

中国居民营养与健康状况调查报告之二

2002

膳食与营养素摄入状况

主编 翟凤英 杨晓光
主审 葛可佑

中国居民营养与健康状况调查报告之二

2002

膳食与营养素摄入状况

主 审 葛可佑

主 编 翟凤英 杨晓光

副主编 何宇纳 马冠生 孔灵芝

编委会 (以姓氏笔画为序)

马冠生 于文涛 于冬梅 孔灵芝

王 冬 王志宏 王春荣 王京钟

王建生 王惠君 毛德倩 付 萍

田 园 朴建华 曲 宁 许 洁

张 坚 李卫东 李 园 李剑虹

李艳平 何宇纳 陈建平 陈 竞

金水高 杨正雄 杨晓光 杨艳华

胡小琪 胡以松 荫士安 赵丽云

赵 彤 栾德春 徐青梅 崔朝辉

黄李春 黄振武 韩秀明 赖建强

满青青 翟凤英

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国居民营养与健康状况调查报告之二 2002膳食
与营养素摄入状况/翟凤英, 杨晓光主编. —北京:
人民卫生出版社, 2006.7

ISBN 7-117-07565-1

I. 中... II. ①翟... ②杨... III. ①居民-合理营
养-调查报告-中国-2002 ②居民-人体测量-调查报
告-中国-2002 ③居民-膳食-调查报告-中国-2002
IV. ①R151.4 ②R194.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 037997 号

中国居民营养与健康状况调查报告之二

2002

膳食与营养素摄入状况

主 编: 翟凤英 杨晓光

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园3区3号楼

邮 编: 100078

网 址: <http://www.pmph.com>

E-mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 三河市富华印刷包装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 19.75

字 数: 468千字

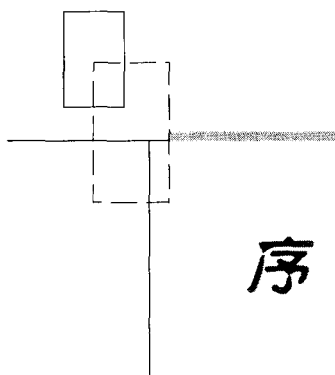
版 次: 2006年7月第1版 2006年7月第1版第1次印刷

标准书号: ISBN 7-117-07565-1/R·7566

定 价: 51.00元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)



序

国民营养与健康状况是反映一个国家或地区经济与社会发展、卫生保健水平和人口素质的重要指标。良好的营养和健康状况既是国家经济发展的基础，也是社会发展的重要目标。因此，努力提高全民族的营养水平和健康素质既是全面建设小康社会的重要组成部分，也是综合国力竞争的最终体现。

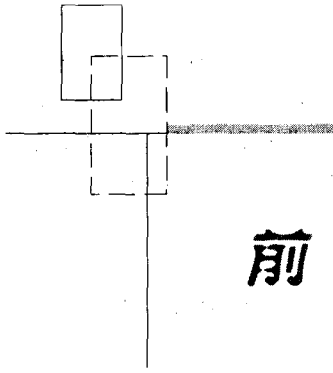
近年来，我国社会经济快速发展，为消除营养缺乏和改善居民健康提供了经济、物质基础，同时也导致了膳食结构、生活方式和疾病谱的变化。为及时了解居民膳食结构、营养和健康状况及其变化规律，揭示社会经济发展对居民营养和健康状况的影响，为国家制定相关政策、引导农业及食品产业发展、指导居民采纳健康生活方式提供科学依据，2002年8~12月，在卫生部、科技部和国家统计局的共同领导下，在全国范围内开展了“中国居民营养与健康状况调查”。这是我国首次进行的营养与健康综合性调查。

本次调查表明，近十年来我国城乡居民的膳食状况明显改善，儿童青少年平均身高增加，营养不良患病率下降。同时，我国居民膳食结构及生活方式也发生了重要变化，与之相关的慢性非传染性疾病，如肥胖、高血压、糖尿病、血脂异常等患病率增加，已成为威胁国民健康的突出问题。但在贫困农村，仍存在着营养不足的问题。

随着社会发展，我国城市化速度将逐步加快，人口老龄化也将日趋严重，慢性非传染性疾病对健康的威胁将更为突出。今后10~20年，是中国改善国民营养健康的关键战略时期，抓住机遇，适时干预，会事半功倍。否则，不仅要影响几代人的健康素质，也会因不堪重负的疾病负担，消耗社会经济发展的成果。我们要坚持以人为本的科学发展观，从事关民族兴衰的高度出发，动员全社会广泛参与，采取综合措施，科学改善国民营养健康素质，为全面建设小康社会奠定坚实的人口素质基础。

高洪

2005年1月



前 言

为了及时、全面、准确地了解我国居民营养与健康状况，为国家计划、科技发展、农业生产、食品加工和疾病控制及卫生保健等工作提供科学依据，在卫生部、科技部和国家统计局的领导下，首次在国内将营养、高血压、糖尿病及肥胖流行病学调查作为一项综合调查项目，于2002年8~12月开展了“中国居民营养与健康状况调查”。

现场调查工作结束后，各工作组在专家指导下对27万左右的数据进行整理、核对、分析，通过3年左右的努力，形成了主要调查结果，并于2004年10月12日在国务院新闻办公室召开中国居民营养与健康现状新闻发布会，对外进行了公布，引起了社会极大的关注。为了充分利用本次调查信息，全面反映我国居民营养与健康状况，经研究讨论，将以系列专著的形式陆续发表本次调查结果。2005年6月该系列第一本专著《中国居民营养与健康状况调查报告之一——2002综合报告》出版，该书对膳食、营养状况、高血压、糖尿病、肥胖和血脂异常等与膳食相关的慢性病的患病率进行综合报道和描述性分析。

本书着重对我国不同人群水平的膳食和营养素摄入状况进行报告，全书共分八章。第一章调查内容与方法，详细介绍本次膳食调查的抽样方法、膳食调查方法、膳食调查的工作流程和结果计算过程和表述方法。第二章调查人口基本情况，报告本次膳食调查人群的样本按地区、年龄、收入、文化程度和职业分布情况。第三章介绍各种食物摄入状况及变化趋势，按不同地区、年龄性别、收入水平人群和1982~1992年变化趋势进行描述。能量和营养素的摄入状况和变化趋势在第四章叙述，并按不同地区、年龄性别、收入水平、占RNI/AI百分比、食物来源和1982~1992年变化趋势进行描述，其中能量、蛋白质和脂肪的来源按不同地区、1992~2002年变化及不同收入水平在第五章描述。考虑到婴幼儿膳食的特殊性，将中国婴幼儿喂养状况作为第六章详细论述。第七章中加入了我国居民膳食结构与膳食指南的比较，旨在全面评价我国居民的膳食结构，发现我国居民膳食结构和膳食指南的差距，指导人们更合理的膳食。本书的最后一章，将本次膳食调查的三种方法进行了比较，对膳食调查的方法学进行探讨，为以后的膳食调查方法的选择提供理论依据。

本书出版为政府部门，食物生产、加工部门、学术界及国际社会提供了我国人群膳



食营养状况的详细资料，供各界为改善我国居民的膳食营养状况进行研究和参考。由于水平有限，时间仓促，错误在所难免，望读者不吝赐教。

本次调查得到了各省、自治区、直辖市相关部门的大力支持；全国 31 个省级项目工作队及 132 个调查点项目工作队有 4 700 余名调查员直接参加了本次调查；全国有 27 万余名受调查对象积极配合调查；本次调查得到卫生部专项经费和科技部基础性及公益性专项经费支持，各省、自治区、直辖市亦都有相应的经费支持。对此表示由衷的感谢。

翟凤英 杨晓光

2006 年 3 月

“中国居民营养与健康状况调查”领导小组

组 长 马晓伟
成 员 齐小秋 陈传宏 马京奎 李立明 饶克勤

“中国居民营养与健康状况调查”技术执行组

组 长 李立明 饶克勤
副组长 孔灵芝 杨晓光 向红丁 姚崇华
成 员 王文志 朴建华 李 莹 李光伟 杨功焕 金水高
武阳丰 周智广 胡永华 胡建平 赵文华 翟凤英

“中国居民营养与健康状况调查”专家委员会

组 长 陈春明
副组长 葛可佑 陈育德 高润霖
成 员 王 姮 刘力生 陈君石 吴兆苏 吴锡桂 钱荣立
潘长玉

“中国居民营养与健康状况调查”专题组

高血压	姚崇华	翟凤英	王文志	胡建平	王志宏	胡以松
糖尿病	向红丁	饶克勤	李光伟	张 坚	付 萍	
肥 胖	武阳丰	马冠生	胡永华	胡小琪	李艳平	崔朝辉
营 养	杨晓光	翟凤英	朴建华	何宇纳	赖建强	
血 脂	赵文华	李 莹	金水高	张 坚	由 悦	
综合组	孔灵芝	杨晓光	饶克勤	胡永华	胡建平	赵文华
	武阳丰	姚崇华	翟凤英	马冠生	荫士安	朴建华
	何宇纳	王志宏	李艳平	王建生		

中国居民营养与健康状况调查国家工作队

队 长 杨晓光
副队长 翟凤英 马冠生

现场工作组

组 长 赵文华
副组长 朴建华

组 员 (以姓氏笔画为序)

马冠生	于文涛	王志宏	王传现	王春荣	王京钟	王 炎	王建生
毛德倩	付 萍	由 悦	田 园	向红丁	许 洁	张 坚	李艳平
李航文	李卫东	何宇纳	杜树发	杨晓光	杨正雄	杨晓辉	赵丽云
赵 彤	金水高	陈 竞	胡小琪	荫士安	徐青梅	黄振武	韩秀明
董 磊	赖建强	满青青	翟凤英	翟 屹	廖海江		

实验室工作组

组 长 朴建华
副组长 张 坚

组 员 (以姓氏笔画为序)

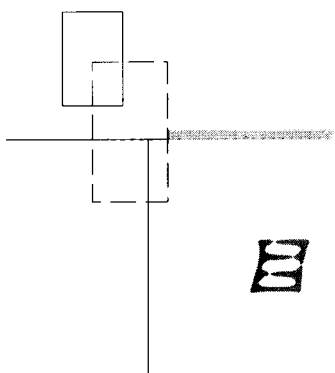
王春荣	王多全	王 炎	毛德倩	田 园	许 洁	曲 宁	李春玲
李 红	李卫东	李航文	李剑虹	杨晓光	杨艳华	陈 真	陈 竞
徐青梅	徐建如	郭 宁	黄振武	满青青	翟 屹		

数据管理组

组 长 何宇纳
副组长 李艳平

组 员 (以姓氏笔画为序)

马冠生	于冬梅	王志宏	王建生	王惠君	王多全	由 悦	付 萍
朴建华	李 园	李 贤	李剑虹	张 坚	金水高	杨晓光	杨正雄
赵文华	荫士安	胡小琪	胡以松	栾德春	郭 宁	崔朝辉	赖建强
翟凤英	廖海江						



目 录

第一章 调查内容与方法	1
一、调查目的	1
二、方法与内容	1
第二章 调查人口基本情况	17
一、地区分布	17
二、年龄分布	17
三、家庭人均年收入水平的分布	18
四、居民文化程度分布	18
五、居民职业分布	18
第三章 中国居民食物摄入状况及变化趋势	21
一、谷类及薯类食物摄入状况及变化趋势	21
二、动物性食物摄入状况及变化趋势	23
三、豆类及其制品摄入状况及变化趋势	27
四、奶类及其制品摄入状况及变化趋势	28
五、蔬菜水果摄入状况及变化趋势	31
六、食用油的摄入状况及变化趋势	36
七、食盐、酱油和食醋的摄入状况及变化趋势	39
八、坚果、糕点、食糖和淀粉类食物的摄入状况及变化趋势	41
九、用食物频率法调查我国居民食物消费量、消费频率现况	46
第四章 中国居民能量和主要营养素摄入状况	55
一、能量的摄入状况及变化趋势	55
二、蛋白质的摄入状况及变化趋势	58
三、膳食脂肪的摄入状况及变化趋势	61



四、碳水化合物摄入状况及变化趋势	64
五、维生素的摄入状况及变化趋势	67
(一) 维生素 A 的摄入状况及变化趋势	67
(二) 硫胺素 (维生素 B ₁) 的摄入状况及变化趋势	71
(三) 核黄素 (维生素 B ₂) 的摄入状况及变化趋势	74
(四) 烟酸的摄入状况及变化趋势	77
(五) 抗坏血酸 (维生素 C) 的摄入状况及变化趋势	81
(六) 维生素 E 的摄入状况及变化趋势	84
六、常量元素	89
(一) 钙的摄入状况及变化趋势	89
(二) 镁的摄入状况及变化趋势	93
(三) 钠的摄入状况及变化趋势	97
(四) 钾的摄入状况及变化趋势	100
(五) 磷的摄入状况及变化趋势	104
七、微量元素	108
(一) 铁的摄入状况及变化趋势	108
(二) 锌的摄入状况及变化趋势	112
(三) 硒的摄入状况及变化趋势	116
第五章 中国居民膳食能量、蛋白质、脂肪的来源	121
一、能量的食物来源	121
二、能量的营养素来源	122
三、蛋白质的食物来源	124
四、脂肪的食物来源	125
第六章 中国婴幼儿喂养状况	127
一、婴幼儿喂养方式	127
二、婴幼儿辅食添加状况	131
第七章 中国居民膳食结构现况与膳食指南的比较	135
一、食物多样, 谷类为主	135
二、多吃蔬菜、水果和薯类	137
三、常吃奶类、豆类或其制品	137
四、经常吃适量鱼、禽、蛋、瘦肉, 少吃肥肉和荤油	138
五、食量与体力活动要平衡, 保持适宜体重	139
六、吃清淡少盐的膳食	140
七、如饮酒应限量	141

资料汇编表	143
一、中国不同地区居民食物摄入状况	143
1. 中国城乡居民各类食物平均摄入量	143
附表 1-1 中国 6 类地区居民食物摄入量 (g/标准人日)	143
附表 1-2 1982 年、1992 年、2002 年中国城乡居民的食物摄入量 (g/标准人日)	144
2. 谷类及薯类食物平均摄入量及消费率	145
附表 1-2-1 中国城乡居民谷类及薯类食物摄入量 (g/标准人日)	145
附表 1-2-2 中国不同性别年龄居民谷类及薯类食物摄入量 (g/人日)	145
附表 1-2-3 中国城市不同性别年龄居民谷类及薯类食物摄入量 (g/人日)	146
附表 1-2-4 中国农村不同性别年龄居民谷类及薯类食物摄入量 (g/人日)	146
附表 1-2-5 中国大城市不同性别年龄居民谷类及薯类食物摄入量 (g/人日)	147
附表 1-2-6 中国中小城市不同性别年龄居民谷类及薯类食物摄入量 (g/人日)	147
附表 1-2-7 中国一类农村不同性别年龄居民谷类及薯类食物摄入量 (g/人日)	148
附表 1-2-8 中国二类农村不同性别年龄居民谷类及薯类食物摄入量 (g/人日)	148
附表 1-2-9 中国三类农村不同性别年龄居民谷类及薯类食物摄入量 (g/人日)	149
附表 1-2-10 中国四类农村不同性别年龄居民谷类及薯类食物摄入量 (g/人日)	149
附表 1-2-11 中国城乡不同家庭人均年收入水平居民谷类及薯类 食物摄入量 (g/标准人日)	150
附表 1-2-12 中国不同性别年龄居民谷类及薯类食物消费率 (%) 及 消费者摄入量均值 (g/人日)	151
附表 1-2-13 中国城市不同性别年龄居民谷类及薯类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	151
附表 1-2-14 中国农村不同性别年龄居民谷类及薯类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	152
附表 1-2-15 中国大城市居民谷类及薯类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	152
附表 1-2-16 中国中小城市居民谷类及薯类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	153
附表 1-2-17 中国一类农村居民谷类及薯类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	153
附表 1-2-18 中国二类农村居民谷类及薯类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	154
附表 1-2-19 中国三类农村居民谷类及薯类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	154
附表 1-2-20 中国四类农村居民谷类及薯类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	155
附表 1-2-21 中国城乡不同家庭人均年收入水平居民谷类及薯类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/标准人日)	155
3. 动物性食物平均摄入量及消费率	156
附表 1-3-1 中国城乡居民动物性食物摄入量 (g/标准人日)	156
附表 1-3-2 中国不同性别年龄居民动物性食物摄入量 (g/人日)	156
附表 1-3-3 中国城市不同性别年龄居民动物性食物摄入量 (g/人日)	157

附表 1-3-4	中国农村不同性别年龄居民动物性食物摄入量 (g/人日)	157
附表 1-3-5	中国大城市不同性别年龄居民动物性食物摄入量 (g/人日)	158
附表 1-3-6	中国中小城市不同性别年龄居民动物性食物摄入量 (g/人日)	158
附表 1-3-7	中国一类农村不同性别年龄居民动物性食物摄入量 (g/人日)	159
附表 1-3-8	中国二类农村不同性别年龄居民动物性食物摄入量 (g/人日)	159
附表 1-3-9	中国三类农村不同性别年龄居民动物性食物摄入量 (g/人日)	160
附表 1-3-10	中国四类农村不同性别年龄居民动物性食物摄入量 (g/人日)	160
附表 1-3-11	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民动物性食物摄入量 (g/标准人日)	161
附表 1-3-12	中国居民动物性食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	162
附表 1-3-13	中国城市居民动物性食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	163
附表 1-3-14	中国农村居民动物性食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	164
附表 1-3-15	中国大城市居民动物性食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	165
附表 1-3-16	中国中小城市居民动物性食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	166
附表 1-3-17	中国一类农村居民动物性食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	167
附表 1-3-18	中国二类农村居民动物性食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	168
附表 1-3-19	中国三类农村居民动物性食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	169
附表 1-3-20	中国四类农村居民动物性食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	170
附表 1-3-21	中国城乡不同收入家庭人均年水平居民动物性食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	171
4.	豆类食物平均摄入量及消费率	172
附表 1-4-1	中国城乡居民豆类食物摄入量 (g/标准人日)	172
附表 1-4-2	中国不同性别年龄居民豆类食物摄入量 (g/人日)	172
附表 1-4-3	中国城市不同性别年龄居民豆类食物摄入量 (g/人日)	173
附表 1-4-4	中国农村不同性别年龄居民豆类食物摄入量 (g/人日)	173
附表 1-4-5	中国大城市不同性别年龄居民豆类食物摄入量 (g/人日)	174
附表 1-4-6	中国中小城市不同性别年龄居民豆类食物摄入量 (g/人日)	174
附表 1-4-7	中国一类农村不同性别年龄居民豆类食物摄入量 (g/人日)	175
附表 1-4-8	中国二类农村不同性别年龄居民豆类食物摄入量 (g/人日)	175
附表 1-4-9	中国三类农村不同性别年龄居民豆类食物摄入量 (g/人日)	176
附表 1-4-10	中国四类农村不同性别年龄居民豆类食物摄入量 (g/人日)	176
附表 1-4-11	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民豆类食物摄入量 (g/标准人日)	177
附表 1-4-12	中国居民豆类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	178
附表 1-4-13	中国城市居民豆类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	178
附表 1-4-14	中国农村居民豆类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	179

附表 1-4-15	中国大城市居民豆类食物消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	179
附表 1-4-16	中国中小城市居民豆类食物消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	180
附表 1-4-17	中国一类农村居民豆类食物消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	180
附表 1-4-18	中国二类农村居民豆类食物消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	181
附表 1-4-19	中国三类农村居民豆类食物消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	181
附表 1-4-20	中国四类农村居民豆类食物消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	182
附表 1-4-21	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民豆类食物消费率(%)及消费者 摄入量均值(g/人日)	182
5.	蔬菜、水果平均摄入量及消费率	183
附表 1-5-1	中国城乡居民蔬菜水果摄入量(g/标准人日)	183
附表 1-5-2	中国不同性别年龄居民蔬菜水果摄入量(g/人日)	184
附表 1-5-3	中国城市不同性别年龄居民蔬菜水果摄入量(g/人日)	184
附表 1-5-4	中国农村不同性别年龄居民蔬菜水果摄入量(g/人日)	185
附表 1-5-5	中国大城市不同性别年龄居民蔬菜水果摄入量(g/人日)	186
附表 1-5-6	中国中小城市不同性别年龄居民蔬菜水果摄入量(g/人日)	186
附表 1-5-7	中国一类农村不同性别年龄居民蔬菜水果摄入量(g/人日)	187
附表 1-5-8	中国二类农村不同性别年龄居民蔬菜水果摄入量(g/人日)	188
附表 1-5-9	中国三类农村不同性别年龄居民蔬菜水果摄入量(g/人日)	188
附表 1-5-10	中国四类农村不同性别年龄居民蔬菜水果摄入量(g/人日)	189
附表 1-5-11	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民蔬菜水果摄入量(g/标准人日)	190
附表 1-5-12	中国居民蔬菜水果消费率(%)及消费者摄入量均值(g/人日)	191
附表 1-5-13	中国城市居民蔬菜水果消费率(%)及消费者摄入量均值(g/人日)	191
附表 1-5-14	中国农村居民蔬菜水果消费率(%)及消费者摄入量均值(g/人日)	192
附表 1-5-15	中国大城市居民蔬菜水果消费率(%)及消费者摄入量均值(g/人日)	193
附表 1-5-16	中国中小城市居民蔬菜水果消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	193
附表 1-5-17	中国一类农村居民蔬菜水果消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	194
附表 1-5-18	中国二类农村居民蔬菜水果消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	195
附表 1-5-19	中国三类农村居民蔬菜水果消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	195
附表 1-5-20	中国四类农村居民蔬菜水果消费率(%)及消费者摄入量均值 (g/人日)	196
附表 1-5-21	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民蔬菜水果消费率(%)及 消费者摄入量均值(g/标准人日)	197
6.	奶类食物平均摄入量及消费率	198



附表 1-6-1	中国城乡居民奶类食物摄入量 (g/标准人日)	198
附表 1-6-2	中国不同性别年龄居民奶类食物摄入量 (g/人日)	198
附表 1-6-3	中国城市不同性别年龄居民奶类食物摄入量 (g/人日)	199
附表 1-6-4	中国农村不同性别年龄居民奶类食物摄入量 (g/人日)	199
附表 1-6-5	中国大城市不同性别年龄居民奶类食物摄入量 (g/人日)	200
附表 1-6-6	中国中小城市不同性别年龄居民奶类食物摄入量 (g/人日)	201
附表 1-6-7	中国一类农村不同性别年龄居民奶类食物摄入量 (g/人日)	201
附表 1-6-8	中国二类农村不同性别年龄居民奶类食物摄入量 (g/人日)	202
附表 1-6-9	中国三类农村不同性别年龄居民奶类食物摄入量 (g/人日)	203
附表 1-6-10	中国四类农村不同性别年龄居民奶类食物摄入量 (g/人日)	203
附表 1-6-11	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民奶类摄入量 (g/标准人日)	204
附表 1-6-12	中国居民奶类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	205
附表 1-6-13	中国城市居民奶类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	206
附表 1-6-14	中国农村居民奶类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	206
附表 1-6-15	中国大城市居民奶类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	207
附表 1-6-16	中国中小城市居民奶类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	208
附表 1-6-17	中国一类农村居民奶类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	208
附表 1-6-18	中国二类农村居民奶类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	209
附表 1-6-19	中国三类农村居民奶类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	210
附表 1-6-20	中国四类农村居民奶类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	210
附表 1-6-21	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民奶类食物消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/人日)	211
7.	食用油平均摄入量及消费率	212
附表 1-7-1	中国城乡居民食用油摄入量 (g/标准人日)	212
附表 1-7-2	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民食用油摄入量 (g/人日)	213
附表 1-7-3	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民食用油消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/标准人日)	214
8.	盐、酱油、醋平均摄入量及消费率	215
附表 1-8-1	中国城乡居民盐、酱油、醋摄入量 (g/标准人日)	215
附表 1-8-2	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民盐、酱油、醋摄入量 (g/标准人日)	216
附表 1-8-3	中国城乡不同家庭人均年收入水平居民盐、酱油和醋消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/标准人日)	217
9.	糕点、食糖、坚果、淀粉类食物平均摄入量及消费率	218
附表 1-9-1	中国城乡居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物摄入量 (g/标准人日)	218
附表 1-9-2	中国不同性别年龄居民糕点、食糖、坚果类、淀粉类食物摄入量	



	(g/人日)	218
附表 1-9-3	中国城市不同性别年龄居民糕点、食糖、坚果类、淀粉类食物摄入量 (g/人日)	219
附表 1-9-4	中国农村不同性别年龄居民糕点、食糖、坚果类、淀粉类食物摄入量 (g/人日)	219
附表 1-9-5	中国大城市不同性别年龄居民糕点、食糖、坚果类、淀粉类食物摄入量 (g/人日)	220
附表 1-9-6	中国中小城市不同性别年龄居民糕点、食糖、坚果类、淀粉类食物 摄入量 (g/人日)	221
附表 1-9-7	中国一类农村不同性别年龄居民糕点、食糖、坚果类、淀粉类食物 摄入量 (g/人日)	221
附表 1-9-8	中国二类农村不同性别年龄居民糕点、食糖、坚果类、淀粉类食物 摄入量 (g/人日)	222
附表 1-9-9	中国三类农村不同性别年龄居民糕点、食糖、坚果类、淀粉类食物 摄入量 (g/人日)	223
附表 1-9-10	中国四类农村不同性别年龄居民糕点、食糖、坚果类、淀粉类食物 摄入量 (g/人日)	223
附表 1-9-11	中国居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	224
附表 1-9-12	中国城市居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	225
附表 1-9-13	中国农村居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	225
附表 1-9-14	中国大城市居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	226
附表 1-9-15	中国中小城市居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	227
附表 1-9-16	中国一类农村居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	227
附表 1-9-17	中国二类农村居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	228
附表 1-9-18	中国三类农村居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	229
附表 1-9-19	中国四类农村居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物消费率 (%) 及消费者 摄入量均值 (g/人日)	229
附表 1-9-20	中国城乡不同收入水平家庭居民糕点、食糖、坚果、淀粉类食物 消费率 (%) 及消费者摄入量均值 (g/标准人日)	230
二、中国不同地区居民膳食主要营养素摄入状况		231
1. 中国城乡居民营养素的平均摄入量		231
附表 2-1-1 中国 6 类地区居民营养素平均摄入量 (每标准人日)		231
附表 2-1-2 1982 年、1992 年、2002 年中国居民营养素平均摄入量 (每标准人日)		232
2. 能量平均摄入量及来源分布		233

附表 2-2-1 中国不同性别年龄居民能量摄入量 (kcal/人日)	233
附表 2-2-2 中国城乡居民能量的食物来源分布 (%)	233
3. 蛋白质平均摄入量及来源分布	234
附表 2-3-1 中国不同性别年龄居民蛋白质摄入量 (g/人日)	234
附表 2-3-2 中国城乡居民蛋白质的食物来源分布 (%)	235
4. 脂肪平均摄入量及来源分布	235
附表 2-4-1 中国不同性别年龄居民脂肪摄入量 (g/人日)	235
附表 2-4-2 中国城乡居民脂肪的食物来源分布 (%)	236
5. 碳水化合物平均摄入量及来源分布	237
附表 2-5-1 中国不同性别年龄居民碳水化合物摄入量 (g/人日)	237
附表 2-5-2 中国城乡居民碳水化物的食物来源分布 (%)	237
6. 膳食纤维平均摄入量及来源分布	238
附表 2-6-1 中国不同性别年龄居民膳食纤维摄入量 (g/人日)	238
附表 2-6-2 中国城乡居民膳食纤维的食物来源分布 (%)	239
7. 维生素 A 平均摄入量及来源分布	239
附表 2-7-1 中国不同性别年龄居民视黄醇摄入量 (μg /人日)	239
附表 2-7-2 中国城乡居民视黄醇的食物来源分布 (%)	240
附表 2-7-3 中国不同性别年龄居民视黄醇当量摄入量 (μg /人日)	240
附表 2-7-4 中国城乡居民视黄醇当量的食物来源分布 (%)	241
8. 硫胺素 (维生素 B ₁) 平均摄入量及来源分布	242
附表 2-8-1 中国不同性别年龄居民硫胺素摄入量 (mg/人日)	242
附表 2-8-2 中国城乡居民硫胺素的食物来源分布 (%)	242
9. 核黄素 (维生素 B ₂) 平均摄入量及来源分布	243
附表 2-9-1 中国不同性别年龄居民核黄素摄入量 (mg/人日)	243
附表 2-9-2 中国城乡居民核黄素的食物来源分布 (%)	244
10. 烟酸平均摄入量及来源分布	244
附表 2-10-1 中国不同性别年龄居民烟酸摄入量 (mg/人日)	244
附表 2-10-2 中国城乡居民烟酸的食物来源分布 (%)	245
11. 抗坏血酸 (维生素 C) 平均摄入量及来源分布	246
附表 2-11-1 中国不同性别年龄居民抗坏血酸摄入量 (mg/人日)	246
附表 2-11-2 中国城乡居民抗坏血酸的食物来源分布 (%)	246
12. 维生素 E 平均摄入量及来源分布	247
附表 2-12-1 中国不同性别年龄居民总维生素 E 摄入量 (mg/人日)	247
附表 2-12-2 中国不同性别年龄居民维生素 E (α) 摄入量 (mg/人日)	248
附表 2-12-3 中国不同性别年龄居民维生素 E ($\beta+\gamma$) 摄入量 (mg/人日)	248
附表 2-12-4 中国不同性别年龄居民维生素 E (δ) 摄入量 (mg/人日)	249
附表 2-12-5 中国城乡居民总维生素 E 的食物来源分布 (%)	250
附表 2-12-6 中国城乡居民维生素 E (α) 的食物来源分布 (%)	250
13. 钙平均摄入量及来源分布	251
附表 2-13-1 中国不同性别年龄居民钙摄入量 (mg/人日)	251
附表 2-13-2 中国城乡居民钙的食物来源分布 (%)	252
14. 镁平均摄入量及来源分布	252

附表 2-14-1 中国不同性别年龄居民镁摄入量 (mg/人日)	252
附表 2-14-2 中国城乡居民镁的食物来源分布 (%)	253
15. 钠平均摄入量及来源分布	254
附表 2-15-1 中国不同性别年龄居民钠摄入量 (mg/人日)	254
附表 2-15-2 中国城乡居民钠的食物来源分布 (%)	254
16. 钾平均摄入量及来源分布	255
附表 2-16-1 中国不同性别年龄居民钾摄入量 (mg/人日)	255
附表 2-16-2 中国城乡居民钾的食物来源分布 (%)	255
17. 磷平均摄入量及来源分布	256
附表 2-17-1 中国不同性别年龄居民磷摄入量 (mg/人日)	256
附表 2-17-2 中国城乡居民磷的食物来源分布 (%)	257
18. 铁平均摄入量及来源分布	257
附表 2-18-1 中国不同性别年龄居民铁摄入量 (mg/人日)	257
附表 2-18-2 中国城乡居民铁的食物来源分布 (%)	258
19. 锌平均摄入量及来源分布	259
附表 2-19-1 中国不同性别年龄居民锌摄入量 (mg/人日)	259
附表 2-19-2 中国城乡居民锌的食物来源分布 (%)	259
20. 硒平均摄入量及来源分布	260
附表 2-20-1 中国不同性别年龄居民硒摄入量 (μg /人日)	260
附表 2-20-2 中国城乡居民硒的食物来源分布 (%)	261
三、中国城乡居民能量、蛋白质、脂肪来源分布	261
附表 3-1 中国城乡居民能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	261
附表 3-2 中国 2~3 岁男性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	262
附表 3-3 中国 2~3 岁女性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	263
附表 3-4 中国 4~6 岁男性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	263
附表 3-5 中国 4~6 岁女性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	264
附表 3-6 中国 7~10 岁男性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	265
附表 3-7 中国 7~10 岁女性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	265
附表 3-8 中国 11~13 岁男性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	266
附表 3-9 中国 11~13 岁女性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	266
附表 3-10 中国 14~17 岁男性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	267
附表 3-11 中国 14~17 岁女性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	267
附表 3-12 中国 18~29 岁男性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	268
附表 3-13 中国 18~29 岁女性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	268
附表 3-14 中国 30~44 岁男性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	269
附表 3-15 中国 30~44 岁女性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	269
附表 3-16 中国 45~59 岁男性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	270
附表 3-17 中国 45~59 岁女性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	270
附表 3-18 中国 60~69 岁男性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	271
附表 3-19 中国 60~69 岁女性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	271
附表 3-20 中国 70 岁以上男性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	272
附表 3-21 中国 70 岁以上女性能量、蛋白质、脂肪来源分布 (%)	272