

ANEXO 1 - CONSUMO ALIMENTAR

Tabela A1.1 - Consumo de alimentos por grupos - parte I, para o total nacional (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.2 - Consumo de alimentos por grupos - parte II, para o total nacional (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.3 - Consumo de alimentos por grupos - Produtos Lácteos - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.4 - Consumo de alimentos por grupos - Carne, pescado e ovos - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.5 - Consumo de alimentos por grupos - Fruta e produtos hortícolas / Sopa de legumes - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.6 - Consumo de alimentos por grupos - Cereais, derivados e tubérculos - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.7 - Consumo de alimentos por grupos - Óleos e gorduras - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.8 - Consumo de alimentos por grupos - Bolachas, bolos e doces - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.9 - Consumo de alimentos por grupos - Snacks salgados e pizzas - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.10 - Consumo de alimentos por grupos - Refrigerantes e néctares / Café, chá e infusões - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.11 - Consumo de alimentos por grupos - Bebidas alcoólicas / Água - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.12 - Consumo de alimentos por grupos - Substitutos de produtos lácteos / Substitutos de carne - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.13 - Consumo de alimentos por grupos - Produtos Lácteos - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.14 - Consumo de alimentos por grupos - Carne, pescado e ovos - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.15 - Consumo de alimentos por grupos - Fruta e produtos hortícolas / Sopa de legumes - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.16 - Consumo de alimentos por grupos - Cereais, derivados e tubérculos / Óleos e gorduras - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.17 - Consumo de alimentos por grupos - Bolachas, bolos e doces / Snacks salgados e pizzas - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.18 - Consumo de alimentos por grupos - Refrigerantes e néctares / Café, chá e infusões - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.19 - Consumo de alimentos por grupos - Bebidas alcoólicas / Água / Substitutos de produtos lácteos / Substitutos de carne - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.20 - Consumo de alimentos por grupos - Produtos Lácteos / Carne, pescado e ovos / Carne - por NUT (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.21 - Consumo de alimentos por grupos - Pescado/ Fruta e produtos hortícolas / Sopa de legumes - por NUT (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.22 - Consumo de alimentos por grupos - Cereais, derivados e tubérculos / Óleos e gorduras / Bolachas, bolos e doces - por NUT (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.23 - Consumo de alimentos por grupos - Refrigerantes e néctares / Café, chá e infusões / Bebidas alcoólicas - por NUT (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.24 - Consumo de alimentos por grupos - Água / Substitutos de produtos lácteos - por NUT (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Tabela A1.1 - Consumo de alimentos por grupos - parte I, para o total nacional (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

	Média de consumo Nacional						% Dias de consumo	Quantidade média consumida, dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)
Produtos lácteos	296.39	59.17	157.87	261.45	397.55	652.80	89%	326.59	93.48	192.84	294.03	424.75	671.71
Leite	177.02	1.66	54.34	156.50	267.47	441.75	61%	285.79	104.57	191.33	269.32	362.81	523.25
Batidos de leite e leite achocolatado	11.43	0.00	0.00	0.00	1.31	80.79	5%	246.25	166.22	206.60	240.11	279.30	347.05
logurte e leite fermentado	65.52	0.18	9.71	46.45	105.67	191.33	38%	174.35	88.73	131.84	168.27	210.05	281.18
Queijo	17.70	0.86	6.07	13.89	25.01	47.80	41%	42.05	17.03	27.60	38.15	52.11	80.40
Carne, pescado e ovos	237.15	57.31	150.19	225.15	309.98	456.37	96%	246.44	65.41	159.32	234.18	319.51	467.31
Carne (carnes brancas, vermelhas e charcutaria)	158.79	37.37	90.50	143.79	209.82	331.73	82%	192.10	52.01	118.22	177.96	249.50	380.39
Carnes brancas	71.67	21.65	44.28	65.85	92.48	142.00	40%	182.68	51.71	119.20	174.37	235.66	341.96
Carnes vermelhas	70.59	10.24	35.16	61.36	95.37	162.65	47%	146.64	35.39	89.06	135.55	191.35	294.93
Charcutaria	15.10	0.88	5.24	11.62	20.98	41.36	41%	34.13	7.31	19.18	30.18	44.54	73.96
Pescado (peixe, crustáceos, moluscos)	63.84	13.61	31.73	53.75	84.93	148.61	43%	145.48	47.22	89.88	133.05	186.90	286.68
Peixe e derivados	56.71	11.69	27.78	47.23	75.39	134.10	39%	141.70	44.75	87.92	129.98	181.84	278.79
Crustáceos, moluscos e derivados	7.14	0.25	2.24	5.37	9.93	20.27	6%	119.32	30.24	72.39	109.46	154.63	241.21
Ovos	15.85	2.75	7.21	12.65	20.89	39.77	31%	51.45	16.27	30.31	45.16	65.63	107.94
Fruta e produtos hortícolas	417.64	128.55	260.28	386.02	540.52	814.18	100%	417.64	128.55	260.28	386.02	540.52	814.18
Fruta fresca e boiões de fruta	224.35	39.01	116.92	196.81	300.93	504.34	78%	287.94	95.48	177.64	260.07	367.64	575.63
Fruta enlatada e desidratada	0.89	0.00	0.00	0.00	0.20	4.71	2%	52.66	11.23	24.35	40.79	67.20	133.84
Frutos gordos e sementes	2.65	0.00	0.00	0.19	2.25	13.72	9%	26.64	3.33	12.18	21.34	34.99	67.36
Sumos de fruta natural	8.66	0.00	0.00	0.01	1.64	55.16	4%	220.43	65.79	156.83	216.71	279.71	382.69
Produtos hortícolas	164.09	53.69	103.90	151.80	210.81	315.68	100%	164.09	53.69	103.90	151.80	210.81	315.68
Leguminosas	10.31	1.29	3.85	7.45	13.42	29.04	25%	40.87	11.54	21.86	33.86	51.77	93.99
Sopa de legumes	178.32	10.70	70.48	155.62	258.73	428.80	53%	329.96	162.68	243.22	314.14	399.58	550.62
Cereais, derivados e tubérculos	252.36	87.57	173.74	242.02	319.54	450.44	100%	252.36	87.57	173.74	242.02	319.54	450.44
Pão e tostas	87.49	9.48	46.21	80.65	119.27	190.97	81%	102.71	23.82	62.66	95.09	133.69	206.73
Massa, arroz, batata e outros tubérculos	136.30	46.87	86.03	123.82	172.76	268.15	93%	146.35	52.26	94.20	133.78	184.58	282.86
Farinhas, massas para pão e pastelaria	7.48	0.12	1.39	4.22	9.77	25.82	21%	33.79	5.13	15.16	26.88	44.35	85.75
Cereais de pequeno-almoço e infantis	15.25	0.00	0.14	4.80	22.26	61.88	29%	50.26	14.51	28.05	43.08	64.34	110.55

Tabela A1.2 - Consumo de alimentos por grupos - parte II, para o total nacional (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

	Média de consumo Nacional						% Dias de consumo	Quantidade média consumida, dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)
Óleos e gorduras	20.52	5.37	12.06	18.56	26.81	42.33	100%	20.52	5.37	12.06	18.56	26.81	42.33
Azeite	11.63	3.64	6.72	10.03	14.73	25.03	91%	12.80	4.06	7.49	11.11	16.21	27.29
Óleos vegetais	2.09	0.14	0.69	1.50	2.81	6.02	30%	6.73	1.25	3.46	5.68	8.79	15.69
Manteiga	3.32	0.01	0.39	1.78	4.70	11.68	30%	10.45	2.15	5.65	8.98	13.56	23.61
Margarina e minarinas	1.95	0.00	0.02	0.41	2.40	8.78	18%	10.06	2.01	5.42	8.51	12.92	23.19
Bolachas, bolos e doces	65.44	7.69	25.18	48.35	86.04	180.30	80%	80.75	13.95	35.28	62.05	104.63	210.21
Bolachas e biscoitos	12.21	0.20	2.70	8.10	17.20	38.23	36%	34.89	11.33	20.95	30.58	43.91	72.95
Bolos	21.98	0.22	4.55	14.81	32.23	68.00	23%	90.98	27.22	64.93	88.32	114.39	160.17
Doces	25.28	0.31	6.48	16.62	33.29	79.49	60%	41.08	8.00	17.75	30.37	51.55	109.66
Snacks salgados e pizzas	16.55	0.04	1.81	8.50	23.00	59.96	12%	121.26	26.60	73.84	112.34	158.03	245.20
Pizza	7.63	0.00	0.05	1.80	9.26	34.28	3%	232.53	28.89	136.62	219.00	311.87	478.43
Snacks e batatas fritas	1.88	0.00	0.08	0.64	2.33	7.87	4%	40.34	13.96	26.15	36.95	50.67	78.08
Salgados recheados e salgadinhos	7.02	0.00	0.20	2.39	9.32	29.52	6%	117.86	74.32	95.79	114.12	135.85	174.09
Refrigerantes e néctares	106.04	0.02	6.42	51.52	161.40	382.64	33%	289.52	48.47	167.58	267.58	387.19	600.51
Refrigerantes	82.61	0.00	0.97	24.79	122.21	339.26	24%	299.17	52.63	183.55	280.82	393.64	600.17
Néctares e sumos 100%	24.78	0.00	0.16	4.23	27.87	120.48	11%	206.39	51.32	126.89	193.61	271.79	404.37
Café, chá e infusões	79.21	0.00	0.12	33.95	103.86	310.28	56%	113.12	8.12	30.39	68.71	141.99	365.71
Café	57.81	0.00	0.02	24.53	76.66	226.57	54%	81.93	3.20	19.52	49.66	105.13	267.67
Chá e infusões	20.18	0.00	0.00	0.04	7.18	122.45	6%	325.06	56.73	164.43	282.98	440.39	737.00
Bebidas alcoólicas	146.36	0.28	4.10	22.97	99.26	610.69	49%	256.04	1.88	12.85	51.54	190.51	1048.56
Vinho	86.36	0.24	2.62	13.25	57.63	359.88	45%	163.57	1.56	9.16	33.88	121.58	665.70
Cerveja	33.74	0.00	0.00	0.36	18.86	193.80	7%	368.96	0.65	107.56	295.96	535.45	1022.80
Bebidas espirituosas	1.01	0.00	0.00	0.00	0.00	4.06	2%	74.44	7.89	24.47	49.71	95.53	224.12
Vinhos generosos e licores	1.28	0.00	0.00	0.12	1.01	6.33	4%	33.42	6.65	14.89	25.46	42.79	86.75
Água	794.39	94.90	359.10	677.00	1095.88	1904.51	88%	897.05	140.81	447.05	783.28	1215.42	2047.68
Substitutos de produtos lácteos	8.35	0.00	0.00	0.00	0.00	31.74	3%	245.94	90.46	163.64	230.66	311.62	453.98
Substitutos de carne	0.82	0.00	0.00	0.01	0.31	4.17	1%	60.91	7.06	21.26	42.06	78.76	177.86

Tabela A1.3 - Consumo de alimentos por grupos - Produtos Lácteos - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Faixa Etária	Média de consumo Nacional							% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	Média (g/dia)		P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Produtos Lácteos														
Crianças	0-9anos	438.27	159.94	290.43	409.98	554.81	814.58	99%	442.82	166.00	295.28	414.17	559.15	818.68
Adolescentes	10-17 anos	353.32	109.99	221.54	326.89	454.75	686.95	95%	372.54	130.71	241.27	346.48	473.49	705.08
Adultos	18-64 anos	241.19	48.31	130.22	214.44	322.69	525.79	86%	281.18	82.22	168.83	254.96	364.98	569.59
Idosos	65-84 anos	224.18	42.68	119.49	198.32	300.60	495.70	83%	268.81	77.40	160.89	243.07	348.85	546.22
Leite														
Crianças	0-9anos	226.40	3.52	87.36	215.68	336.36	515.45	64%	352.51	153.13	253.15	338.38	436.00	600.06
Adolescentes	10-17 anos	220.31	6.33	101.05	210.59	317.54	484.36	70%	312.27	128.11	218.84	298.85	390.44	544.86
Adultos	18-64 anos	150.44	0.99	39.26	129.78	230.43	387.88	58%	258.71	94.42	173.62	244.04	328.15	473.44
Idosos	65-84 anos	162.67	1.97	55.03	145.65	243.98	397.65	63%	256.79	92.93	171.98	242.50	326.03	467.02
Batidos de leite e leite achocolatado														
Crianças	0-9anos	12.50	0.00	0.00	0.00	2.60	85.53	5%	247.56	167.51	207.68	241.62	280.56	348.70
Adolescentes	10-17 anos	38.56	0.00	0.60	10.01	53.88	168.88	16%	246.99	167.36	207.25	240.44	280.39	348.45
Adultos	18-64 anos	7.73	0.00	0.00	0.00	0.23	51.66	3%	245.94	165.85	206.35	239.76	278.98	346.67
Idosos	65-84 anos	1.80	0.00	0.00	0.00	0.00	1.33	1%	244.55	164.92	205.21	238.45	277.47	344.68
logurte e leite fermentado														
Crianças	0-9anos	88.03	2.97	32.26	80.06	131.20	207.17	54%	164.77	82.18	123.66	158.58	199.20	268.08
Adolescentes	10-17 anos	69.44	0.38	12.03	50.49	111.19	198.76	38%	183.52	96.80	140.49	177.18	219.72	290.67
Adultos	18-64 anos	61.64	0.17	8.00	40.43	99.35	188.67	34%	180.61	94.26	137.82	174.47	216.56	287.97
Idosos	65-84 anos	37.96	0.01	1.54	15.62	58.93	143.67	24%	157.52	78.75	117.89	151.60	190.13	256.46
Queijo														
Crianças	0-9anos	8.70	0.13	1.73	5.53	12.38	27.89	26%	33.14	13.69	21.88	30.04	40.91	63.03
Adolescentes	10-17 anos	16.96	1.60	6.73	13.77	23.45	43.34	43%	39.71	16.79	26.63	36.22	48.83	74.68
Adultos	18-64 anos	21.33	2.51	9.42	17.80	29.22	52.30	48%	44.92	19.25	30.22	41.01	55.24	83.96
Idosos	65-84 anos	19.25	1.55	7.39	15.42	26.93	50.08	40%	48.00	20.79	32.50	43.95	58.93	89.05

Tabela A1.4 - Consumo de alimentos por grupos - Carne, pescado e ovos - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Faixa Etária	Média de consumo Nacional							% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	Média (g/dia)		P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Carne, pescado e ovos														
Crianças	0-9 anos	135.89	23.56	65.65	115.99	186.03	314.93	92%	146.11	28.40	74.72	127.35	198.45	326.89
Adolescentes	10-17 anos	255.63	109.59	177.94	240.40	317.45	452.68	98%	261.35	114.44	183.30	246.34	323.38	459.53
Adultos	18-64 anos	279.00	121.44	196.64	263.73	344.98	489.85	97%	288.24	129.03	205.08	272.86	354.60	500.53
Idosos	65-84 anos	227.81	91.20	155.12	213.63	285.12	414.00	95%	238.67	99.55	164.69	224.62	296.57	427.12
Carne (carnes brancas, vermelhas e charcutaria)														
Crianças	0-9 anos	92.75	19.24	44.65	76.16	123.77	222.57	80%	114.63	27.53	59.69	97.77	151.44	260.52
Adolescentes	10-17 anos	188.64	74.05	125.24	173.85	235.92	352.57	88%	213.40	88.18	145.20	198.55	264.87	389.07
Adultos	18-64 anos	189.16	70.65	123.29	173.69	238.33	359.58	84%	224.36	92.73	152.84	208.43	278.44	409.27
Idosos	65-84 anos	124.58	40.86	75.71	111.78	159.64	251.74	70%	177.81	68.99	117.52	164.02	223.02	334.77
Carnes brancas														
Crianças	0-9 anos	47.34	12.87	26.12	41.08	61.94	102.53	47%	102.47	28.10	56.70	89.00	135.20	221.53
Adolescentes	10-17 anos	83.82	36.57	58.20	78.02	102.91	150.85	43%	197.27	92.30	142.10	186.66	240.86	337.97
Adultos	18-64 anos	83.91	35.48	57.27	77.93	103.90	152.91	39%	216.48	103.25	157.25	205.62	263.87	367.61
Idosos	65-84 anos	53.66	21.17	35.29	49.05	67.11	101.45	31%	172.61	77.57	122.17	162.77	212.07	301.86
Carnes vermelhas														
Crianças	0-9 anos	32.48	4.22	11.81	23.16	43.44	91.64	38%	81.07	17.24	39.50	66.92	108.10	191.74
Adolescentes	10-17 anos	83.90	27.38	50.42	74.47	107.21	172.08	53%	159.54	64.57	106.48	146.97	198.45	296.34
Adultos	18-64 anos	86.41	27.63	51.70	76.56	110.26	178.71	50%	171.26	70.82	115.45	158.10	212.22	316.25
Idosos	65-84 anos	61.37	17.37	34.62	53.22	79.02	133.37	41%	150.22	60.73	99.91	137.95	187.53	280.31
Charcutaria														
Crianças	0-9 anos	5.82	0.22	1.21	3.23	7.61	20.16	29%	18.13	3.71	8.14	14.14	23.85	45.92
Adolescentes	10-17 anos	20.09	4.39	10.26	16.78	26.10	46.73	51%	39.12	14.82	24.59	34.74	48.72	78.33
Adultos	18-64 anos	19.17	3.61	9.22	15.75	25.23	46.35	47%	40.37	15.25	25.45	35.97	50.33	80.31
Idosos	65-84 anos	10.44	1.17	4.08	7.94	14.03	28.04	32%	32.42	12.06	20.26	28.58	40.43	65.68
Pescado (peixe e derivados, crustáceos, moluscos e derivados)														
Crianças	0-9 anos	31.89	8.12	16.92	26.93	41.23	72.79	39%	80.93	31.53	52.32	73.20	100.90	157.25
Adolescentes	10-17 anos	47.85	13.51	27.02	41.63	61.73	103.97	40%	120.18	52.17	82.15	110.73	147.81	220.05
Adultos	18-64 anos	75.44	21.98	43.57	66.28	97.03	159.82	44%	171.17	76.24	118.71	158.79	209.94	307.62
Idosos	65-84 anos	86.27	28.65	52.71	76.77	109.92	175.22	49%	175.39	79.52	122.91	162.97	214.79	312.96
Peixe e derivados														
Crianças	0-9 anos	29.87	7.10	15.27	24.85	38.89	69.58	38%	79.54	28.55	49.56	71.08	100.13	159.30
Adolescentes	10-17 anos	44.90	11.85	24.94	38.62	58.03	98.90	36%	123.47	53.17	84.31	114.04	151.71	226.73
Adultos	18-64 anos	64.22	17.30	35.89	55.74	83.26	139.93	39%	163.05	72.05	112.60	151.29	200.39	293.87
Idosos	65-84 anos	83.54	26.79	50.41	74.37	106.42	170.64	47%	179.44	81.63	125.62	166.62	219.55	320.07
Crustáceos, moluscos e derivados														
Crianças	0-9 anos	1.68	0.05	0.31	0.88	2.15	6.01	2%	63.12	15.85	33.27	53.70	82.84	142.18
Adolescentes	10-17 anos	5.82	0.98	2.53	4.54	7.64	15.09	5%	113.44	47.42	75.87	103.79	140.30	212.55
Adultos	18-64 anos	9.94	2.24	4.97	8.14	12.87	23.73	7%	137.66	58.74	92.98	126.37	169.52	255.05
Idosos	65-84 anos	6.35	0.88	2.59	4.84	8.38	16.98	4%	148.46	64.16	101.00	136.55	182.46	272.86
Ovos														
Crianças	0-9 anos	9.58	1.40	3.91	7.25	12.57	25.78	22%	44.16	13.94	25.89	38.78	56.26	93.01
Adolescentes	10-17 anos	15.91	3.50	7.88	12.99	20.66	38.26	34%	46.57	14.69	27.58	40.87	59.27	97.60
Adultos	18-64 anos	18.28	4.22	9.21	15.03	23.67	43.37	35%	53.26	17.34	31.84	46.99	67.71	110.52
Idosos	65-84 anos	16.86	3.47	8.06	13.61	22.03	41.19	28%	61.14	20.75	37.30	54.40	77.35	124.85

Tabela A1.5 - Consumo de alimentos por grupos - Fruta e produtos hortícolas / Sopa de legumes - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Faixa Etária	Média de consumo Nacional							% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	Média (g/dia)		P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Fruta e produtos hortícolas														
Crianças	0-9 anos	335.88	97.56	204.39	308.06	436.88	668.10	100%	335.88	97.56	204.39	308.06	436.88	668.10
Adolescentes	10-17 anos	350.78	104.95	216.02	322.90	454.95	690.81	100%	350.78	104.95	216.02	322.90	454.95	690.81
Adultos	18-64 anos	443.70	149.13	286.59	414.05	568.27	838.52	100%	443.70	149.13	286.59	414.05	568.27	838.52
Idosos	65-84 anos	512.45	193.78	346.58	483.62	646.88	928.44	100%	512.45	193.78	346.58	483.62	646.88	928.44
Fruta fresca e boões de fruta														
Crianças	0-9 anos	186.48	40.59	103.05	165.60	246.57	405.30	83%	224.65	73.96	138.05	202.67	286.82	451.30
Adolescentes	10-17 anos	166.87	23.30	82.05	144.21	226.84	388.18	69%	242.64	80.90	150.78	220.08	309.93	481.48
Adultos	18-64 anos	235.07	38.62	123.67	208.55	316.59	521.93	75%	311.83	112.30	199.19	284.44	394.97	604.95
Idosos	65-84 anos	296.59	82.42	180.77	270.23	384.14	600.03	87%	340.23	128.18	222.28	312.47	428.05	646.76
Fruta enlatada e desidratada														
Crianças	0-9 anos	0.47	0.00	0.00	0.00	0.01	2.10	1%	57.55	12.49	26.90	44.73	73.38	146.19
Adolescentes	10-17 anos	0.75	0.00	0.00	0.00	0.09	3.72	1%	55.33	12.02	25.75	43.17	70.88	139.25
Adultos	18-64 anos	1.09	0.00	0.00	0.01	0.40	5.83	2%	51.33	10.96	23.73	39.82	65.43	130.53
Idosos	65-84 anos	0.89	0.00	0.00	0.00	0.28	4.83	2%	47.16	10.08	21.86	36.56	60.12	118.89
Frutos gordos e sementes														
Crianças	0-9 anos	0.48	0.00	0.00	0.00	0.03	2.42	3%	14.04	0.88	4.07	9.60	18.77	42.36
Adolescentes	10-17 anos	1.95	0.00	0.00	0.07	1.30	10.57	7%	29.57	7.73	15.28	24.07	37.69	69.45
Adultos	18-64 anos	3.78	0.00	0.05	0.76	4.10	17.54	12%	31.43	8.30	16.34	25.67	39.95	73.85
Idosos	65-84 anos	2.43	0.00	0.01	0.26	2.22	12.21	9%	26.66	6.98	13.66	21.57	33.78	63.63
Sumos de fruta natural														
Crianças	0-9 anos	5.96	0.00	0.00	0.01	1.35	36.23	4%	136.42	31.94	72.54	120.72	185.45	292.54
Adolescentes	10-17 anos	12.70	0.00	0.00	0.05	4.74	80.90	5%	263.05	144.40	204.44	254.44	312.03	411.31
Adultos	18-64 anos	9.90	0.00	0.00	0.01	2.03	64.29	4%	252.96	135.24	194.02	243.87	302.07	401.22
Idosos	65-84 anos	4.89	0.00	0.00	0.00	0.17	29.75	2%	198.51	102.20	149.55	190.59	238.76	322.21
Produtos hortícolas														
Crianças	0-9 anos	142.86	44.56	88.46	131.18	184.45	280.30	100%	142.86	44.56	88.46	131.18	184.45	280.30
Adolescentes	10-17 anos	148.94	47.60	93.21	137.21	191.78	289.59	100%	148.94	47.60	93.21	137.21	191.78	289.59
Adultos	18-64 anos	171.77	58.84	110.86	159.74	219.46	325.13	100%	171.77	58.84	110.86	159.74	219.46	325.13
Idosos	65-84 anos	183.03	65.45	120.32	171.08	232.64	340.86	100%	183.03	65.45	120.32	171.08	232.64	340.86
Leguminosas														
Crianças	0-9 anos	4.98	0.63	1.88	3.58	6.44	14.04	20%	24.46	8.06	14.03	20.69	30.63	53.45
Adolescentes	10-17 anos	8.47	1.42	3.61	6.44	10.84	22.35	25%	34.25	11.59	19.98	29.18	42.81	74.22
Adultos	18-64 anos	12.64	2.19	5.46	9.63	16.28	33.29	26%	48.23	16.00	27.84	40.92	60.18	105.23
Idosos	65-84 anos	11.74	2.03	5.10	9.01	15.16	30.57	26%	45.16	15.07	26.11	38.46	56.42	97.66
Sopa de legumes														
Crianças	0-9 anos	284.89	84.86	189.48	271.44	364.87	528.45	83%	340.47	167.02	250.01	323.74	412.50	570.92
Adolescentes	10-17 anos	152.96	13.08	65.98	134.06	218.65	360.05	50%	308.10	150.44	226.70	292.96	373.81	517.02
Adultos	18-64 anos	133.59	5.86	44.59	108.79	196.16	348.01	41%	325.93	161.45	240.82	310.52	394.58	541.62
Idosos	65-84 anos	195.97	25.98	100.32	178.92	271.93	424.95	57%	346.37	173.12	257.54	330.77	418.48	571.56

Tabela A1.6 - Consumo de alimentos por grupos - Cereais, derivados e tubérculos - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Faixa Etária	Média de consumo Nacional							% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	Média (g/dia)		P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Cereais, derivados e tubérculos														
Crianças	0-9 anos	183.39	44.60	106.20	168.55	243.80	373.15	100%	183.39	44.60	106.20	168.55	243.80	373.15
Adolescentes	10-17 anos	274.17	125.18	198.13	261.65	336.53	465.40	100%	274.17	125.18	198.13	261.65	336.53	465.40
Adultos	18-64 anos	274.53	125.45	198.41	262.03	337.00	466.08	100%	274.53	125.45	198.41	262.03	337.00	466.08
Idosos	65-84 anos	264.65	119.28	190.25	252.26	325.50	452.00	100%	264.65	119.28	190.25	252.26	325.50	452.00
Pão e tostas														
Crianças	0-9 anos	34.17	2.85	11.12	24.00	47.32	98.80	60%	53.25	12.57	25.90	43.45	70.52	126.56
Adolescentes	10-17 anos	83.11	24.41	50.99	75.35	106.73	168.00	80%	103.23	43.67	69.32	94.69	127.43	191.60
Adultos	18-64 anos	104.76	36.55	67.66	95.99	132.28	202.16	88%	118.88	51.40	80.90	109.46	146.35	218.53
Idosos	65-84 anos	114.62	44.18	76.18	105.26	143.04	216.53	93%	123.36	53.33	84.17	113.61	151.73	226.17
Massa, arroz, batata e outros tubérculos														
Crianças	0-9 anos	113.58	33.87	66.38	100.78	146.28	237.47	97%	116.78	35.31	68.65	103.80	150.20	242.26
Adolescentes	10-17 anos	154.63	61.35	102.17	141.62	192.74	291.10	96%	161.11	66.00	107.53	147.91	199.89	300.89
Adultos	18-64 anos	142.76	53.91	92.67	130.19	179.03	273.99	92%	155.65	63.17	103.59	142.74	193.39	291.47
Idosos	65-84 anos	134.39	50.17	86.60	122.04	169.09	261.52	91%	147.87	59.48	98.01	135.00	184.01	280.62
Farinhas, massas para pão e pastelaria														
Crianças	0-9 anos	2.41	0.01	0.21	0.87	2.71	9.91	13%	16.81	2.23	6.06	11.79	21.83	48.17
Adolescentes	10-17 anos	8.56	0.62	2.49	5.56	11.12	26.64	24%	35.14	8.88	17.91	28.56	44.67	83.76
Adultos	18-64 anos	9.74	0.64	2.81	6.32	12.67	30.34	24%	39.81	10.23	20.45	32.50	50.78	93.87
Idosos	65-84 anos	6.16	0.20	1.34	3.54	7.91	20.84	16%	37.87	9.80	19.50	30.96	48.14	89.35
Cereais de pequeno-almoço e infantis														
Crianças	0-9 anos	28.97	0.90	9.30	22.27	40.86	80.07	57%	50.61	15.28	28.82	43.59	64.49	109.87
Adolescentes	10-17 anos	25.98	0.21	5.02	17.75	37.66	80.12	45%	58.38	18.26	33.86	50.60	74.44	124.92
Adultos	18-64 anos	9.91	0.00	0.03	1.46	11.89	46.83	19%	51.38	15.19	28.97	44.18	65.66	112.02
Idosos	65-84 anos	3.82	0.00	0.00	0.07	2.44	21.83	10%	38.02	10.68	20.97	32.33	48.82	84.39

Tabela A1.7 - Consumo de alimentos por grupos - Óleos e gorduras - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Faixa Etária	Média de consumo Nacional							% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	Média (g/dia)		P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Óleos e gorduras														
Crianças	0-9 anos	13.46	2.80	6.82	11.46	17.94	30.95	100%	13.46	2.80	6.82	11.46	17.94	30.95
Adolescentes	10-17 anos	21.43	7.31	13.44	19.48	27.30	42.18	100%	21.43	7.31	13.44	19.48	27.30	42.18
Adultos	18-64 anos	23.14	8.13	14.70	21.13	29.37	44.98	100%	23.14	8.13	14.70	21.13	29.37	44.98
Idosos	65-84 anos	21.49	7.35	13.48	19.54	27.37	42.26	100%	21.49	7.35	13.48	19.54	27.37	42.26
Azeite														
Crianças	0-9 anos	8.53	2.64	4.83	7.27	10.79	18.68	94%	9.04	2.83	5.15	7.73	11.44	19.67
Adolescentes	10-17 anos	11.47	3.97	6.91	9.97	14.40	23.88	91%	12.58	4.49	7.69	11.00	15.75	25.87
Adultos	18-64 anos	12.63	4.35	7.57	11.00	15.86	26.47	90%	14.04	5.04	8.58	12.30	17.53	28.88
Idosos	65-84 anos	13.09	4.50	7.90	11.45	16.40	27.26	90%	14.59	5.25	8.96	12.84	18.20	29.92
Óleos vegetais														
Crianças	0-9 anos	0.88	0.05	0.20	0.50	1.12	3.03	23%	3.49	0.58	1.43	2.61	4.59	9.36
Adolescentes	10-17 anos	2.75	0.55	1.28	2.16	3.54	6.95	37%	7.32	2.36	4.22	6.23	9.26	15.90
Adultos	18-64 anos	2.62	0.44	1.14	2.02	3.40	6.79	33%	7.87	2.56	4.55	6.73	9.89	17.03
Idosos	65-84 anos	1.48	0.16	0.53	1.05	1.94	4.27	20%	7.24	2.33	4.16	6.19	9.12	15.70
Manteiga														
Crianças	0-9 anos	1.29	0.00	0.05	0.39	1.53	5.61	21%	5.68	0.99	2.43	4.41	7.49	14.69
Adolescentes	10-17 anos	3.82	0.06	0.78	2.48	5.43	12.07	35%	11.02	3.83	6.60	9.55	13.73	23.35
Adultos	18-64 anos	4.16	0.06	0.85	2.70	5.89	13.21	35%	12.05	4.20	7.20	10.42	15.03	25.33
Idosos	65-84 anos	2.97	0.01	0.31	1.50	4.14	10.76	25%	11.88	4.16	7.06	10.26	14.84	25.03
Margarina e minarinas														
Crianças	0-9 anos	0.75	0.00	0.00	0.02	0.42	4.27	10%	6.67	0.32	2.65	5.36	9.11	17.89
Adolescentes	10-17 anos	2.06	0.00	0.03	0.52	2.64	8.93	19%	10.93	3.58	6.27	9.24	13.65	23.99
Adultos	18-64 anos	2.31	0.00	0.06	0.72	3.04	9.66	21%	11.09	3.61	6.34	9.39	13.86	24.40
Idosos	65-84 anos	2.49	0.00	0.09	0.89	3.35	10.08	23%	11.06	3.63	6.36	9.38	13.89	24.05

Tabela A1.8 - Consumo de alimentos por grupos - Bolachas, bolos e doces - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Faixa Etária	Média de consumo Nacional							% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	Média (g/dia)		P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Bolachas, bolos e doces														
Crianças	0-9 anos	47.55	3.49	13.56	30.71	62.54	148.40	72%	64.85	7.86	23.26	46.05	85.10	185.43
Adolescentes	10-17 anos	92.21	16.01	41.11	71.84	119.86	236.30	80%	114.77	27.85	57.37	92.33	146.44	277.66
Adultos	18-64 anos	71.98	12.35	31.39	55.30	93.29	187.64	84%	85.87	18.92	40.86	67.69	109.97	213.79
Idosos	65-84 anos	47.22	7.46	19.87	35.70	61.28	125.08	80%	58.71	12.59	27.51	45.88	75.38	146.79
Bolachas e biscoitos														
Crianças	0-9 anos	13.90	1.07	4.90	10.24	18.79	39.06	52%	27.33	7.31	14.35	22.85	35.23	62.43
Adolescentes	10-17 anos	17.94	0.75	5.45	13.42	25.32	50.61	40%	44.68	17.89	28.64	39.75	55.13	87.98
Adultos	18-64 anos	11.36	0.13	2.09	7.13	16.19	36.67	30%	37.47	14.63	23.67	33.15	46.28	74.99
Idosos	65-84 anos	7.83	0.06	1.16	4.61	11.27	25.96	27%	29.29	11.70	18.79	26.08	36.06	57.71
Bolos														
Crianças	0-9 anos	8.69	0.01	0.52	3.13	11.04	36.46	13%	58.33	11.50	30.48	52.30	79.88	125.73
Adolescentes	10-17 anos	29.22	2.18	10.51	22.97	41.23	77.67	28%	103.71	54.75	78.06	98.73	123.93	170.11
Adultos	18-64 anos	27.34	1.58	9.10	20.99	38.90	74.89	27%	101.65	53.36	76.29	96.68	121.51	166.63
Idosos	65-84 anos	17.19	0.37	3.70	11.15	24.64	54.28	18%	94.02	49.08	70.43	89.34	112.35	154.96
Doces														
Crianças	0-9 anos	12.35	0.01	0.64	4.31	14.79	50.98	31%	36.60	5.69	14.03	25.77	46.11	103.00
Adolescentes	10-17 anos	31.02	1.42	9.18	20.87	40.47	94.63	59%	52.35	11.47	23.88	39.65	65.61	135.74
Adultos	18-64 anos	30.06	2.69	10.78	21.22	38.63	86.56	71%	42.28	9.20	19.07	31.70	52.85	110.48
Idosos	65-84 anos	23.61	1.80	8.19	16.52	30.48	68.44	68%	34.50	7.58	15.65	26.08	42.98	89.73

Tabela A1.9 - Consumo de alimentos por grupos - Snacks salgados e pizzas - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Faixa Etária	Média de consumo Nacional							Quantidade média consumida dos que consomem						
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	% Dias de consumo	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Snacks salgados e pizzas														
Crianças	0-9 anos	5.67	0.00	0.20	1.52	6.30	25.54	7%	64.79	12.81	29.32	51.70	87.32	159.71
Adolescentes	10-17 anos	29.09	3.19	11.15	22.19	39.31	78.78	20%	142.77	62.08	97.62	131.32	175.38	262.45
Adultos	18-64 anos	21.12	0.45	4.78	13.54	29.32	67.39	14%	143.32	61.64	97.35	131.87	176.57	263.73
Idosos	65-84 anos	6.24	0.01	0.37	2.25	7.75	25.89	6%	111.80	47.08	75.01	102.54	138.06	207.85
Pizza														
Crianças	0-9 anos	1.64	0.00	0.00	0.03	0.83	8.98	1%	104.14	8.40	33.11	75.57	149.76	292.59
Adolescentes	10-17 anos	15.22	0.56	3.75	9.64	20.54	48.76	6%	272.94	112.74	185.08	252.83	339.02	499.01
Adultos	18-64 anos	10.19	0.01	0.75	4.35	13.35	39.92	3%	283.16	117.30	192.60	262.93	351.89	517.05
Idosos	65-84 anos	1.24	0.00	0.00	0.01	0.47	7.04	1%	216.39	85.09	143.22	199.36	270.70	406.62
Snacks e batatas fritas														
Crianças	0-9 anos	0.97	0.00	0.02	0.21	1.04	4.47	3%	26.78	8.93	15.50	23.11	34.14	56.91
Adolescentes	10-17 anos	3.75	0.15	0.96	2.42	5.06	11.87	8%	47.52	22.23	33.06	43.69	57.51	86.08
Adultos	18-64 anos	2.15	0.00	0.16	0.89	2.75	8.54	5%	45.67	21.08	31.60	41.86	55.45	83.28
Idosos	65-84 anos	0.76	0.00	0.01	0.13	0.75	3.69	2%	36.24	16.79	25.14	33.21	44.10	65.51
Salgados recheados e salgadinhos														
Crianças	0-9 anos	2.82	0.00	0.00	0.14	2.24	15.33	2%	114.08	72.24	92.87	110.46	131.38	168.35
Adolescentes	10-17 anos	10.19	0.11	1.65	5.80	14.29	35.02	9%	115.36	72.71	93.79	111.81	132.91	170.35
Adultos	18-64 anos	8.91	0.02	0.88	4.32	12.34	33.27	8%	118.83	75.08	96.65	115.09	136.88	175.46
Idosos	65-84 anos	3.93	0.00	0.03	0.60	4.02	19.45	3%	122.71	77.47	99.90	118.92	141.57	180.76

Tabela A1.10 - Consumo de alimentos por grupos - Refrigerantes e néctares / Café, chá e infusões - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Faixa Etária	Média de consumo Nacional						% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem						
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Refrigerantes e néctares														
Crianças	0-9 anos	57.35	0.01	1.34	14.64	71.98	261.92	26%	184.44	10.75	61.60	145.45	269.09	490.10
Adolescentes	10-17 anos	209.68	12.80	81.52	178.79	301.39	519.24	55%	382.70	148.84	258.29	357.63	480.04	703.07
Adultos	18-64 anos	123.12	0.31	16.85	77.30	186.93	397.35	36%	326.23	115.80	211.02	301.52	414.53	621.24
Idosos	65-84 anos	33.28	0.00	0.15	4.73	36.95	165.13	13%	244.66	78.00	151.56	223.03	314.29	485.33
Refrigerantes														
Crianças	0-9 anos	32.91	0.00	0.02	2.08	28.62	183.09	15%	169.39	15.73	60.82	131.98	242.89	446.24
Adolescentes	10-17 anos	163.47	2.94	41.83	127.01	245.84	451.73	43%	378.98	165.69	262.80	352.78	466.80	679.25
Adultos	18-64 anos	101.00	0.02	5.63	48.29	154.96	364.69	28%	345.17	144.63	234.87	320.04	427.76	630.30
Idosos	65-84 anos	25.67	0.00	0.00	0.78	19.43	147.60	9%	271.23	110.50	181.21	249.49	338.00	504.07
Néctares e sumos 100%														
Crianças	0-9 anos	18.90	0.00	0.13	2.78	19.03	94.66	11%	159.07	21.60	75.20	139.88	222.45	361.96
Adolescentes	10-17 anos	49.10	0.11	4.48	23.65	69.50	183.78	19%	262.68	105.28	183.18	249.92	328.87	463.58
Adultos	18-64 anos	26.19	0.00	0.28	5.36	30.84	123.47	11%	222.97	78.43	147.45	209.68	284.28	412.73
Idosos	65-84 anos	8.65	0.00	0.00	0.13	4.47	50.53	5%	173.70	54.02	109.49	160.96	224.12	336.16
Café, chá e infusões														
Crianças	0-9 anos	1.45	0.00	0.00	0.00	0.00	5.27	3%	36.68	3.48	10.55	22.12	44.35	118.84
Adolescentes	10-17 anos	17.34	0.00	0.00	0.77	13.87	88.22	20%	85.19	10.42	28.35	55.56	106.24	257.61
Adultos	18-64 anos	120.44	2.50	31.58	75.13	154.30	386.80	79%	150.33	20.20	53.34	101.37	188.44	442.47
Idosos	65-84 anos	99.00	5.28	28.21	62.51	125.29	314.74	84%	118.30	15.12	41.08	78.70	147.87	353.96
Café														
Crianças	0-9 anos	0.68	0.00	0.00	0.00	0.00	1.61	3%	16.04	1.15	3.69	8.36	18.85	55.67
Adolescentes	10-17 anos	10.92	0.00	0.00	0.18	7.46	57.58	18%	58.41	7.99	20.70	38.77	72.60	173.19
Adultos	18-64 anos	88.37	0.96	23.01	55.77	114.14	283.31	77%	113.38	16.77	42.04	77.94	141.91	327.09
Idosos	65-84 anos	72.44	2.62	21.05	46.42	91.35	226.15	82%	88.55	12.77	32.23	60.62	111.00	257.10
Chá e infusões														
Crianças	0-9 anos	0.96	0.00	0.00	0.00	0.00	0.11	0%	202.43	25.90	87.51	164.97	276.70	507.15
Adolescentes	10-17 anos	6.40	0.00	0.00	0.00	0.05	31.75	2%	312.45	66.49	166.12	274.49	417.71	686.53
Adultos	18-64 anos	29.55	0.00	0.01	1.21	21.19	165.05	8%	375.55	92.38	212.57	335.12	495.09	794.90
Idosos	65-84 anos	27.28	0.00	0.01	1.33	20.16	149.83	8%	344.48	79.65	189.43	304.59	457.50	744.21

Tabela A1.11 - Consumo de alimentos por grupos - Bebidas alcoólicas / Água - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Faixa Etária	Média de consumo Nacional							Quantidade média consumida dos que consomem						
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	% Dias de consumo	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Bebidas alcoólicas														
Crianças	0-9 anos	7.21	0.05	0.41	1.55	5.33	28.90	28%	24.16	0.65	2.86	7.87	21.81	93.20
Adolescentes	10-17 anos	23.68	0.37	2.05	6.47	19.59	95.16	43%	53.58	1.55	6.50	17.82	48.87	210.44
Adultos	18-64 anos	194.76	2.61	15.19	49.43	154.96	774.56	56%	338.43	6.87	33.15	98.07	285.33	1321.17
Idosos	65-84 anos	298.35	6.35	31.09	89.74	257.95	1149.26	60%	500.41	13.88	60.56	166.00	449.04	1952.51
Vinho														
Crianças	0-9 anos	5.28	0.05	0.38	1.33	4.23	21.08	27%	19.54	0.65	2.64	6.97	18.19	73.50
Adolescentes	10-17 anos	12.42	0.22	1.18	3.63	10.61	47.05	39%	31.32	1.03	4.26	11.15	28.91	117.35
Adultos	18-64 anos	103.19	1.35	7.96	25.93	81.59	408.68	50%	197.59	4.18	19.86	58.30	169.25	759.24
Idosos	65-84 anos	224.72	5.73	26.00	73.40	200.91	861.38	57%	392.74	13.23	52.92	139.08	366.47	1489.39
Cerveja														
Crianças	0-9 anos	0.51	0.00	0.00	0.00	0.00	0.27	1%	41.20	0.03	0.91	7.30	44.57	197.00
Adolescentes	10-17 anos	8.77	0.00	0.00	0.00	0.64	48.05	3%	289.62	52.61	134.04	233.34	382.14	718.62
Adultos	18-64 anos	55.09	0.00	0.24	7.04	54.26	275.40	10%	526.68	130.73	281.47	450.20	687.45	1179.88
Idosos	65-84 anos	25.33	0.00	0.00	0.85	16.34	139.02	7%	364.50	77.29	181.33	303.09	479.55	863.94
Bebidas espirituosas														
Crianças	0-9 anos	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0%	111.72	17.27	44.62	81.66	143.49	308.04
Adolescentes	10-17 anos	0.32	0.00	0.00	0.00	0.00	0.02	0%	95.47	14.30	37.18	69.16	123.79	263.40
Adultos	18-64 anos	1.58	0.00	0.00	0.00	0.09	7.71	3%	62.87	7.49	21.98	43.16	80.73	184.00
Idosos	65-84 anos	1.00	0.00	0.00	0.00	0.05	4.86	3%	38.02	4.19	12.51	25.51	49.09	113.68
Vinhos generosos e licores														
Crianças	0-9 anos	0.33	0.00	0.00	0.00	0.08	1.76	2%	22.07	4.83	10.43	17.28	28.28	55.60
Adolescentes	10-17 anos	0.88	0.00	0.00	0.09	0.70	4.36	3%	25.04	5.55	11.94	19.80	31.95	62.11
Adultos	18-64 anos	1.70	0.00	0.03	0.34	1.66	7.82	5%	35.90	8.03	17.11	28.27	45.95	89.43
Idosos	65-84 anos	1.52	0.00	0.00	0.11	1.10	7.92	3%	50.56	12.27	25.17	40.87	64.58	121.80
Água														
Crianças	0-9 anos	331.07	33.71	120.58	244.48	446.49	927.45	82%	399.07	56.35	165.69	309.79	535.15	1046.20
Adolescentes	10-17 anos	749.62	171.32	400.12	650.16	986.64	1663.93	88%	855.07	243.48	490.65	753.29	1107.60	1814.55
Adultos	18-64 anos	999.14	257.25	569.95	886.67	1306.89	2121.49	89%	1118.73	353.43	678.53	1003.34	1436.47	2269.46
Idosos	65-84 anos	806.71	195.18	447.58	706.16	1057.67	1750.81	90%	898.26	261.06	523.48	795.60	1156.87	1890.28

Tabela A1.12 - Consumo de alimentos por grupos - Substitutos de produtos lácteos / Substitutos de carne - por grupo etário (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

Faixa Etária	Média de consumo Nacional							Quantidade média consumida dos que consomem						
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	% Dias de consumo	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Substitutos de produtos lácteos														
Crianças	0-9 anos	2.83	0.00	0.00	0.00	0.00	0.02	1%	245.73	90.74	163.84	230.69	311.19	452.39
Adolescentes	10-17 anos	4.85	0.00	0.00	0.00	0.00	1.97	2%	245.70	89.83	163.18	230.32	311.65	454.35
Adultos	18-64 anos	11.13	0.00	0.00	0.00	0.00	73.14	5%	246.05	90.45	163.61	230.77	311.84	454.87
Idosos	65-84 anos	9.61	0.00	0.00	0.00	0.00	50.03	4%	246.07	90.56	163.88	230.41	311.58	453.23
Substitutos de carne														
Crianças	0-9 anos	0.37	0.00	0.00	0.00	0.05	1.78	1%	46.04	5.18	15.63	31.45	59.37	135.48
Adolescentes	10-17 anos	0.67	0.00	0.00	0.01	0.26	3.43	1%	49.56	5.76	17.53	34.43	64.12	143.93
Adultos	18-64 anos	1.09	0.00	0.00	0.05	0.60	5.48	2%	64.39	8.05	23.43	45.39	83.52	184.53
Idosos	65-84 anos	0.63	0.00	0.00	0.00	0.07	2.92	1%	82.73	11.53	31.95	59.56	107.02	232.40

Tabela A1.13 - Consumo de alimentos por grupos - Produtos Lácteos - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

	Sexo	Média de consumo Nacional						% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)
Produtos lácteos	Total	296.39	59.17	157.87	261.45	397.55	652.80	89%	326.59	93.48	192.84	294.03	424.75	671.71
	Homens	301.96	48.90	149.91	261.36	411.06	693.42	89%	333.17	86.15	187.73	295.45	437.66	710.13
	Mulheres	288.91	68.53	161.76	257.01	381.25	618.92	90%	317.46	97.71	193.50	287.54	408.91	639.60
Leite	Total	177.02	1.66	54.34	156.50	267.47	441.75	61%	285.79	104.57	191.33	269.32	362.81	523.25
	Homens	188.94	1.09	53.78	165.94	287.71	477.35	62%	302.29	106.08	199.35	284.56	386.03	558.92
	Mulheres	167.81	2.54	56.01	149.25	251.49	411.37	61%	272.68	103.72	184.58	257.64	344.15	493.30
Batidos de leite e leite achocolatado	Total	11.43	0.00	0.00	0.00	1.31	80.79	5%	246.25	166.22	206.60	240.11	279.30	347.05
	Homens	11.86	0.00	0.00	0.00	2.39	80.20	4%	265.57	169.88	216.97	257.24	304.94	389.82
	Mulheres	10.92	0.00	0.00	0.00	0.53	80.64	5%	232.04	161.23	199.23	228.89	261.43	313.49
logurte e leite fermentado	Total	65.52	0.18	9.71	46.45	105.67	191.33	38%	174.35	88.73	131.84	168.27	210.05	281.18
	Homens	57.49	0.00	2.71	29.24	93.78	197.10	32%	180.61	83.47	129.82	171.31	221.05	309.22
	Mulheres	73.80	1.34	20.28	61.91	115.07	188.00	43%	172.11	97.87	136.28	167.72	203.09	261.38
Queijo	Total	17.70	0.86	6.07	13.89	25.01	47.80	41%	42.05	17.03	27.60	38.15	52.11	80.40
	Homens	20.21	0.60	6.16	15.57	28.97	55.87	42%	45.89	18.73	29.88	41.25	56.73	88.73
	Mulheres	16.49	1.26	6.26	13.04	22.79	43.57	40%	41.01	16.37	26.65	37.01	50.86	79.29

Tabela A1.14 - Consumo de alimentos por grupos - Carne, pescado e ovos - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

	Sexo	Média de consumo Nacional						% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)
Carne, pescado e ovos	Total	237.15	57.31	150.19	225.15	309.98	456.37	96%	246.44	65.41	159.32	234.18	319.51	467.31
	Homens	292.46	53.87	187.25	287.66	388.37	547.28	100%	292.46	53.87	187.25	287.66	388.37	547.28
	Mulheres	200.60	59.59	133.86	192.56	257.82	367.77	95%	210.46	68.34	144.09	202.55	267.73	377.76
Carne (carnes brancas, vermelhas e charcutaria)	Total	158.79	37.37	90.50	143.79	209.82	331.73	82%	192.10	52.01	118.22	177.96	249.50	380.39
	Homens	190.75	38.30	108.13	177.94	256.70	390.34	84%	223.62	56.74	139.41	212.53	293.45	430.31
	Mulheres	128.30	37.16	79.81	118.65	166.29	251.75	80%	159.52	51.15	106.19	150.87	203.32	296.12
Carnes brancas	Total	71.67	21.65	44.28	65.85	92.48	142.00	40%	182.68	51.71	119.20	174.37	235.66	341.96
	Homens	80.66	20.79	48.20	74.14	105.46	162.93	40%	205.38	48.56	131.87	197.96	268.59	387.92
	Mulheres	61.36	22.53	42.17	58.50	77.36	109.82	40%	156.25	53.72	114.49	154.00	195.56	262.79
Carnes vermelhas	Total	70.59	10.24	35.16	61.36	95.37	162.65	47%	146.64	35.39	89.06	135.55	191.35	294.93
	Homens	88.82	10.51	46.01	81.14	121.70	195.51	49%	170.45	38.59	110.03	164.30	222.36	323.12
	Mulheres	54.03	10.25	28.61	47.24	71.76	120.57	44%	120.73	33.37	75.87	111.94	155.83	237.09
Charcutaria	Total	15.10	0.88	5.24	11.62	20.98	41.36	41%	34.13	7.31	19.18	30.18	44.54	73.96
	Homens	18.98	0.71	5.80	14.29	26.62	53.78	45%	38.96	8.26	20.91	33.88	51.02	87.14
	Mulheres	11.90	1.05	5.15	9.88	16.28	29.72	38%	29.64	6.40	18.58	27.39	38.26	59.47
Pescado (peixe e derivados, crustáceos, moluscos e derivados)	Total	63.84	13.61	31.73	53.75	84.93	148.61	43%	145.48	47.22	89.88	133.05	186.90	286.68
	Homens	73.73	15.69	36.50	62.82	98.78	169.41	45%	159.39	46.91	94.05	144.56	207.21	323.69
	Mulheres	53.29	10.34	26.81	45.74	71.49	121.99	41%	127.57	42.91	85.90	120.76	161.43	234.36
Peixe e derivados	Total	56.71	11.69	27.78	47.23	75.39	134.10	39%	141.70	44.75	87.92	129.98	181.84	278.79
	Homens	65.89	14.20	32.24	55.15	87.83	154.21	41%	156.75	46.56	93.11	142.75	203.89	316.48
	Mulheres	48.83	10.11	24.26	40.85	64.88	114.53	38%	127.53	47.74	84.32	118.60	160.71	237.75
Ovos	Total	15.85	2.75	7.21	12.65	20.89	39.77	31%	51.45	16.27	30.31	45.16	65.63	107.94
	Homens	17.23	2.86	7.78	13.78	22.84	43.23	30%	56.48	18.77	34.03	49.93	71.70	116.29
	Mulheres	14.82	2.75	6.85	11.87	19.44	36.88	31%	47.78	14.53	27.59	41.61	61.07	102.03

Tabela A1.15 - Consumo de alimentos por grupos - Fruta e produtos hortícolas / Sopa de legumes - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

	Sexo	Média de consumo Nacional							Quantidade média consumida dos que consomem					
		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	% Dias de consumo	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)
Fruta e produtos hortícolas	Total	417.64	128.55	260.28	386.02	540.52	814.18	100%	417.64	128.55	260.28	386.02	540.52	814.18
	Homens	434.15	125.98	264.54	398.78	565.25	861.95	100%	434.15	125.98	264.54	398.78	565.25	861.95
	Mulheres	401.82	131.19	256.71	373.98	516.61	767.01	100%	401.82	131.19	256.71	373.98	516.61	767.01
Fruta fresca e boiões de fruta	Total	224.35	39.01	116.92	196.81	300.93	504.34	78%	287.94	95.48	177.64	260.07	367.64	575.63
	Homens	236.38	35.74	115.57	203.09	320.02	550.90	76%	310.63	93.33	184.43	277.57	401.00	640.27
	Mulheres	211.31	43.22	118.01	189.55	280.60	452.22	79%	264.33	98.13	171.28	242.49	333.56	505.21
Fruta enlatada e desidratada	Total	0.89	0.00	0.00	0.00	0.20	4.71	2%	52.66	11.23	24.35	40.79	67.20	133.84
	Homens	0.82	0.00	0.00	0.00	0.02	3.13	1%	61.63	5.78	16.52	34.24	71.22	203.67
	Mulheres	0.94	0.00	0.00	0.02	0.47	5.14	2%	48.47	13.94	27.08	41.52	62.00	106.88
Frutos gordos e sementes	Total	2.65	0.00	0.00	0.19	2.25	13.72	9%	26.64	3.33	12.18	21.34	34.99	67.36
	Homens	2.53	0.00	0.00	0.17	2.07	13.18	7%	30.28	2.66	13.99	24.92	40.38	75.27
	Mulheres	2.77	0.00	0.00	0.24	2.49	14.04	10%	24.31	3.42	10.93	19.10	31.61	62.43
Sumos de fruta natural	Total	8.66	0.00	0.00	0.01	1.64	55.16	4%	220.43	65.79	156.83	216.71	279.71	382.69
	Homens	8.72	0.00	0.00	0.00	0.53	53.48	4%	246.06	59.73	149.78	229.45	322.98	488.87
	Mulheres	8.84	0.00	0.00	0.04	3.36	55.23	4%	208.57	78.04	161.36	210.38	257.63	327.59
Produtos hortícolas	Total	164.09	53.69	103.90	151.80	210.81	315.68	100%	164.09	53.69	103.90	151.80	210.81	315.68
	Homens	171.70	54.09	106.79	157.81	221.35	335.88	100%	171.70	54.09	106.79	157.81	221.35	335.88
	Mulheres	159.34	55.05	103.52	148.68	203.52	299.58	100%	159.34	55.05	103.52	148.68	203.52	299.58
Leguminosas	Total	10.31	1.29	3.85	7.45	13.42	29.04	25%	40.87	11.54	21.86	33.86	51.77	93.99
	Homens	12.37	1.54	4.64	8.98	16.17	34.48	25%	48.17	11.31	24.12	39.42	62.06	114.55
	Mulheres	8.41	0.98	3.17	6.17	11.08	23.33	24%	33.78	11.08	19.62	28.98	42.46	72.65
Sopa de legumes	Total	178.32	10.70	70.48	155.62	258.73	428.80	53%	329.96	162.68	243.22	314.14	399.58	550.62
	Homens	182.17	10.04	71.88	161.78	267.03	430.53	52%	354.62	181.11	265.72	339.10	426.76	580.66
	Mulheres	172.20	11.19	70.53	150.82	247.90	410.62	55%	309.75	152.61	227.10	294.05	375.14	520.36

Tabela A1.16 - Consumo de alimentos por grupos - Cereais, derivados e tubérculos / Óleos e gorduras - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

	Sexo	Média de consumo Nacional						% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)
Cereais, derivados e tubérculos	Total	252.36	87.57	173.74	242.02	319.54	450.44	100%	252.36	87.57	173.74	242.02	319.54	450.44
	Homens	294.38	96.27	206.73	286.71	373.06	514.55	100%	294.38	96.27	206.73	286.71	373.06	514.55
	Mulheres	215.38	86.71	156.63	209.16	267.73	363.96	100%	215.38	86.71	156.63	209.16	267.73	363.96
Pão e tostas	Total	87.49	9.48	46.21	80.65	119.27	190.97	81%	102.71	23.82	62.66	95.09	133.69	206.73
	Homens	103.43	9.03	51.46	94.07	142.52	232.95	82%	119.09	23.51	68.92	109.11	157.21	248.48
	Mulheres	74.18	8.42	43.36	70.88	100.11	151.23	81%	88.70	23.39	59.94	84.77	113.32	164.66
Massa, arroz, batata e outros tubérculos	Total	136.30	46.87	86.03	123.82	172.76	268.15	93%	146.35	52.26	94.20	133.78	184.58	282.86
	Homens	160.13	54.33	101.94	146.92	203.80	310.74	94%	170.17	58.64	109.78	156.85	215.93	325.88
	Mulheres	116.85	43.21	76.60	107.70	146.93	221.61	92%	126.65	49.24	85.09	117.46	158.08	235.20
Farinhas, massas para pão e pasteleria	Total	7.48	0.12	1.39	4.22	9.77	25.82	21%	33.79	5.13	15.16	26.88	44.35	85.75
	Homens	8.25	0.15	1.50	4.58	10.71	28.71	20%	37.59	5.63	16.19	29.34	49.49	97.64
	Mulheres	6.81	0.12	1.36	3.99	9.00	23.00	21%	30.40	5.59	14.80	24.77	39.60	73.70
Cereais de pequeno-almoço e infantis	Total	15.25	0.00	0.14	4.80	22.26	61.88	29%	50.26	14.51	28.05	43.08	64.34	110.55
	Homens	15.82	0.00	0.03	3.91	23.60	65.76	29%	52.82	14.97	29.76	45.78	67.99	114.67
	Mulheres	13.63	0.00	0.34	5.29	20.05	52.70	29%	45.53	14.92	26.96	39.76	57.71	95.58
Óleos e gorduras	Total	20.52	5.37	12.06	18.56	26.81	42.33	100%	20.52	5.37	12.06	18.56	26.81	42.33
	Homens	22.85	5.35	12.99	20.49	30.08	48.36	100%	22.85	5.35	12.99	20.49	30.08	48.36
	Mulheres	18.40	5.42	11.46	16.96	23.77	36.22	100%	18.40	5.42	11.46	16.96	23.77	36.22
Azeite	Total	11.63	3.64	6.72	10.03	14.73	25.03	91%	12.80	4.06	7.49	11.11	16.21	27.29
	Homens	13.54	3.87	7.41	11.40	17.25	30.40	91%	14.87	4.33	8.24	12.60	18.91	33.00
	Mulheres	10.79	3.58	6.42	9.41	13.62	22.64	91%	11.91	3.98	7.13	10.43	15.03	24.83
Óleos vegetais	Total	2.09	0.14	0.69	1.50	2.81	6.02	30%	6.73	1.25	3.46	5.68	8.79	15.69
	Homens	2.45	0.10	0.81	1.86	3.41	6.84	31%	7.59	1.04	4.34	6.85	10.00	16.38
	Mulheres	1.76	0.17	0.64	1.27	2.30	4.99	29%	6.01	1.14	2.91	4.85	7.77	14.75
Manteiga	Total	3.32	0.01	0.39	1.78	4.70	11.68	30%	10.45	2.15	5.65	8.98	13.56	23.61
	Homens	3.46	0.01	0.32	1.69	4.82	12.67	29%	11.40	1.91	5.86	9.73	14.99	26.49
	Mulheres	3.11	0.01	0.46	1.86	4.50	10.35	32%	9.40	2.55	5.58	8.31	11.97	19.84
Margarina e minarinas	Total	1.95	0.00	0.02	0.41	2.40	8.78	18%	10.06	2.01	5.42	8.51	12.92	23.19
	Homens	2.07	0.00	0.02	0.42	2.53	9.50	17%	11.29	2.18	6.14	9.71	14.61	25.54
	Mulheres	1.80	0.00	0.02	0.44	2.32	7.89	19%	9.12	3.01	5.28	7.78	11.42	19.71

Tabela A1.17 - Consumo de alimentos por grupos - Bolachas, bolos e doces / Snacks salgados e pizzas - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

	Sexo	Média de consumo Nacional							Quantidade média consumida dos que consomem					
		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	% Dias de consumo	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)
Bolachas, bolos e doces	Total	65.44	7.69	25.18	48.35	86.04	180.30	80%	80.75	13.95	35.28	62.05	104.63	210.21
	Homens	65.38	6.40	23.47	46.72	85.55	187.47	79%	81.40	13.05	33.91	60.86	104.98	218.71
	Mulheres	60.11	8.40	25.43	46.34	79.02	158.01	81%	73.69	13.94	34.53	58.78	95.52	183.58
Bolachas e biscoitos	Total	12.21	0.20	2.70	8.10	17.20	38.23	36%	34.89	11.33	20.95	30.58	43.91	72.95
	Homens	12.37	0.08	2.01	7.25	17.03	42.04	32%	40.49	11.28	22.31	34.21	51.43	90.86
	Mulheres	12.52	0.40	3.53	9.10	17.70	36.40	39%	32.35	11.75	20.32	28.88	40.50	64.63
Bolos	Total	21.98	0.22	4.55	14.81	32.23	68.00	23%	90.98	27.22	64.93	88.32	114.39	160.17
	Homens	22.73	0.11	3.84	14.55	33.56	73.18	22%	95.57	17.89	66.58	93.83	123.08	173.85
	Mulheres	21.00	0.36	5.15	14.99	30.84	62.00	23%	85.65	33.24	64.13	83.74	105.25	142.32
Doces	Total	25.28	0.31	6.48	16.62	33.29	79.49	60%	41.08	8.00	17.75	30.37	51.55	109.66
	Homens	27.12	0.22	7.15	18.40	36.22	83.45	61%	45.42	10.21	21.03	34.60	56.99	116.40
	Mulheres	25.05	0.75	6.91	16.20	32.26	78.72	60%	42.82	8.32	18.10	31.06	53.26	116.11
Snacks salgados e pizzas	Total	16.55	0.04	1.81	8.50	23.00	59.96	12%	121.26	26.60	73.84	112.34	158.03	245.20
	Homens	17.32	0.03	1.45	7.82	23.33	66.24	12%	125.12	19.22	68.77	111.85	166.06	273.61
	Mulheres	16.16	0.03	1.96	8.97	22.95	56.52	13%	116.60	27.72	75.03	110.12	151.08	224.44
Pizza	Total	7.63	0.00	0.05	1.80	9.26	34.28	3%	232.53	28.89	136.62	219.00	311.87	478.43
	Homens	8.65	0.07	0.81	4.92	13.59	28.54	3%	254.94	33.06	139.52	236.59	345.34	544.15
	Mulheres	6.52	0.00	0.00	0.63	6.47	33.19	3%	236.29	99.43	172.43	230.47	293.80	392.87
Snacks e batatas fritas	Total	1.88	0.00	0.08	0.64	2.33	7.87	4%	40.34	13.96	26.15	36.95	50.67	78.08
	Homens	1.76	0.02	0.29	1.00	2.46	6.02	4%	37.29	12.31	27.93	37.00	46.35	62.19
	Mulheres	1.96	0.00	0.02	0.38	2.15	9.14	4%	46.69	18.26	29.57	41.32	57.68	93.34
Salgados recheados e salgadinhos	Total	7.02	0.00	0.20	2.39	9.32	29.52	6%	117.86	74.32	95.79	114.12	135.85	174.09
	Homens	7.07	0.00	0.02	1.10	8.04	34.85	6%	123.30	86.41	105.28	120.81	138.61	168.64
	Mulheres	6.92	0.02	1.10	4.23	9.87	23.01	6%	112.95	62.38	86.06	107.46	133.74	182.27

Tabela A1.18 - Consumo de alimentos por grupos - Refrigerantes e néctares / Café, chá e infusões - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

	Sexo	Média de consumo Nacional							Quantidade média consumida dos que consomem					
		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	% Dias de consumo	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)
Refrigerantes e néctares	Total	106.04	0.02	6.42	51.52	161.40	382.64	33%	289.52	48.47	167.58	267.58	387.19	600.51
	Homens	130.58	0.01	6.95	64.22	205.05	462.59	36%	321.90	55.03	185.48	298.64	431.49	666.37
	Mulheres	84.43	0.05	6.59	42.99	126.57	302.41	31%	254.02	49.84	153.58	236.81	336.17	512.11
Refrigerantes	Total	82.61	0.00	0.97	24.79	122.21	339.26	24%	299.17	52.63	183.55	280.82	393.64	600.17
	Homens	99.49	0.00	1.18	32.58	153.09	394.24	27%	318.60	62.54	195.37	300.02	419.48	632.87
	Mulheres	63.77	0.00	0.79	18.48	92.73	265.68	22%	261.54	42.62	170.01	251.00	342.97	502.82
Néctares e sumos 100%	Total	24.78	0.00	0.16	4.23	27.87	120.48	11%	206.39	51.32	126.89	193.61	271.79	404.37
	Homens	27.89	0.00	0.31	5.79	32.47	131.69	11%	223.84	53.32	134.24	208.81	296.54	445.50
	Mulheres	21.59	0.00	0.07	2.95	23.41	107.85	11%	186.80	49.62	119.04	177.18	243.95	355.01
Café, chá e infusões	Total	79.21	0.00	0.12	33.95	103.86	310.28	56%	113.12	8.12	30.39	68.71	141.99	365.71
	Homens	69.26	0.00	0.04	32.53	94.56	264.89	56%	96.82	9.53	29.54	62.00	122.81	299.47
	Mulheres	89.35	0.00	0.27	35.52	113.14	357.25	56%	129.11	7.56	31.76	74.65	160.12	430.53
Café	Total	57.81	0.00	0.02	24.53	76.66	226.57	54%	81.93	3.20	19.52	49.66	105.13	267.67
	Homens	56.26	0.00	0.01	26.65	77.76	213.51	55%	77.22	4.54	20.13	49.10	100.27	244.50
	Mulheres	57.67	0.00	0.03	22.95	74.97	229.11	54%	86.59	4.38	22.85	52.77	109.07	279.54
Chá e infusões	Total	20.18	0.00	0.00	0.04	7.18	122.45	6%	325.06	56.73	164.43	282.98	440.39	737.00
	Homens	11.96	0.00	0.00	0.00	0.95	77.82	4%	263.46	17.99	150.34	256.39	364.00	535.58
	Mulheres	27.48	0.00	0.00	0.54	18.13	155.96	7%	377.50	85.06	206.46	334.34	501.81	817.57

Tabela A1.19 - Consumo de alimentos por grupos - Bebidas alcoólicas / Água / Substitutos de produtos lácteos / Substitutos de carne - por sexo (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

	Sexo	Média de consumo Nacional						% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)		Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)
Bebidas alcoólicas	Total	146.36	0.28	4.10	22.97	99.26	610.69	49%	256.04	1.88	12.85	51.54	190.51	1048.56
	Homens	187.11	0.33	6.62	59.04	221.62	785.46	57%	258.93	2.57	20.67	100.03	315.32	1028.18
	Mulheres	27.24	0.44	2.72	8.63	25.21	106.88	41%	63.69	2.06	8.68	23.46	62.23	243.21
Vinho	Total	86.36	0.24	2.62	13.25	57.63	359.88	45%	163.57	1.56	9.16	33.88	121.58	665.70
	Homens	128.71	0.30	3.70	26.61	127.64	576.48	52%	191.19	2.22	13.21	55.43	201.86	807.91
	Mulheres	19.32	0.40	2.13	6.33	17.99	75.57	38%	49.41	1.95	7.35	18.87	48.64	185.73
Cerveja	Total	33.74	0.00	0.00	0.36	18.86	193.80	7%	368.96	0.65	107.56	295.96	535.45	1022.80
	Homens	63.65	0.00	0.00	6.03	67.26	318.72	12%	400.87	1.86	132.69	336.90	580.82	1059.77
	Mulheres	5.53	0.00	0.00	0.01	1.06	30.64	2%	174.36	1.56	37.26	125.16	253.98	523.65
Bebidas espirituosas	Total	1.01	0.00	0.00	0.00	0.00	4.06	2%	74.44	7.89	24.47	49.71	95.53	224.12
	Homens	1.47	0.00	0.00	0.00	0.05	7.71	3%	102.65	11.22	30.67	66.08	135.54	315.41
	Mulheres	0.81	0.00	0.00	0.00	0.01	1.57	1%	122.16	0.49	5.56	24.31	92.96	518.44
Vinhos generosos e licores	Total	1.28	0.00	0.00	0.12	1.01	6.33	4%	33.42	6.65	14.89	25.46	42.79	86.75
	Homens	1.78	0.00	0.01	0.26	1.67	8.60	4%	40.95	9.96	20.65	33.31	52.71	97.69
	Mulheres	0.73	0.00	0.00	0.05	0.57	3.87	3%	20.33	5.21	11.79	18.63	26.67	41.63
Água	Total	794.39	94.90	359.10	677.00	1095.88	1904.51	88%	897.05	140.81	447.05	783.28	1215.42	2047.68
	Homens	833.46	86.90	355.31	695.85	1151.28	2060.34	86%	955.98	136.17	456.82	823.14	1299.96	2241.52
	Mulheres	763.87	101.33	371.42	673.38	1051.08	1746.93	89%	848.08	143.00	447.17	761.25	1147.37	1856.40
Substitutos de produtos lácteos	Total	8.35	0.00	0.00	0.00	0.00	31.74	3%	245.94	90.46	163.64	230.66	311.62	453.98
	Homens	6.17	0.00	0.00	0.00	0.00	3.12	3%	253.73	90.81	166.95	237.38	322.54	473.63
	Mulheres	9.71	0.00	0.00	0.00	0.00	58.48	4%	236.41	85.35	157.31	222.57	300.24	434.69
Substitutos de carne	Total	0.82	0.00	0.00	0.01	0.31	4.17	1%	60.91	7.06	21.26	42.06	78.76	177.86
	Homens	0.86	0.00	0.00	0.06	0.71	4.54	1%	71.46	40.12	46.41	67.55	92.50	119.92
	Mulheres	0.78	0.00	0.00	0.00	0.18	3.93	1%	54.24	6.79	20.11	38.95	70.89	153.25

Tabela A1.20 - Consumo de alimentos por grupos - Produtos Lácteos / Carne, pescado e ovos / Carne - por NUT (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

NUT II	Média de consumo Nacional							% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	Média (g/dia)		P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Produtos lácteos	Norte	282.69	54.81	155.14	255.20	381.24	603.65	89%	420.82	165.57	290.45	399.97	528.14	746.71
	Centro	292.19	59.67	157.66	257.26	388.43	644.55	88%	326.41	99.92	197.08	293.79	419.93	665.18
	AM Lisboa	272.61	58.11	150.33	243.26	363.48	585.99	88%	307.28	94.97	188.79	280.12	396.77	610.89
	Alentejo	297.60	65.45	163.76	265.31	395.98	641.17	90%	328.59	94.40	196.43	297.44	426.89	668.55
	Algarve	286.34	57.09	157.88	257.96	384.46	611.29	86%	327.58	102.53	205.47	302.10	422.53	638.04
	RA Madeira	273.19	45.92	125.38	220.77	363.29	681.09	89%	299.85	67.40	152.48	249.51	392.14	704.67
	RA Açores	356.44	101.69	212.55	323.42	465.51	721.88	93%	380.71	120.93	238.21	350.90	490.64	741.29
Carne, pescado e ovos	Norte	260.50	78.89	177.23	252.66	334.25	466.42	100%	260.50	78.89	177.23	252.66	334.25	466.42
	Centro	256.37	85.27	171.62	244.70	327.83	466.32	100%	256.37	85.27	171.62	244.70	327.83	466.32
	AM Lisboa	259.95	78.73	167.91	244.07	334.09	494.56	96%	269.41	93.01	177.47	252.51	342.32	503.39
	Alentejo	255.05	76.02	160.75	237.95	329.94	493.20	96%	264.88	84.53	170.16	247.77	340.04	504.32
	Algarve	275.63	84.97	179.87	260.76	354.35	516.31	95%	288.19	92.65	190.47	273.15	368.99	533.81
	RA Madeira	195.56	67.65	134.48	189.76	248.94	344.11	95%	205.25	77.27	145.45	199.61	257.95	352.33
	RA Açores	240.23	72.65	150.37	224.35	311.28	463.30	94%	254.84	82.90	164.37	239.44	327.07	480.40
Carne (carnes brancas, vermelhas e charcutaria)	Norte	164.92	33.63	96.86	155.14	220.06	331.42	85%	192.08	44.72	122.51	184.36	251.47	365.29
	Centro	165.27	46.22	102.52	153.35	214.74	324.25	84%	195.80	58.79	126.93	184.16	251.75	371.13
	AM Lisboa	166.84	39.31	99.87	155.15	220.20	334.34	81%	201.73	60.09	130.48	190.53	260.16	380.75
	Alentejo	160.10	32.33	91.80	147.19	212.95	332.03	80%	194.29	51.76	121.50	181.67	252.23	378.49
	Algarve	167.98	34.41	94.12	151.30	223.13	357.84	81%	206.03	46.56	125.09	191.11	269.89	414.88
	RA Madeira	129.90	41.53	84.52	122.38	166.82	243.92	80%	163.18	63.34	115.00	156.45	203.98	285.61
	RA Açores	129.90	41.53	84.52	122.38	166.82	243.92	80%	163.18	63.34	115.00	156.45	203.98	285.61

Tabela A1.21 - Consumo de alimentos por grupos - Pescado/ Fruta e produtos hortícolas / Sopa de legumes - por NUT (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

NUT II	Média de consumo Nacional								Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	% Dias de consumo	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Pescado (peixe e derivados, crustáceos, moluscos e derivados)	Norte	64.49	10.77	28.97	53.31	88.09	156.55	42%	149.07	40.73	90.47	139.72	195.25	292.05
	Centro	70.44	20.52	40.84	62.87	91.68	146.25	46%	152.46	53.18	99.55	144.23	194.44	281.39
	AM Lisboa	64.08	15.20	33.48	55.01	85.35	143.32	43%	144.65	59.79	97.25	135.18	181.67	261.82
	Alentejo	63.10	13.81	36.39	57.64	83.22	131.36	45%	136.04	40.46	93.76	131.46	172.68	245.03
	Algarve	80.27	15.00	41.56	69.97	107.34	180.90	47%	166.62	41.17	101.10	154.06	217.53	334.40
	RA Madeira	46.23	8.03	22.13	38.97	62.50	109.36	38%	120.06	43.88	81.48	113.72	151.55	217.82
	RA Açores	54.20	13.95	29.44	49.07	73.21	112.72	39%	133.86	51.19	93.51	132.28	169.21	225.96
Fruta e produtos hortícolas	Norte	431.55	139.56	276.45	403.15	555.70	820.53	100%	431.55	139.56	276.45	403.15	555.70	820.53
	Centro	438.08	142.29	279.34	407.68	563.73	836.92	100%	438.08	142.29	279.34	407.68	563.73	836.92
	AM Lisboa	421.64	134.31	264.98	389.65	543.34	816.57	100%	421.64	134.31	264.98	389.65	543.34	816.57
	Alentejo	450.88	127.25	271.12	412.18	588.64	905.47	100%	450.88	127.25	271.12	412.18	588.64	905.47
	Algarve	451.49	150.26	289.40	419.86	579.13	859.57	100%	451.49	150.26	289.40	419.86	579.13	859.57
	RA Madeira	369.48	112.65	230.01	341.56	478.51	720.61	100%	369.48	112.65	230.01	341.56	478.51	720.61
	RA Açores	341.48	82.48	191.98	305.62	451.81	720.70	100%	341.48	82.48	191.98	305.62	451.81	720.70
Sopa de legumes	Norte	194.90	12.74	87.50	180.39	280.70	435.64	60%	324.06	154.80	238.90	310.89	394.85	537.64
	Centro	196.22	27.52	100.40	179.29	270.80	425.80	59%	333.97	168.04	246.83	317.28	402.67	556.86
	AM Lisboa	150.75	11.30	60.14	129.61	219.30	362.72	48%	314.41	165.05	239.17	302.44	376.62	504.65
	Alentejo	192.70	19.15	93.01	180.77	274.12	413.79	57%	341.60	193.20	266.84	329.66	403.15	530.68
	Algarve	136.37	2.96	37.52	109.81	209.91	359.51	43%	314.41	168.80	241.03	302.61	375.16	500.32
	RA Madeira	146.07	5.41	47.63	121.58	217.49	372.62	45%	325.83	165.35	240.95	309.04	392.27	543.78
	RA Açores	208.16	30.64	106.10	188.05	285.84	456.86	58%	357.24	185.21	265.45	338.37	427.70	594.13

Tabela A1.22 - Consumo de alimentos por grupos - Cereais, derivados e tubérculos / Óleos e gorduras / Bolachas, bolos e doces - por NUT (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

NUT II	Média de consumo Nacional							% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	Média (g/dia)		P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Cereais, derivados e tubérculos	Norte	274.02	107.48	189.28	260.42	343.76	486.31	100%	274.02	107.48	189.28	260.42	343.76	486.31
	Centro	268.78	123.06	194.58	256.47	329.47	456.41	100%	268.78	123.06	194.58	256.47	329.47	456.41
	AM Lisboa	249.18	109.10	178.09	237.79	307.79	427.66	100%	249.18	109.10	178.09	237.79	307.79	427.66
	Alentejo	274.30	113.93	193.33	261.44	341.14	477.93	100%	274.30	113.93	193.33	261.44	341.14	477.93
	Algarve	259.79	124.20	192.93	250.69	316.67	426.29	100%	259.79	124.20	192.93	250.69	316.67	426.29
	RA Madeira	239.26	111.77	175.70	229.64	292.24	399.36	100%	239.26	111.77	175.70	229.64	292.24	399.36
	RA Açores	256.73	106.16	179.50	243.72	319.64	451.59	100%	256.73	106.16	179.50	243.72	319.64	451.59
Óleos e gorduras	Norte	21.31	6.71	13.03	19.28	27.37	42.84	100%	21.31	6.71	13.03	19.28	27.37	42.84
	Centro	20.87	7.12	13.07	18.96	26.58	41.14	100%	20.87	7.12	13.07	18.96	26.58	41.14
	AM Lisboa	23.80	8.31	15.37	21.99	30.24	45.47	100%	23.80	8.31	15.37	21.99	30.24	45.47
	Alentejo	22.17	7.50	14.22	20.49	28.27	42.55	100%	22.17	7.50	14.22	20.49	28.27	42.55
	Algarve	21.89	7.20	13.95	20.27	28.03	41.97	100%	21.89	7.20	13.95	20.27	28.03	41.97
	RA Madeira	14.35	5.46	9.26	13.00	17.96	27.79	91%	15.72	6.20	10.29	14.31	19.59	29.99
	RA Açores	19.78	5.94	11.38	17.20	25.29	42.36	94%	20.89	6.39	12.14	18.25	26.67	44.34
Bolachas, bolos e doces	Norte	57.42	6.61	24.33	45.28	76.59	149.34	81%	69.74	14.11	33.81	56.52	90.63	169.90
	Centro	62.82	11.48	28.82	49.61	81.51	158.39	83%	76.16	18.56	38.31	61.77	97.40	160.75
	AM Lisboa	73.57	10.23	31.04	57.03	97.29	192.74	83%	88.45	15.71	40.71	70.63	115.84	221.19
	Alentejo	63.07	11.35	28.86	49.99	82.42	159.21	79%	79.28	19.60	40.41	64.97	101.97	187.07
	Algarve	59.40	5.66	21.58	42.88	77.94	168.08	75%	78.71	12.69	34.11	60.05	101.63	207.30
	RA Madeira	59.69	9.57	25.63	46.08	78.29	155.82	80%	74.31	15.97	35.53	59.37	96.17	183.19
	RA Açores	60.19	11.89	28.86	48.46	77.95	148.10	79%	75.50	18.35	39.12	62.22	96.83	176.89

Tabela A1.23 - Consumo de alimentos por grupos - Refrigerantes e néctares / Café, chá e infusões / Bebidas alcoólicas - por NUT (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

NUT II	Média de consumo Nacional							% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	Média (g/dia)		P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Refrigerantes e néctares	Norte	90.73	0.00	2.57	35.14	135.24	37.21	28%	294.89	80.95	176.60	268.82	384.71	65.08
	Centro	89.36	0.02	5.43	43.24	137.01	44.72	30%	268.62	57.30	168.91	253.49	352.46	77.12
	AM Lisboa	132.11	0.08	14.82	79.60	202.99	435.89	37%	335.86	96.07	208.87	310.46	434.37	661.96
	Alentejo	114.49	0.05	9.01	61.02	175.16	398.52	33%	316.67	102.35	200.30	291.17	404.78	618.22
	Algarve	113.02	0.05	9.28	61.56	177.01	386.89	33%	313.40	97.27	204.26	297.96	404.85	580.93
	RA Madeira	108.35	0.12	13.98	69.33	167.76	345.08	38%	276.16	101.80	183.18	257.68	348.72	512.88
	RA Açores	143.26	0.49	21.38	91.77	220.12	453.10	42%	313.64	85.88	186.49	287.61	412.45	630.54
Café, chá e infusões	Norte	88.08	0.00	1.34	51.37	127.12	37.21	62%	115.97	10.28	38.18	81.24	154.07	65.08
	Centro	83.90	0.00	1.11	39.98	109.55	44.72	60%	111.77	0.68	26.58	67.78	142.72	77.12
	AM Lisboa	83.07	0.00	0.40	44.13	117.64	303.40	56%	147.72	24.97	61.34	109.45	189.64	398.51
	Alentejo	92.37	0.00	2.52	41.58	113.72	353.33	59%	124.57	6.40	29.13	69.96	150.53	418.72
	Algarve	86.89	0.00	0.70	36.17	111.78	343.19	56%	125.11	0.25	26.38	74.22	161.81	421.46
	RA Madeira	79.32	0.00	1.56	33.36	94.90	309.43	58%	150.17	16.23	43.91	88.23	176.52	480.71
	RA Açores	129.47	0.00	0.55	45.49	154.85	535.90	55%	226.82	18.33	60.98	132.92	276.65	744.88
Bebidas alcoólicas	Norte	164.85	0.53	4.94	25.83	115.84	703.13	56%	244.85	2.19	12.61	49.37	186.51	1022.02
	Centro	202.23	0.37	5.87	29.60	123.15	800.54	55%	325.04	1.43	13.59	56.65	213.95	1284.48
	AM Lisboa	123.66	0.30	5.97	27.83	99.65	506.63	54%	204.31	1.98	15.64	56.00	176.81	814.34
	Alentejo	190.86	0.20	5.07	29.18	123.20	770.10	50%	336.06	1.47	14.54	63.70	238.86	1353.06
	Algarve	127.59	0.53	6.38	30.30	111.86	539.56	50%	216.33	3.39	19.35	65.33	203.61	884.12
	RA Madeira	67.77	0.31	4.17	18.56	62.16	281.52	36%	170.48	2.09	16.09	56.70	167.98	682.43
	RA Açores	128.84	0.37	4.91	25.76	99.78	535.45	44%	251.36	2.31	15.85	61.48	210.17	1022.78

Tabela A1.24 - Consumo de alimentos por grupos - Água / Substitutos de produtos lácteos - por NUT (IAN-AF 2015-2016), ponderado para a distribuição da população Portuguesa

NUT II	Média de consumo Nacional							% Dias de consumo	Quantidade média consumida dos que consomem					
	Média (g/dia)	P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	Média (g/dia)		P5 (g/dia)	P25 (g/dia)	P50 (g/dia)	P75 (g/dia)	P95 (g/dia)	
Água	Norte	732.51	83.28	321.94	608.76	1004.18	539.04	85%	854.74	156.32	432.72	733.81	1141.77	817.17
	Centro	806.18	143.48	412.63	702.86	1084.45	1821.66	91%	885.38	169.85	468.88	781.90	1184.48	1955.81
	AM Lisboa	934.13	173.77	490.92	825.86	1258.55	2062.34	93%	1002.93	206.38	548.28	896.20	1340.33	2158.49
	Alentejo	956.09	134.37	481.44	843.95	1300.98	2166.55	91%	1042.58	180.19	557.92	930.65	1399.53	2285.85
	Algarve	1116.46	195.23	658.41	1056.37	1498.35	2243.71	94%	1169.35	236.48	711.10	1108.94	1552.54	2304.90
	RA Madeira	666.18	116.84	329.04	572.08	896.55	1539.94	84%	779.59	195.80	431.08	684.87	1021.92	1687.80
	RA Açores	600.78	53.07	246.46	493.60	833.09	1519.07	77%	764.89	171.94	401.56	659.91	1009.64	1717.98
Substitutos de produtos lácteos	Norte	5.31	0.00	0.00	0.00	0.00	539.04	2%	271.86	69.81	167.25	255.25	358.26	817.17
	Centro	7.21	0.00	0.00	0.00	0.00	32.70	3%	237.22	140.17	193.15	234.26	277.99	344.62
	AM Lisboa	10.21	0.00	0.00	0.00	0.00	70.97	5%	221.96	98.58	161.06	213.39	273.84	373.45
	Alentejo	9.21	0.00	0.00	0.00	0.00	39.25	3%	267.99	161.01	214.84	260.01	312.43	402.30
	Algarve	17.75	0.00	0.00	0.00	0.76	128.60	7%	260.71	82.49	162.86	239.81	336.30	509.54
	RA Madeira	4.03	0.00	0.00	0.00	0.00	16.56	2%	165.28	133.00	151.50	164.94	178.70	198.71
	RA Açores	4.18	0.00	0.00	0.00	0.00	0.70	2%	265.24	82.20	155.54	233.02	339.03	558.57