الوجبات الأساسية: تتكوّن الوجبات الأساسية للأسرة عامة من فطور الصباح و فطور الزوال و العشاء. يقوم العون الباحث بتسجيل كل الأكلات التي تتكوّن منها الوجبة و بوزن جميع مكوناتها.

ب- الأكلات الخصوصية و التكميلية: تتمثل في الأكلات الخاصة والإستثنائية التي تعدها الأسرة في بعض الأحيان لإطعام فرد من أفرادها كالمريض أو الرضيع مثلاً. وتتضمن أيضاً الأكلات التكميلية للوجبة الأساسية أو بمناسبة زيارة ضيف.

ج- الأكلات الخفيفة: هي الأكلات التي قد يتناولها أحد أفراد الأسرة في غير أوقات الأكلات الأساسية مثل الحلويات والمشروبات (قهوة، شاي) و الفواكه و المتلّجات و غيرها.

#### 4.4. الأكلات المهداة و المقبولة و الأطعمة الباقية

إنّ الكمّيات من المواد الغذائية التي تم وزنها قد أعدت مبدئيًا لتغذية أفراد الأسرة ولكن يلاحظ في بعض الأحيان أن نسبة من هذه الكمّيات التي تمّ طهيها لم يقع استهلاكها من طرف أفراد الأسرة بل أهدت منها أو استهلكتها الحيوانات الأهلية أو ألقّت بها في سلّة الفواضل المنزليّة. كما يلاحظ أن الأسرة قد تستهلك في بعض الأحيان أكلة تقبلتها كهدية من أسرة أخرى زيادة على الوجبات التي أحضرت داخل المنزل.

وبما أنّ المنهجية المعتمدة ترمي إلى حصر الكمّيات المستهلكة فعليًا من طرف أفراد الأسرة يتعيّن أن لا يؤخذ بعين الاعتبار الكمّيات التي لا يقع استهلاكها (المهداة والفواضل) ومقابل ذلك إضافة الأكلات المقبولة التي استهلكتها الأسرة. وأمام صعوبة حصر هذه الكمّيات، وخاصة أنّها تتعلّق بأطباق مطبوخة، يقع تقديرها، عند استغلال و معالجة بيانات المسح، اعتمادا على عدد الأشخاص الذين تكفيهم هذه الأكلات لوجبة من الوجبات الرئيسية (فطور زوال أو عشاء).

#### 5. استغلال معطيات المسح الغذائي

مكّنت استغلال معطيات محوري الإنفاق و التغذية، من المسح الوطني حول إنفاق الأسر و استهلاكها و مستوى عيشها لسنة 2005، من تقدير متوسط الكمّيات المستهلكة سنويًا للفرد من مختلف المواد الغذائية.

ويتوخى محور الإنفاق طريقة الاتصال المباشر بالأسر مما يمكّن من تسجيل كمّيات مقتنيات من المواد الغذائية في حين يقوم محور التغذية على وزن كمّيات المواد المعدّة للطبخ و الاستهلاك الأسري. و بالتالي يوفّر كل محور على حدة الكمّيات التي استهلكتها الأسر من مختلف المواد الغذائية غير أنّ بعض المواد، و حسب طبيعة استهلاكها، تقدر كمياتها المستهلكة بدقة استنادا إلى معطيات أحد المحورين. من ذلك مثلا أنّ محور الإنفاق يمكّن من ضبط كمّيات المواد المستهلكة بين أوقات الوجبات الأساسية مثل السكر والياغرت والغلال، بما أنّ هذه المواد قد تغفل ربة البيت على ذكرها في محور التغذية الذي يقوم أساسا على وزن المواد المعدّة للطبخ و في أوقات معيّنة من اليوم. كذلك يضبط محور الإنفاق المواد المستهلكة بكمّيات هامة خلال فترات استثنائية من السنة كالأعياد الدينيّة و الأفراح و المناسبات في حين يمكّن محور التغذية من حصر كمّيات الإنتاج الذاتي التي لا تمر عبر القنوات التجاريّة و بالتالي لا يمكن ضبطها في محور الإنفاق. يضمن محور التغذية أيضا تقدير الكمّيات المستهلكة فعليًا، من مختلف المواد الغذائية، ضمن الوجبات الأساسية اليومية.

هذا وتجدر الإشارة أيضا إلى اختلاف منهجيتي محوري الإنفاق و التغذية من ذلك أن محور التغذية لا يشمل إلا نصف عينة الأسر ويدوم المسح الغذائي أسبوعا فقط لكل أسرة أما بالنسبة لمحور الإنفاق، فتختلف فترة معاينة استهلاك الأسر للمواد الغذائية حسب وتيرة اقتنائها وذلك كالاتي: تتمّ معاينة المواد التي يتمّ اقتناؤها بصفة يومية، كالخبز والحليب، و لمدة سبعة أيام. أما بالنسبة للمواد المقتناة بوتيرة أقلّ تكرارا، فتتمّ معاينتها خلال 4 أسابيع، ومن بين هذه المواد اللحوم والمقرونة والأجبان والبيض والقهوة والسكر. ويمكن أن تمتدّ فترة المعاينة إلى 12 شهرا بالنسبة للمواد الغذائية المقتناة بكمّيات هامة بمناسبة العولة والأعياد الدينيّة مثلا أو المناسبات العائليّة. وعلى هذا الأساس فاستنادا إلى المسح الغذائي، تقدر الكمّيات المستهلكة سنويًا على أساس بيانات أسبوع واحد في حين تقدر الكمّيات المستهلكة من المواد الغذائية، بالنسبة لمسح الإنفاق، استنادا إلى بيانات فترات وتيرة تتجاوز الأسبوع، باستثناء بعض المواد اليومية التي تتمّ متابعتها خلال سبعة أيام فقط.

كما تجدر الإشارة إلى أنّ محور التغذية، يعتمد على متوسط الكمّيات المستهلكة من المواد الغذائية حسب المشارك الكامل (rationnaire complet) (أي الشخص الذي تناول فعلا من كل الوجبات التي تمّ وزن مكوناتها) في حين يحسب هذا المتوسط في محور الإنفاق حسب الأفراد دون اعتبار تواجدهم ضمن الأسرة ومشاركتهم في الوجبات، أو عدمه، خلال أسبوع المسح الغذائي.

وتجدر الملاحظة أيضا أنّه وقع الاعتماد على كلّ من محوري الإنفاق و التغذية لتقدير متوسط الكمّيات المستهلكة سنويًا للفرد، عند معالجة معطيات المسح الوطني التي أنجزها المعهد الوطني للإحصاء منذ سنة 1985. في حين اقتصر تقدير الاستهلاك خلال مسح سنة 1980، على معطيات محور التغذية. أما احتساب حصص الفرد من العناصر الغذائية التي تحتويها الوجبات، فإنّه يقوم حصريا على أساس الكمّيات التي توفرها معطيات المسح الغذائي.

ومن جانب آخر يتطلب احتساب الكميات المستهلكة من مجموع المواد، إلى تحويل الكميات من بعض المواد المشتقة لما يوافقها من مواد خام من ذلك مثلا، أنه لاحتساب الكميات المستهلكة من مجموع الحبوب يتعين تحويل كميات المواد المشتقة منها إلى ما يوافقها حب (قمح صلب، قمح لين، شعير، ...) وكذلك الحال بالنسبة لبعض المواد المشتقة الأخرى.

**\*الحبوب:**

فيما يلي، الضوارب المعتمدة لتحويل الكميات المستهلكة من مشتقات الحبوب لما يعادلها حب:

الضوارب	المواد
1.5	المواد المشتقة من القمح الصلب (كسكسي، عجين غذائي، سميد، ...)
1.3	المواد المشتقة من القمح اللين - فارينة
1.0	- خبز سوق
1.6	المواد المشتقة من الشعير

**\*الخضر:**

يقع تحويل الخضر المصبرة إلى ما يوافقها من خضر طازجة باعتماد الضوارب التالية:

الضوارب	المواد
5.6	طماطم معجونة
2.9	هريسة صناعية
8	فلفل أحمر مرحي
7	فلفل أحمر شائح قرون
1.3	خضر أخرى مصبرة

**\*الحليب و مشتقاته:**

يتكوّن هذا القسم من الحليب و المواد المشتقة منه (الياغرت، الجبن، الزبدة، ...) للتمكّن من تقدير الكميات المستهلكة من مجموع مشتقات الحليب، يجب تحويلها إلى ما يعادلها من كميات مستهلكة من الحليب الطازج وقد تمّ اعتماد الضوارب التالية:

الضوارب	المواد
1	ياغرت
6.2	جبن
22	زبدة
28	سمن
2.5	حليب مركز
9	حليب مخفّف

**ملاحظة:** من الخطأ جمع الكميات المستهلكة مع الحليب و الكميات المستهلكة من مشتقاته لاحتساب معدّل استهلاك الحليب ذلك لأنّ الكميات المستهلكة من الحليب تتضمن بطبيعتها الكميات المستهلكة من مشتقات الحليب (ما يوافقها حليب طازج).



## ملحق عدد 9

نموذج من استمارة التغذية





## بيانات تخص الوحدة الغذائية

\_\_\_\_\_

اليوم الشهر السنة

1- تاريخ الشروع في المسح : .....

\* - تركيب الوحدة الغذائية :

2- هل تحضر الأسرة وجبتها الغذائية عادة مع أسر أخرى ؟  
1- نعم  
2- لا (← س 7)

□

إذا كان الجواب "نعم" :

- أذكر :

3- عدد هذه الأسر المشاركة ؟

□

اسم رئيس الأسرة الأولى المشاركة : .....

صلة قرابته برئيس الأسرة الرئيسية : .....

اسم رئيس الأسرة الثانية المشاركة : .....

صلة قرابته برئيس الأسرة الرئيسية : .....

ما هي الوجبات الأساسية التي تحضرها الأسر معا ؟

□

2- لا

1- نعم

4- فطور الصباح

□

2- لا

1- نعم

5- فطور الزوال

□

2- لا

1- نعم

6- العشاء

□

7- هل تشارك الأسرة أسر أخرى عند تناول الوجبات الغذائية ؟  
1- نعم  
2- لا (← س 11)

إذا كان الجواب "نعم" :

- أذكر :

اسم رئيس الأسرة الأولى المشاركة : .....

صلة قرابته برئيس الأسرة الرئيسية : .....

اسم رئيس الأسرة الثانية المشاركة : .....

صلة قرابته برئيس الأسرة الرئيسية : .....

ما هي الوجبات الأساسية التي تتناولها الأسرتان معا ؟

□

2- لا

1- نعم

8- فطور الصباح

□

2- لا

1- نعم

9- فطور الزوال

□

2- لا

1- نعم

10- العشاء

اسم ولقب الباحث : .....

اسم ولقب المراقب : .....

اسم ولقب المشرف : .....

## بيانات تخص الوحدة الغذائية (تابع)

\* - عادات الأسرة في تحضير الطعام :

ما هي الوجبات التي تحضرها الأسرة عادة و في أي ساعة تبدأ عملية الطبخ ؟

11- فطور الصباح 1- نعم 2- لا 12- ساعة الشروع في الطبخ : 13- فطور الزوال 1- نعم 2- لا 14- ساعة الشروع في الطبخ : 15- العشاء 1- نعم 2- لا 16- ساعة الشروع في الطبخ : 

17- هل أن هذه الأسرة أصلية أو معوضة ؟

1- أسرة أصلية 2- أسرة معوضة 

18- هل تم المسح الغذائي خلال كامل الأسبوع ؟

1- نعم 2- لا 

و إذا كان الجواب "لا" :

- اذكر :

19- عدد الأيام التي لم يتم خلالها المسح 

## ملاحظات العون الباحث

## بشأن عمليات الوزن وظروف تعميم الاستمارة

اليوم :  
.....  
.....  
.....اليوم :  
.....  
.....  
.....اليوم :  
.....  
.....  
.....

03 بيانات عن أفراد الأسرة المقيمين و الزائرين

العدد الرتبي	الاسم و اللقب	القربة مع رئيس الأسرة	حالة الإقامة	العمر اذكر السن بالأعوام كاملة	الحالة المدنية	النوع
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
01	.....	.....	.....	.....	.....	.....
02	.....	.....	.....	.....	.....	.....
03	.....	.....	.....	.....	.....	.....
04	.....	.....	.....	.....	.....	.....
05	.....	.....	.....	.....	.....	.....
06	.....	.....	.....	.....	.....	.....
07	.....	.....	.....	.....	.....	.....
08	.....	.....	.....	.....	.....	.....
09	.....	.....	.....	.....	.....	.....
10	.....	.....	.....	.....	.....	.....
11	.....	.....	.....	.....	.....	.....
12	.....	.....	.....	.....	.....	.....
13	.....	.....	.....	.....	.....	.....
14	.....	.....	.....	.....	.....	.....
15	.....	.....	.....	.....	.....	.....
16	.....	.....	.....	.....	.....	.....
17	.....	.....	.....	.....	.....	.....

طول القامة بالصم	الوزن بالهغ	بالنسبة للمشتغل فقط، ما هي المهنة أو الحرفة التي تتعاطاها عادة ؟	ماذا تعمل ؟ 1- مشغل 2- عاطل 3- أبحث عن أول شغل 4- جندي 5- شؤون المنزل 6- تلميذ، طالب 7- متقاعد 8- مسن، عاجز
(11)	(10)	(9)	(8)
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> .....	<input type="checkbox"/> .....

03 المواظبة على تناول وجبات الطعام خلال أسبوع المسح

اليوم الثالث	اليوم الثاني	اليوم الأول	الاسم	العدد الرتبي
العشاء فطور الزوال فطور الصباح	العشاء فطور الزوال فطور الصباح	العشاء فطور الزوال		
(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	01
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	02
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	03
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	04
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	05
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	06
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	07
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	08
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	09
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	10
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	11
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	12
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	13
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	14
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	15
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	16
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	.....	17

كيفية تعميم الجدول :

\*1- تناول من هذه الوجبة 2- أكل في مطعم 3- أكل في استضافة أسرة أخرى 4- لم يتناول من هذه الوجبة و لم يأكل خارج المنزل



اليوم الثامن	اليوم السابع	اليوم السادس	اليوم الخامس	اليوم الرابع
فطور الصباح	العشاء فطور الزوال فطور الصباح	العشاء فطور الزوال فطور الصباح	العشاء فطور الزوال فطور الصباح	العشاء فطور الزوال فطور الصباح
(10)	(9)	(8)	(7)	(6)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

## الزيارة الصباحية لليوم الأول

اليوم : .....

المكونات الغذائية لفظور الزوال : 4

- اذكر (ي) أسماء الأكلات التي ستجهزها لفظور الزوال هذا اليوم : 1- .....
- 2- .....
- 3- .....

اطلب منك أن تقدمي لي جميع المواد الغذائية في حدود الكميات التي ستستعملينها لتحضير هذه الأكلات :

العدد الرتبي	المادة	رمز المادة	حالة المادة	المصدر (*)	الوزنة الأولى (بالغرام)	الوزنة الثانية (بالغرام)	الوزن الصافي بالغرام (6)-(7)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
101							
102							
103							
104							
105							
106							
107							
108							
109							
110							
111							
112							
113							
114							
115							
116							
117							
118							

(\*) 1- شراء يومي 2- شراء مخزون 3- إنتاج ذاتي 4 - هدية أو هبة متقبلة 5- مصدر آخر

## الزيارة الصباحية لليوم الأول (تابع)

المكونات الغذائية لفظور الزوال (تابع)

4

العدد الرتبي	المادة	رمز المادة	حالة المادة	المصدر (* )	الوزنة الأولى (بالغرام)	الوزنة الثانية (بالغرام)	الوزن الصافي بالغرام (6)-(7)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
119							
120							
121							
122							
123							
124							
125							
126							
127							
128							
129							
130							
131							
132							
133							
134							

(\* ) 1- شراء يومي 2- شراء مخزون 3- إنتاج ذاتي 4 - هدية أو هبة متقبلة 5- مصدر آخر

## الزيارة المسائية لليوم الأول

المواظبة على تناول فطور الزوال :

سأذكر لك أسماء أفراد الأسرة و سأطلب منك أن تبيني لي بالنسبة لكل فرد هل تناول من فطور الزوال الذي تم وزنه في الزيارة الأخيرة.  
(سجل الأجوبة في جدول المواظبة على تناول وجبات الطعام بالمنزل).

هل تناول من هذا الفطور فرد (أو أفراد) لا ينتمي للأسرة (زائر) ؟

1- نعم 2- لا (حلق الجواب المناسب)

إذا كان الجواب نعم أضف هذا الفرد إلى قائمة أفراد الأسرة (بيانات عن أفراد الأسرة المقيمين و الزائرين) و كذلك ضمن جدول المواظبة.

## الزيارة المسائية لليوم الأول (تابع)

7 تقدير المكونات الغذائية للأكلات الإضافية و الخصوصية (رضيع، مريض...):

منذ أن غادرتك هذا الصباح، هل قمت بتحضير أكلة إضافية لم يقع وزنها خلال الزيارة الأخيرة؟

\_\_\_\_\_

1- نعم 2- لا (حلق الجواب المناسب)

إذا كان الجواب نعم اذكر اسم الأكلة وقدر مكوناتها بالجدول الموالي :

اسم الأكلة : .....

العدد الرتبي	المادة	رمز المادة	حالة المادة	المصدر (*)	الوزنة الأولى (بالغرام)	الوزنة الثانية (بالغرام)	الوزن الصافي بالغرام (7)-(6)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
121	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
122	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
123	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
124	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
125	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

8 تقدير المواد الغذائية الأخرى المستهلكة بين الزيارتين :

منذ أن غادرتك هذا الصباح، هل استهلكت الأسرة أو أحد أفرادها مواد غذائية أخرى بالمنزل لم يقع وزنها (مثال ذلك ثمار، مرطبات، جبن، معجون غلال، قهوة، شاي، مشروبات...) أو خارج البيت (مثال ذلك قهوة، شاي، لمجة، بيتزا...)?

وعلى العون أن يدون ضمن هذا الجدول الكميات التي تم استهلاكها خارج البيت و المسجلة ضمن جداول الإنفاق (باستثناء الوجبات الرئيسية)

\_\_\_\_\_

1- نعم 2- لا (حلق الجواب المناسب)

إذا كان الجواب نعم اذكر هذه المواد وقدر وزنها بالجدول الموالي :

العدد الرتبي	المادة	رمز المادة	حالة المادة	المصدر (*)	الوزنة الأولى (بالغرام)	الوزنة الثانية (بالغرام)	الوزن الصافي بالغرام (7)-(6)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
121	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
122	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
123	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
124	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
125	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

(\*) 1- شراء يومي 2- شراء مخزون 3- إنتاج ذاتي 4 - هدية أو هبة متقبلة 5- مصدر آخر

## الزيارة المسائية لليوم الأول (تابع)

### 9 الأكلات المهداة و المقبولة و الأطعمة الباقية

1 2

اليوم و الزيارة

- 1- هل أهدت الأسرة أطعمة للغير منذ أن غادرتك هذا الصباح ؟  
 1- نعم 2- لا (حلق الجواب المناسب)  
 إذا كان الجواب نعم اذكر لي لكم من شخص يكفي هذا الطعام الذي أهدته الأسرة
- 2- هل تقبلت الأسرة أطعمة كهدية من الغير منذ أن غادرتك هذا الصباح ؟  
 1- نعم 2- لا (حلق الجواب المناسب)  
 إذا كان الجواب نعم اذكر لي لكم من شخص يكفي هذا الطعام الذي تقبلته الأسرة
- 3- هل بقيت كميات من الأكلات التي تم وزنها و لم تستهلكها الأسرة ونعني بها التي رمي بها في سلة الفواضل أو أعطت إلى الحيوانات الأهلية ؟  
 1- نعم 2- لا (حلق الجواب المناسب)  
 إذا كان الجواب نعم اذكر لي لكم من شخص تكفي هذه الكمية من الطعام وبين اسم الأكلة : .....

### 5 المكونات الغذائية للعشاء :

- اذكري أسماء الأكلات التي ستجهزينها لعشاء هذا اليوم : 1- .....
- 2- .....
- 3- .....
- اطلب منك أن تقدمي لي جميع المواد الغذائية في حدود الكميات التي ستستعملينها لتحضير هذه الأكلات :

العدد الرتبي	المادة	رمز المادة	حالة المادة	المصدر (* )	الوزنة الأولى (بالغرام)	الوزنة الثانية (بالغرام)	الوزن الصافي بالغرام (6)-(7)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
101	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
102	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
103	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
104	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
105	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
106	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
107	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
108	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
109	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

(\* ) 1- شراء يومي 2- شراء مخزون 3- إنتاج ذاتي 4 - هدية أو هبة متقبلة 5- مصدر آخر

الزيارة المسائية لليوم الأول (تابع)

5

المكونات الغذائية للعشاء (تابع)

العدد الرتبي	المادة	رمز المادة	حالة المادة	المصدر (* )	الوزنة الأولى (بالغرام)	الوزنة الثانية (بالغرام)	الوزن الصافي بالغرام (7) - (6)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
110							
111							
112							
113							
114							
115							
116							
117							
118							
119							
120							
121							
122							
123							
124							
125							
126							
127							
128							
129							
130							

(\* ) 1- شراء يومي 2- شراء مخزون 3- إنتاج ذاتي 4 - هدية أو هبة متقبلة 5- مصدر آخر

## الزيارة الصباحية لليوم الثاني

اليوم : .....

### المواظبة على تناول العشاء :

سأذكر لك أسماء أفراد الأسرة و سأطلب منك أن تبيني لي بالنسبة لكل فرد هل تناول من عشاء البارحة الذي تم وزنه في الزيارة الأخيرة. (سجل الأجوبة في جدول المواظبة على تناول وجبات الطعام بالمنزل).

هل تناول من هذا العشاء فرد (أو أفراد) لا ينتمي للأسرة (زائر) ؟

لا

(حلق الجواب المناسب)

2- لا

1- نعم

إذا كان الجواب نعم أضف هذا الفرد إلى قائمة أفراد الأسرة (جدول بيانات عن أفراد الأسرة المقيمين و الزائرين) وكذلك ضمن جدول المواظبة

### تقدير المكونات الغذائية لفطور الصباح :

6

اذكري أسماء الأكلات التي تم تحضيرها لفطور الصباح هذا اليوم : 1- .....

2- .....

3- .....

اطلب منك أن تقدمي لي جميع المواد الغذائية في حدود الكميات التي ستستعملينها لتحضير هذه الأكلات :

العدد الرتبي	المادة	رمز المادة	حالة المادة	المصدر (*)	الوزنة الأولى (بالغرام)	الوزنة الثانية (بالغرام)	الوزن الصافي بالغرام (7)-(6)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
201	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
202	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
203	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
204	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
205	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
206	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
207	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
208	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
209	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
210	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
211	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
212	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
213	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
214	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

5- مصدر آخر

4 - هدية أو هبة متقبلة

3- إنتاج ذاتي

2- شراء مخزون

1- شراء يومي (\*)





ردمد 8265 - 1737

الإعداد والتصميم: المعهد الوطني للإحصاء

70 نهج الشام ص.ب 265 توزيع خاص تونس

الهاتف : 71 891 002 (216) الفاكس : 71 792 559 (216)

الرقم الأخضر المجاني: 80-100-303

البريد الإلكتروني : [INS@mdci.gov.tn](mailto:INS@mdci.gov.tn) الموقع على شبكة الأنترنت : [www.ins.nat.tn](http://www.ins.nat.tn)

الطبعة : . Elif Edition - الهاتف : 71 281 755