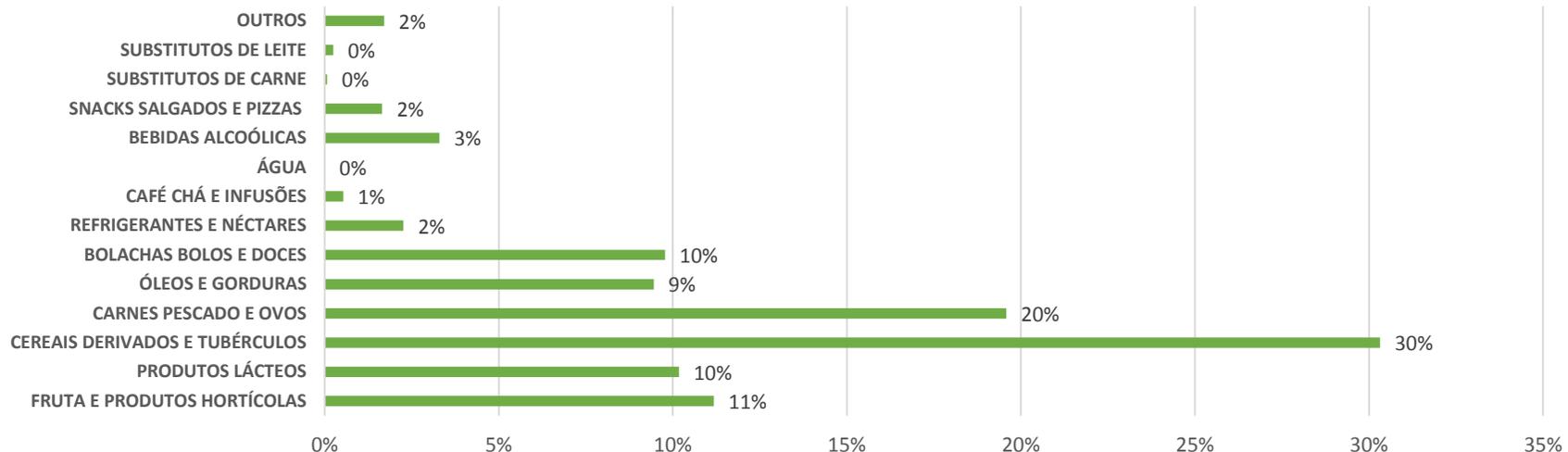
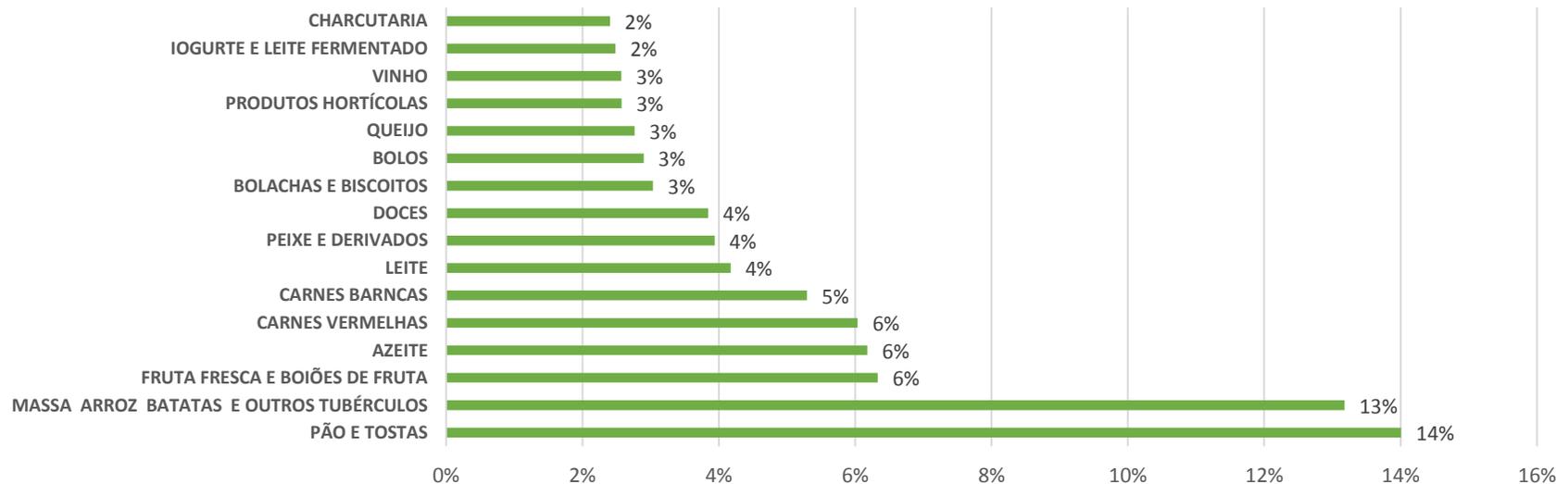


ANEXO 3 - CONTRIBUTOS DOS ALIMENTOS PARA A INGESTÃO NUTRICIONAL

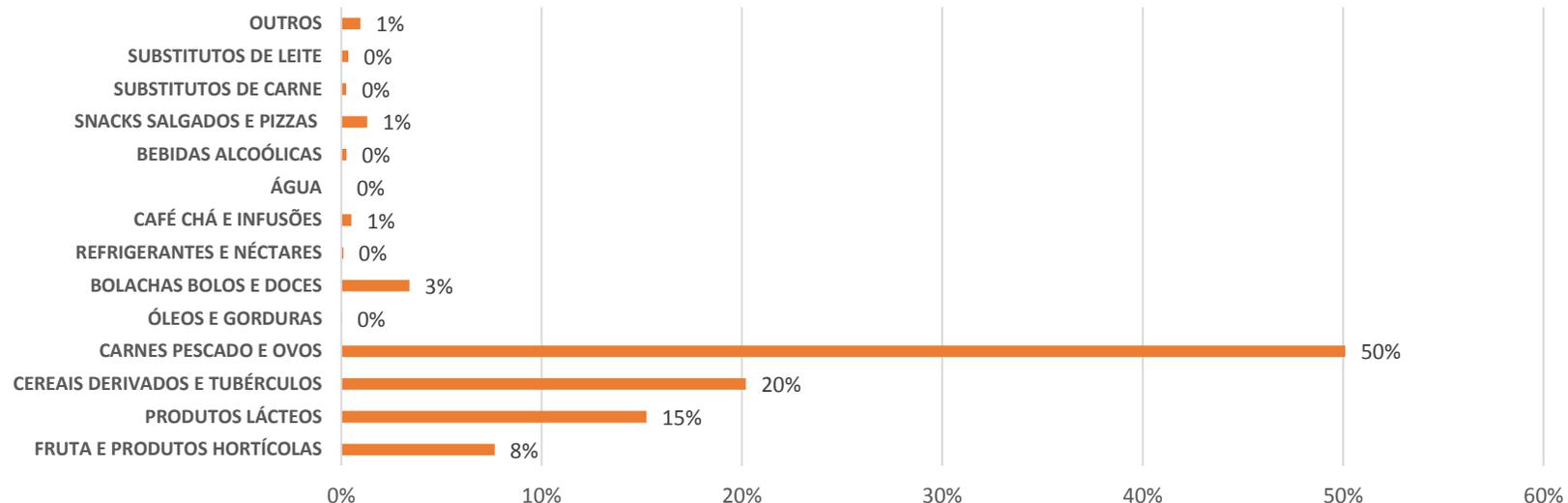
Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão energética diária (%)



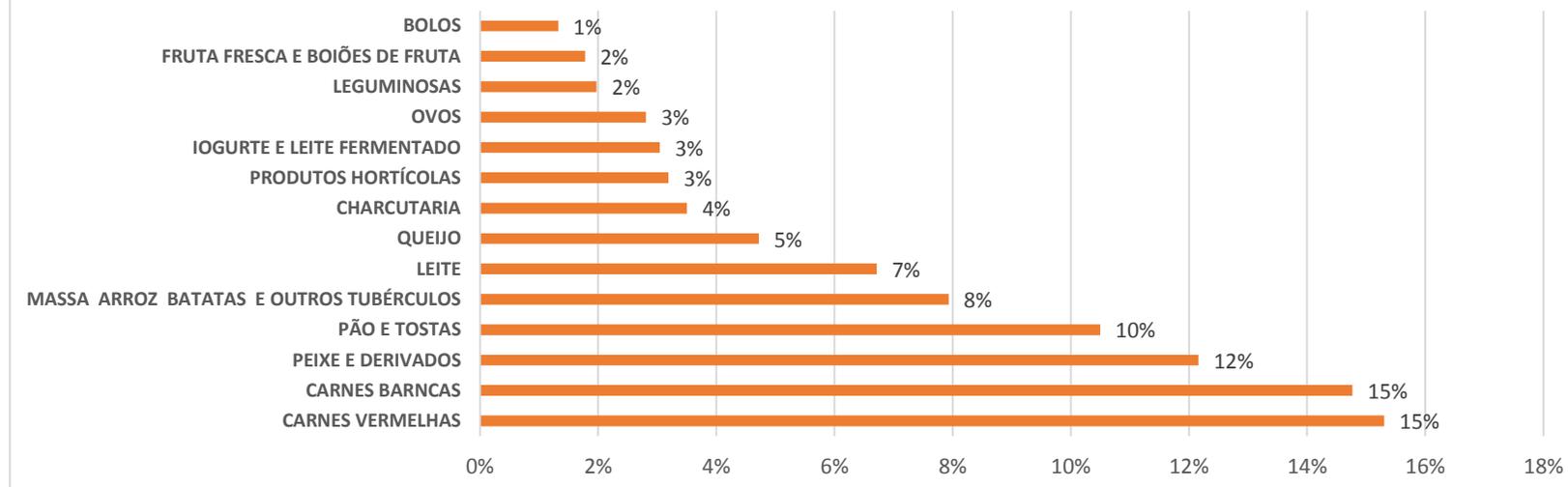
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão energética diária (%)



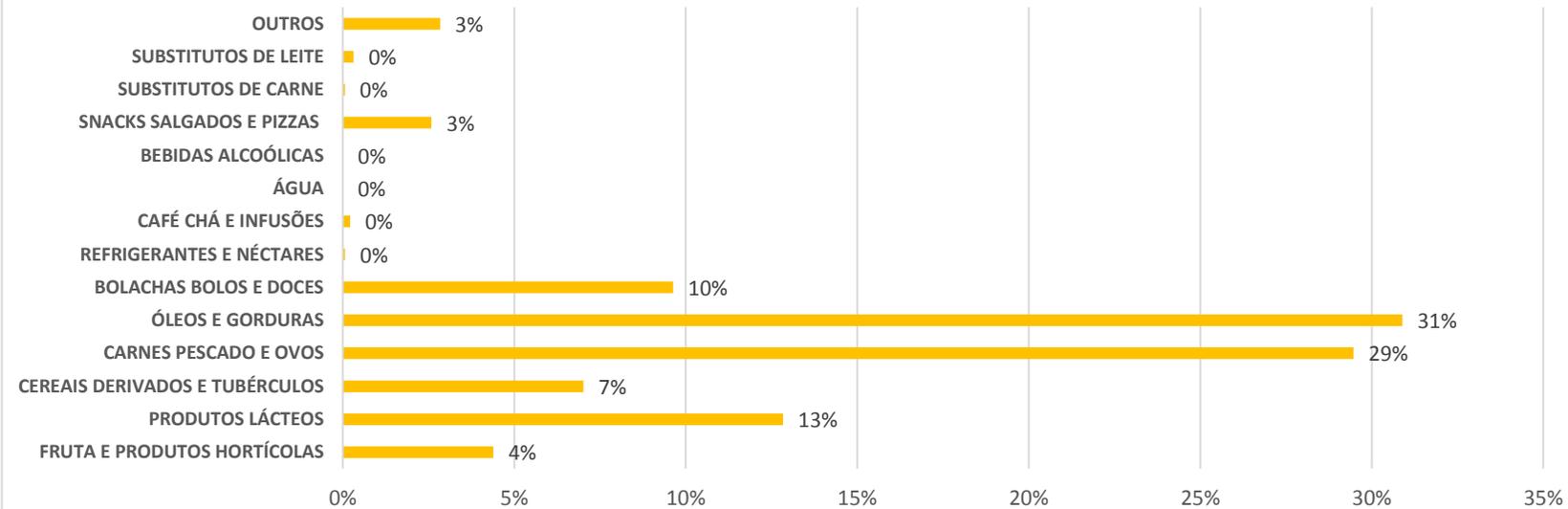
Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de proteína (%)



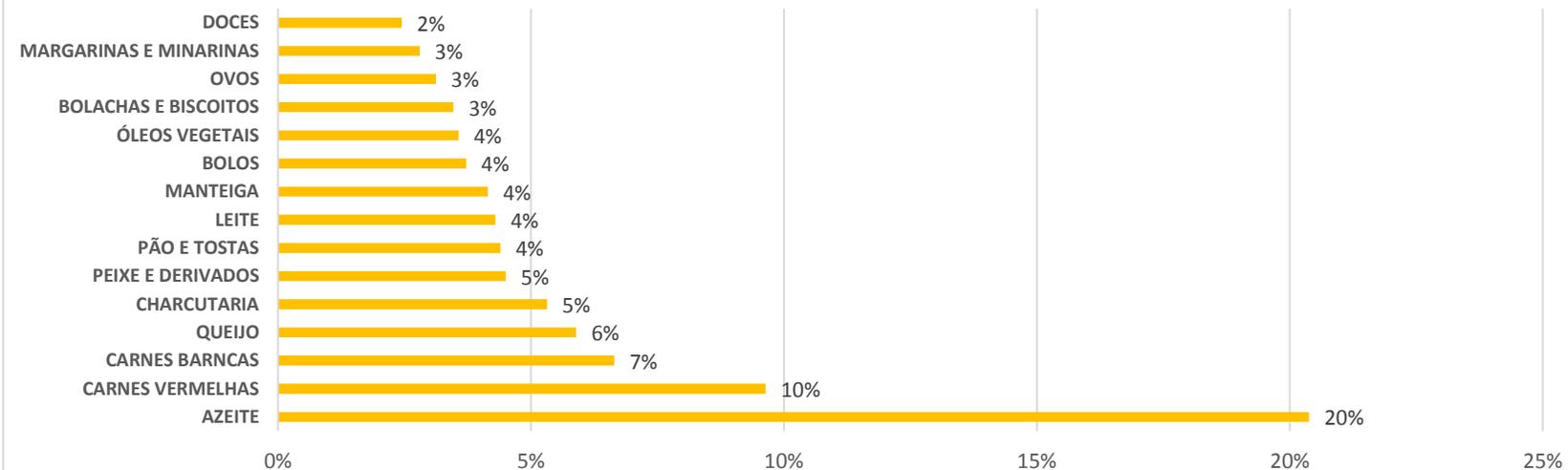
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de proteína (%)



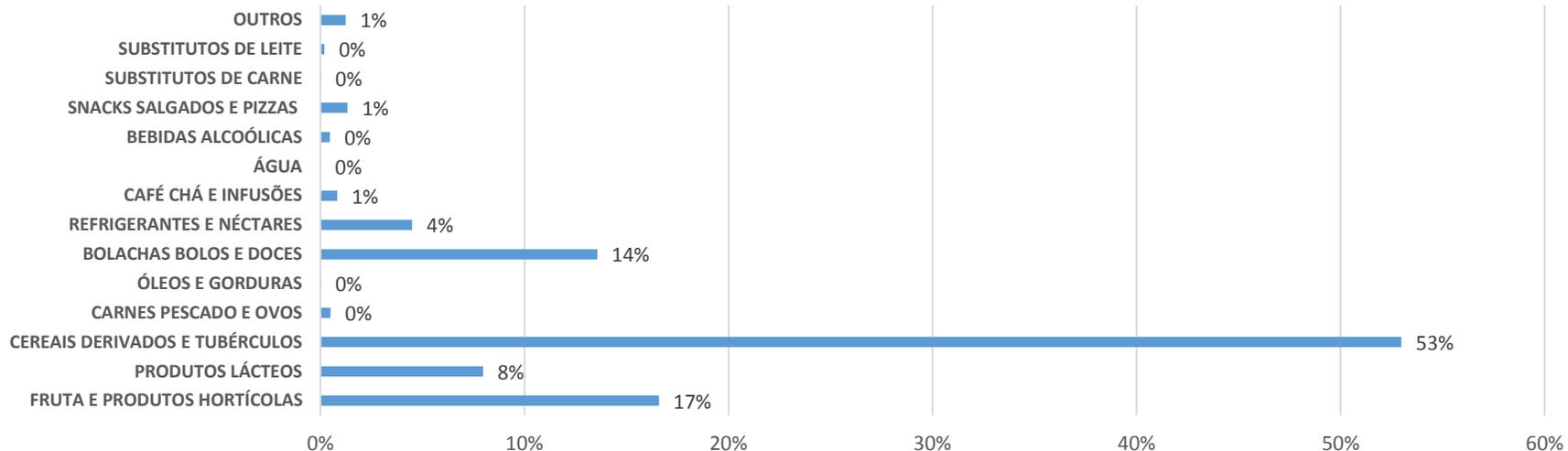
Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de gordura (%)



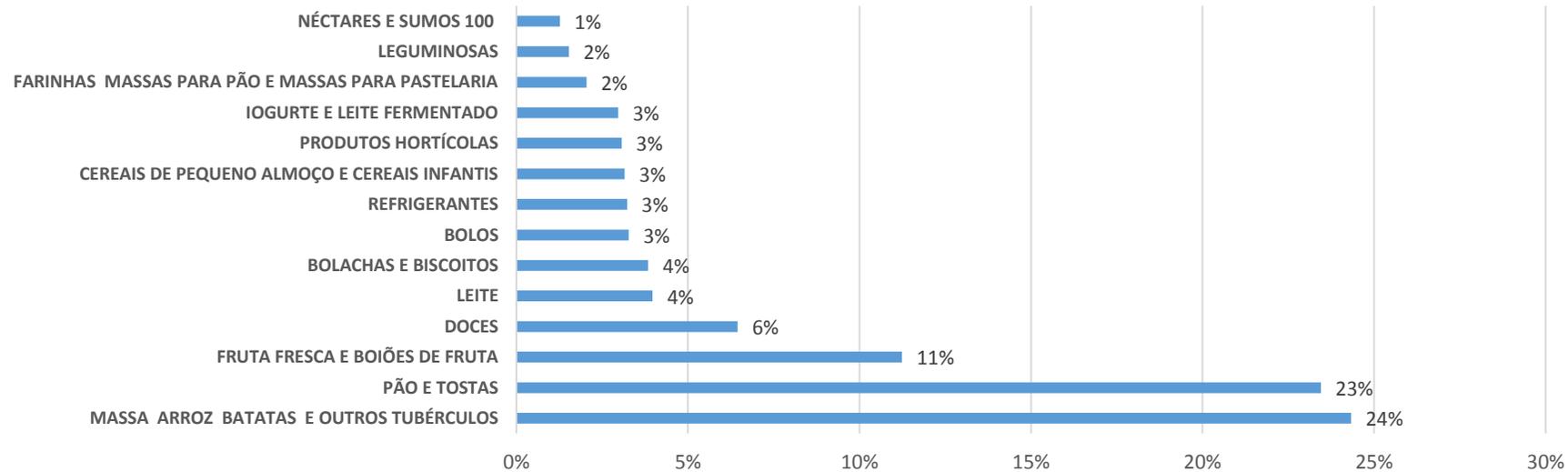
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de gordura (%)



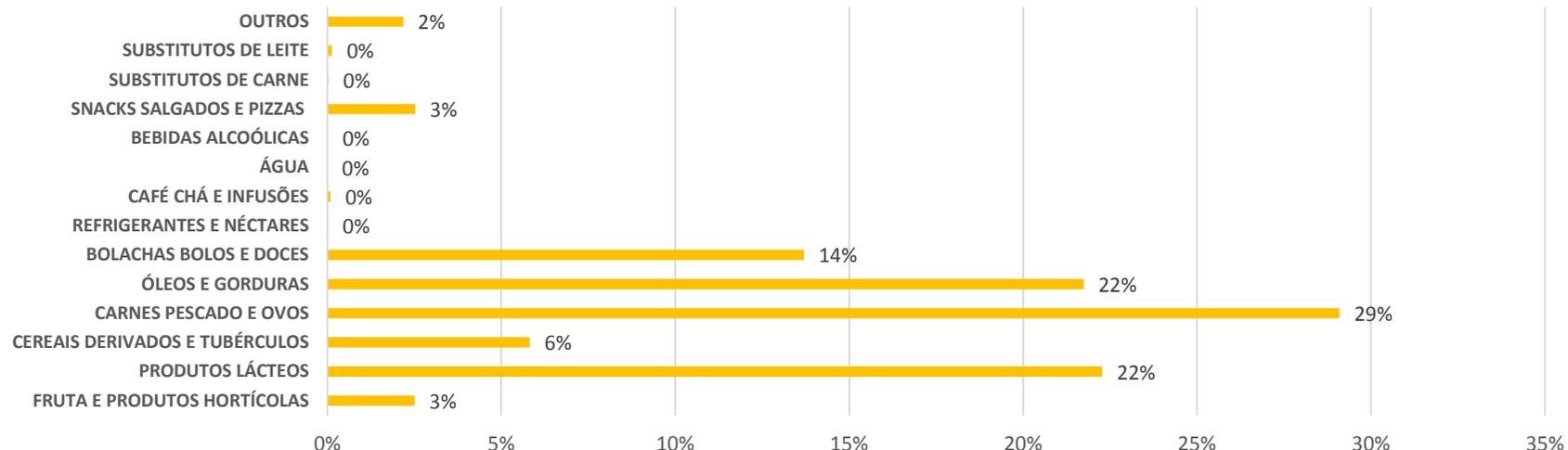
Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de hidratos de carbono (%)



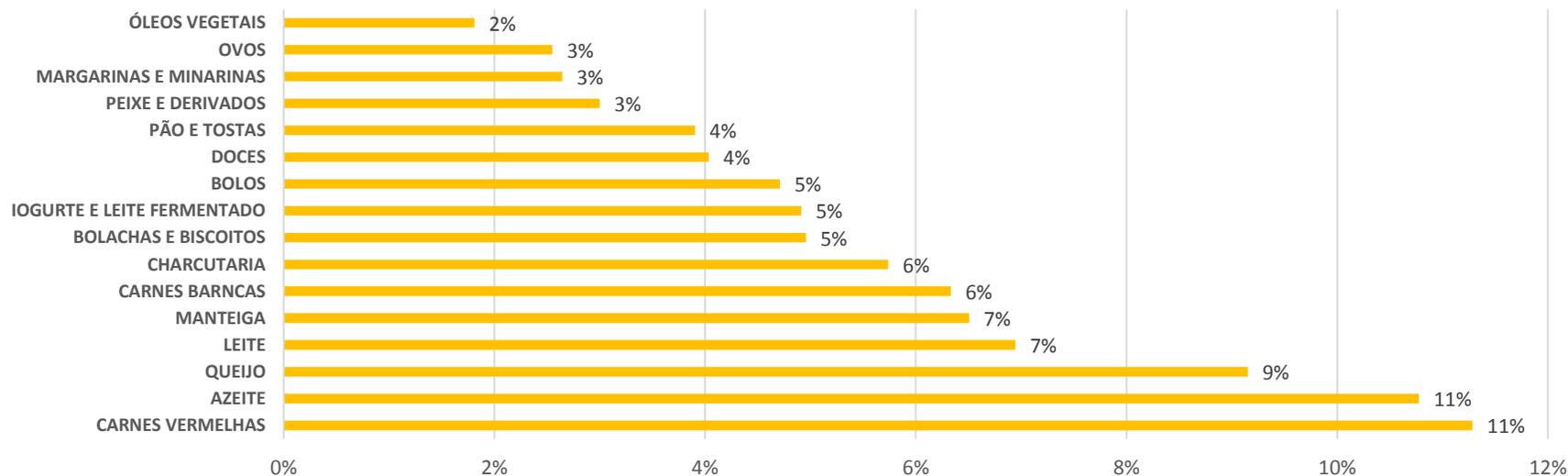
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de hidratos de carbono (%)



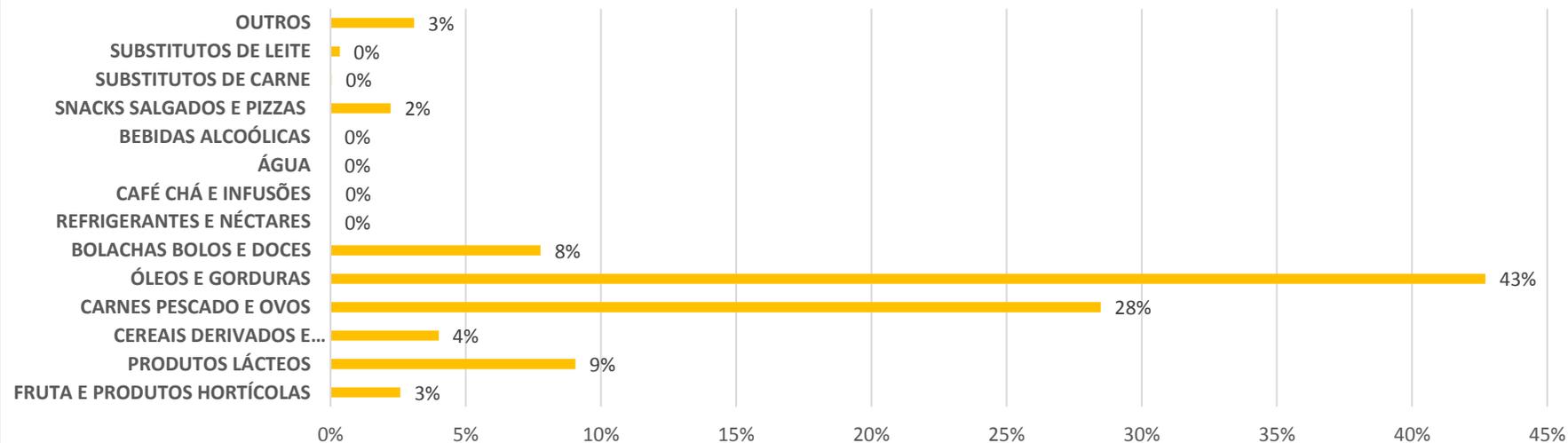
Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos saturados (%)



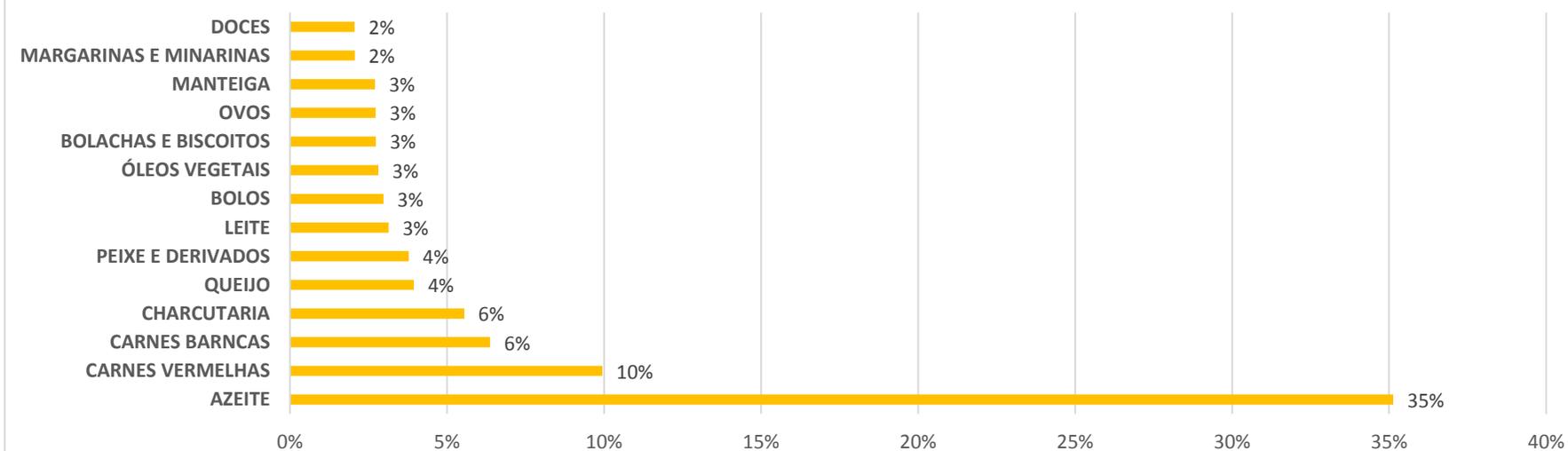
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos saturados (%)



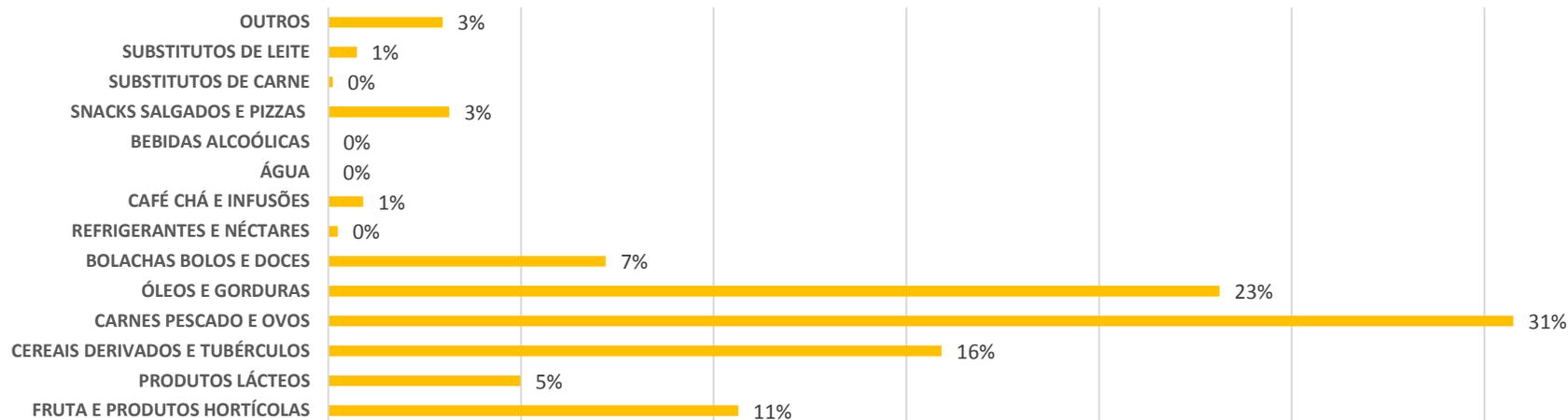
Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos monoinsaturados (%)



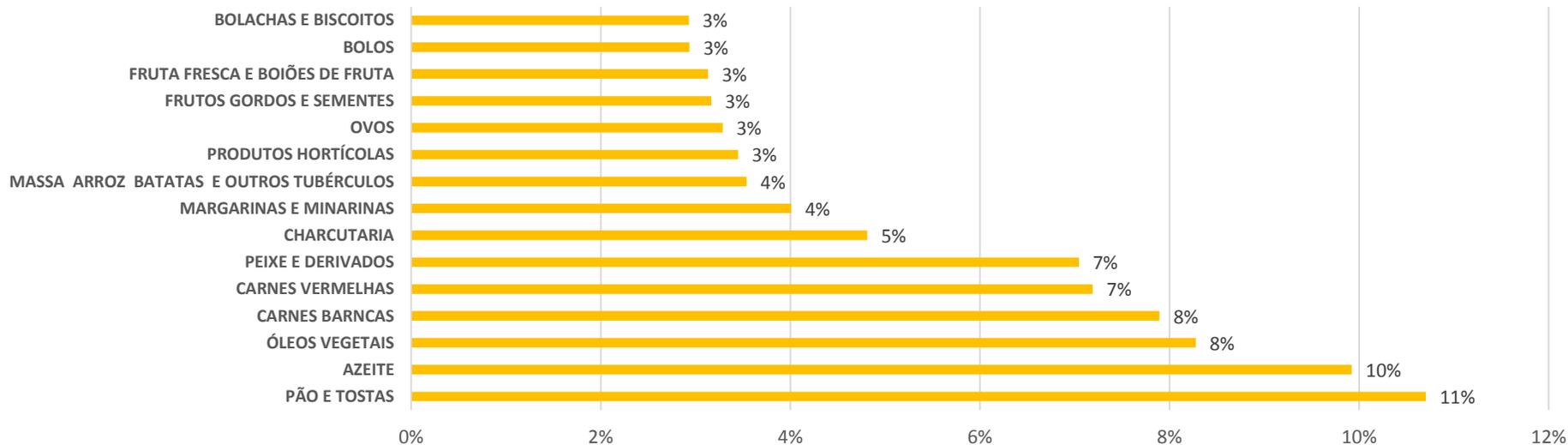
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos monoinsaturados (%)



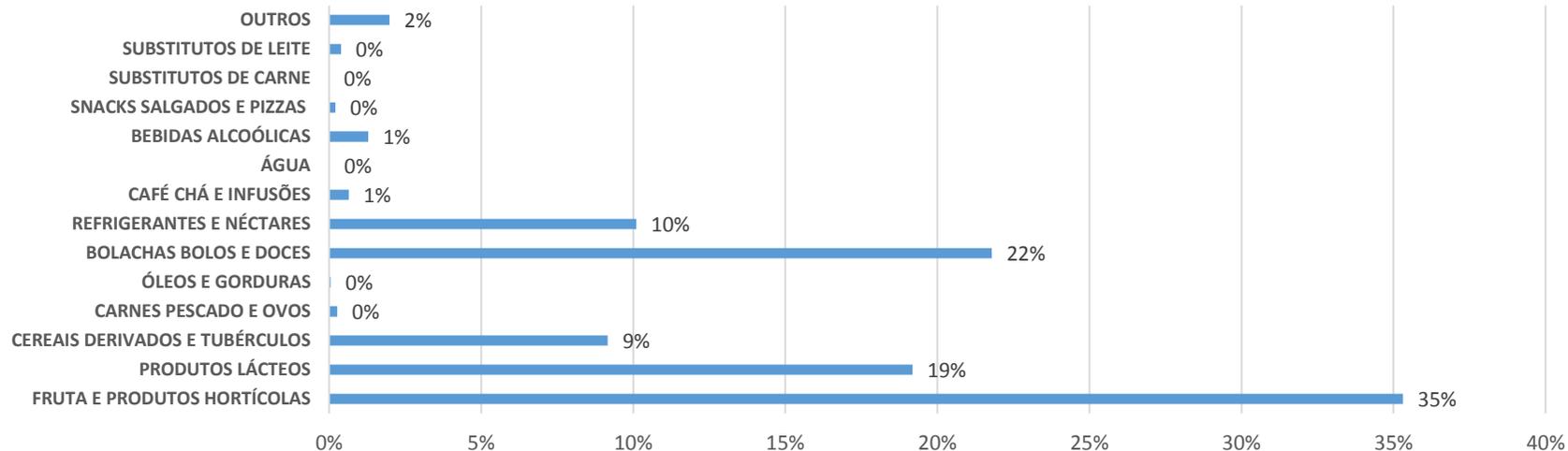
Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos polinsaturados (%)



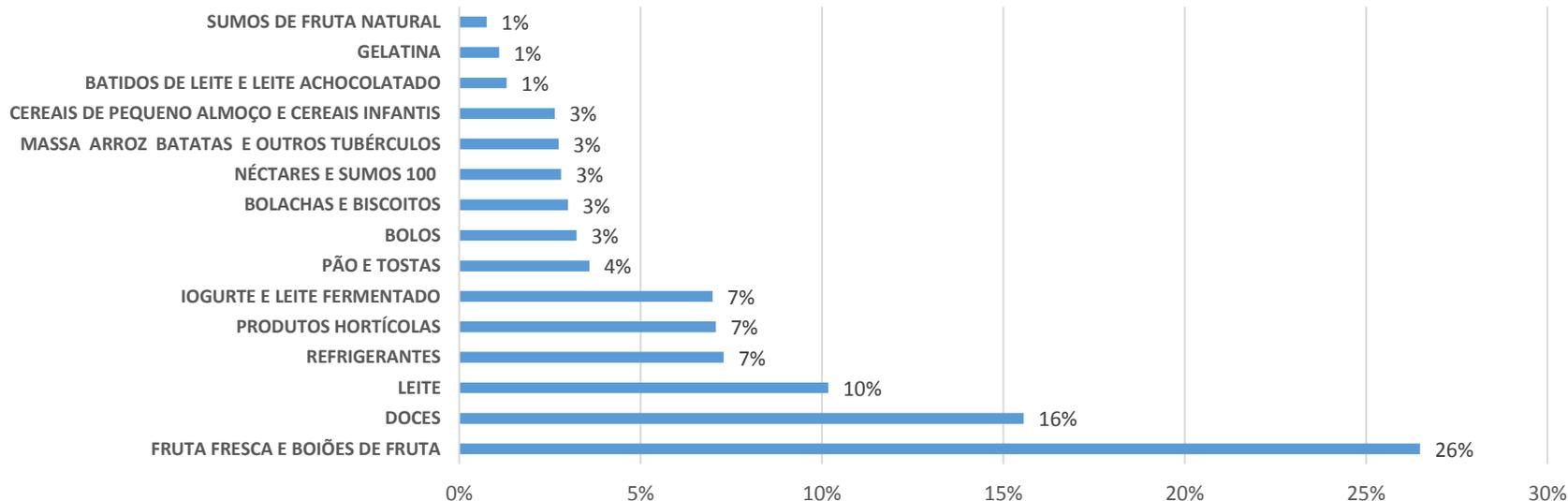
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácidos gordos polinsaturados (%)



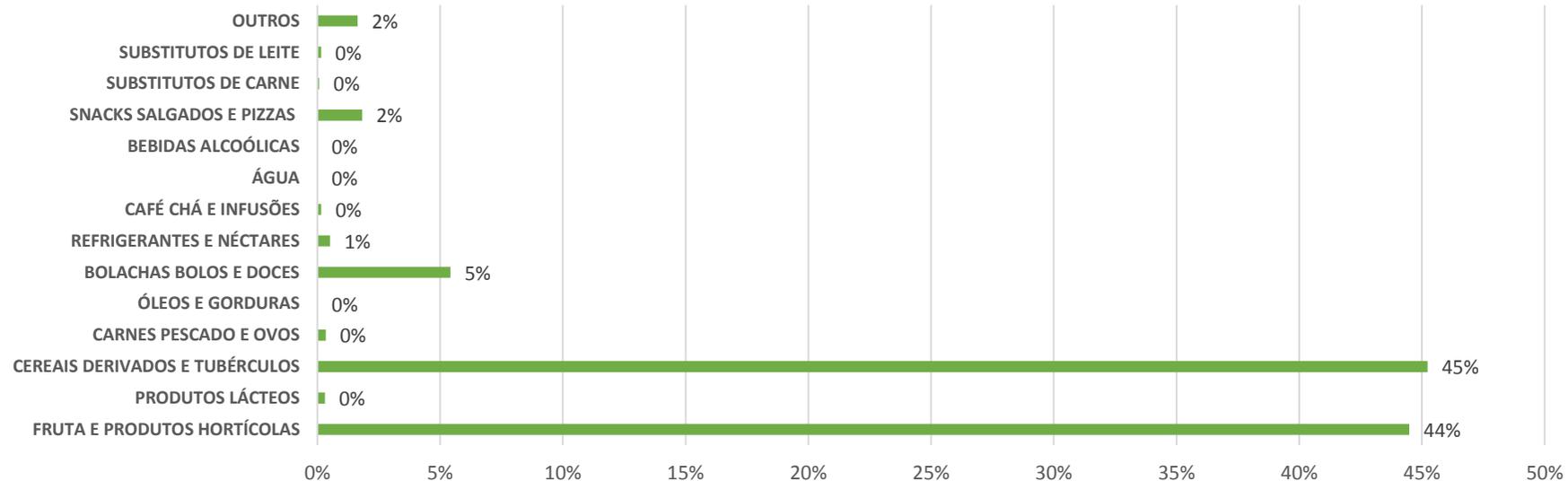
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de açúcares (mono + dissacarídeos) (%)



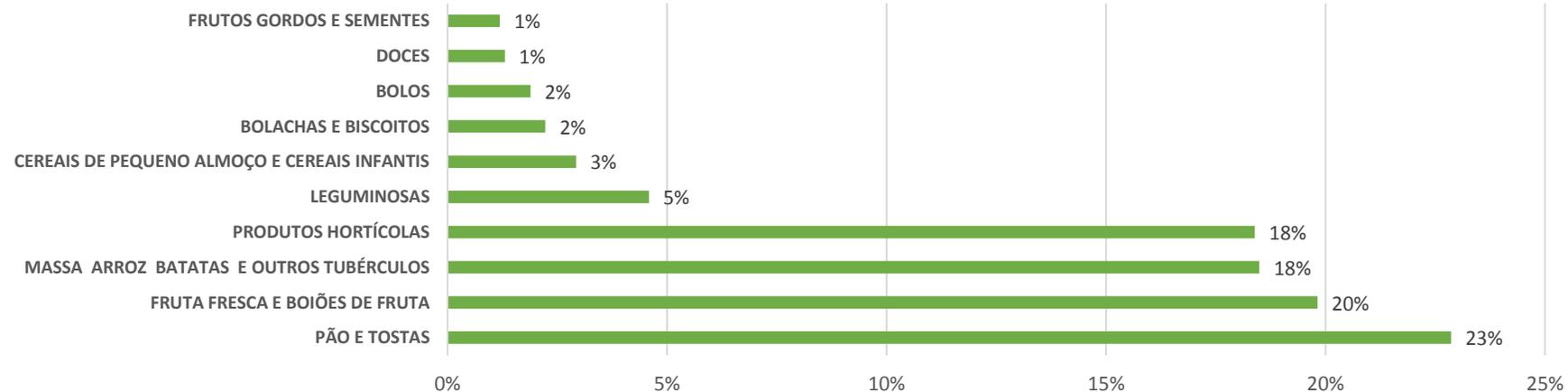
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de açúcares (mono + dissacarídeos) (%)



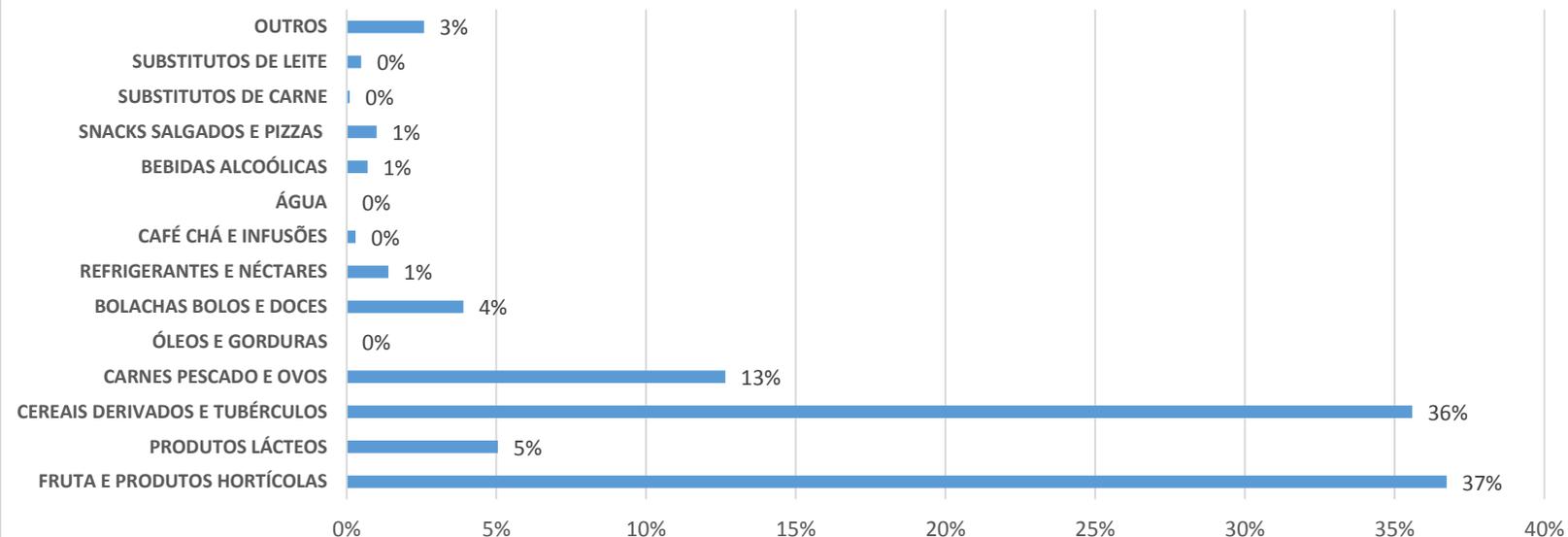
Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de fibra alimentar (%)



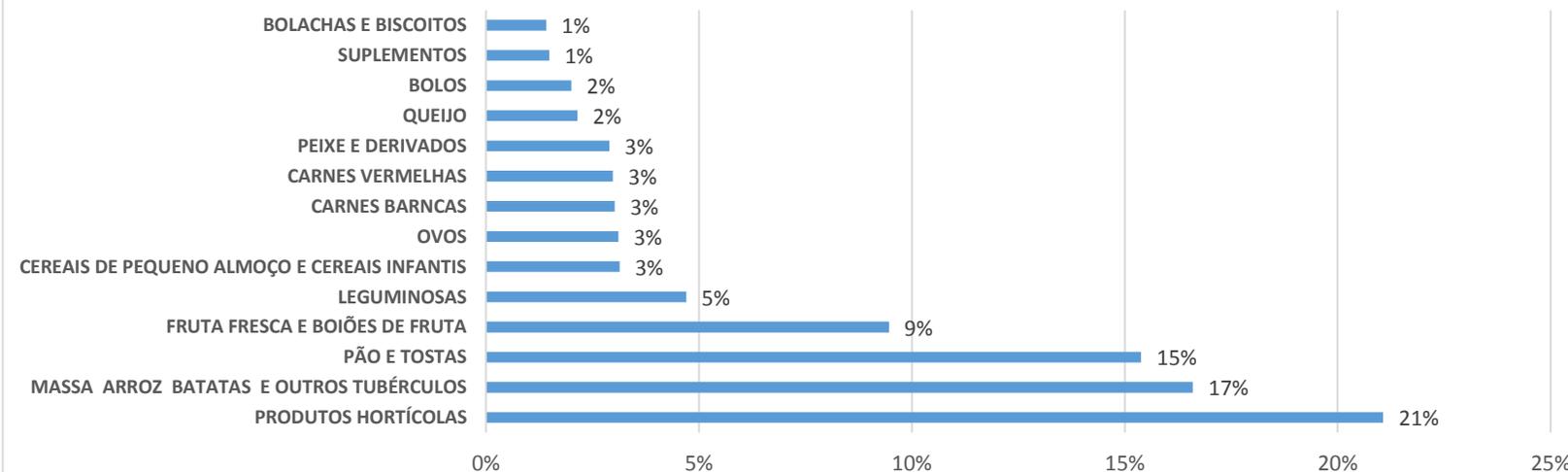
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de fibra alimentar (%)



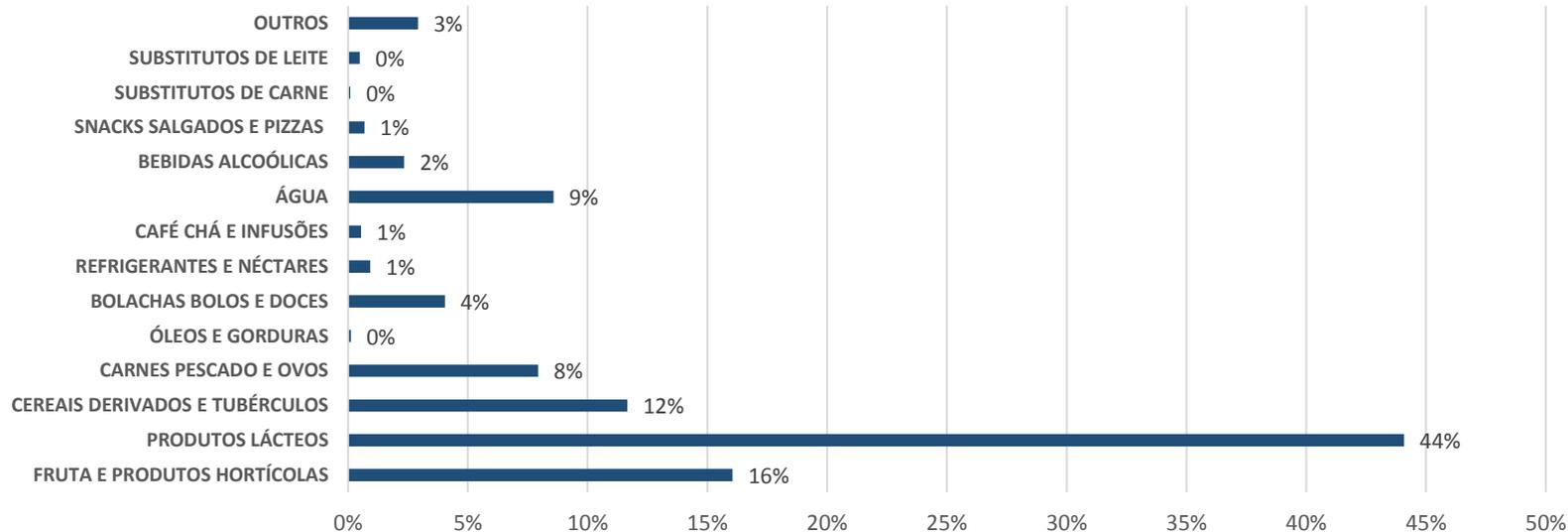
Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de ácido fólico (%)



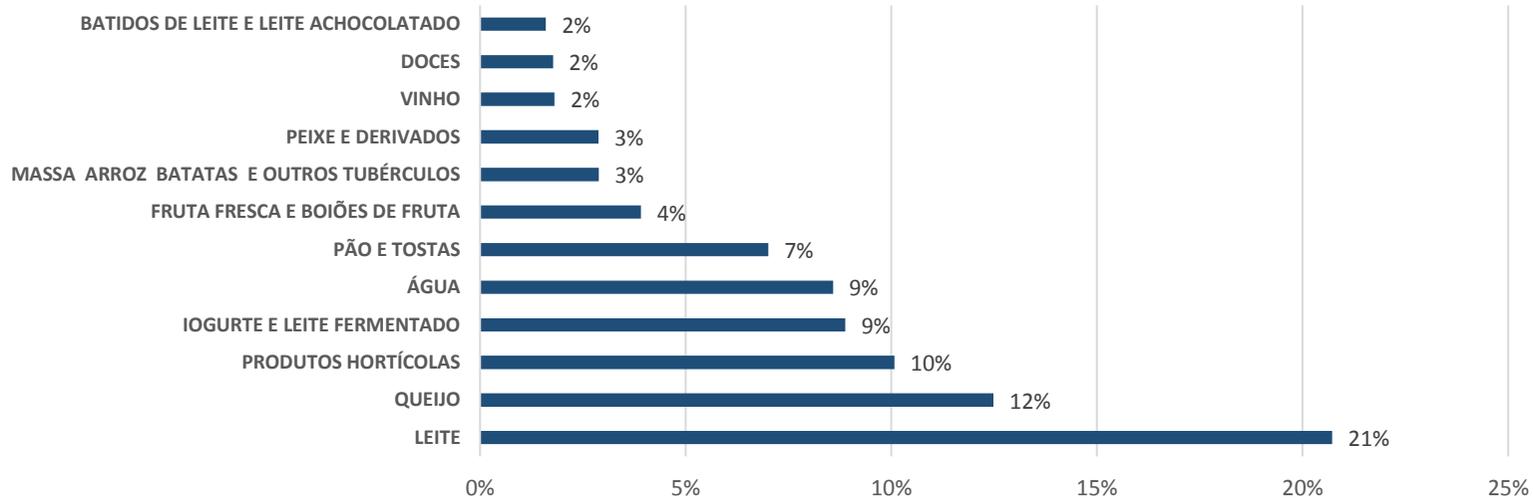
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de ácido fólico (%)



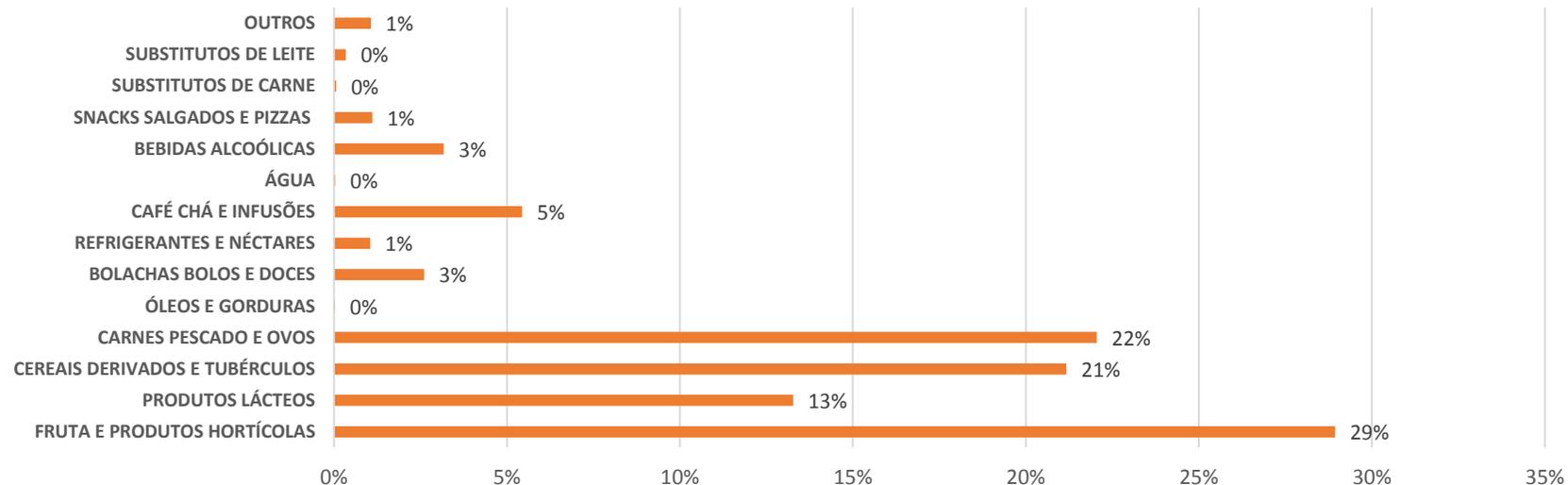
Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de cálcio (%)



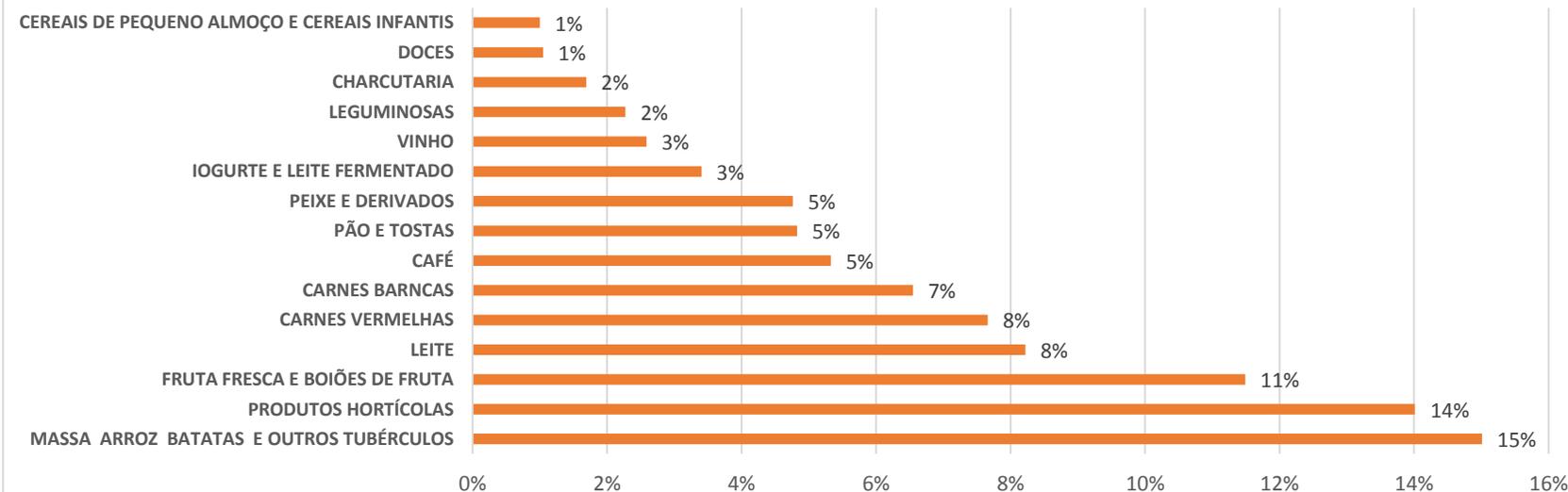
Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de cálcio (%)



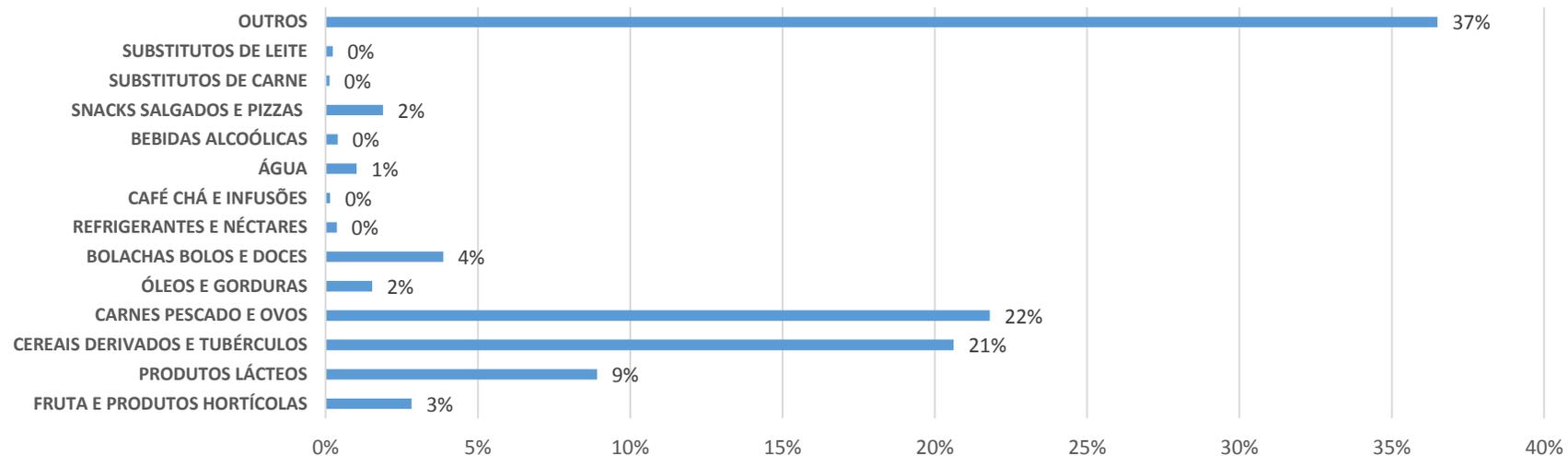
Contributo dos grupos alimentos para a ingestão diária de potássio (%)



Contributo dos subgrupos alimentos para a ingestão diária de potássio (%)



Contributo dos grupos de alimentos para a ingestão diária de sódio (%)



Contributo dos subgrupos de alimentos para a ingestão diária de sódio (%)

