

LAMPIRAN

Lampiran 1

ANGKA KECUKUPAN GIZI (AKG) 2013

	(13 kolom)	Besi (mg)	F l u o r (m g)	Fo s f o r (m g)	Io di u m (m c g)	Kal i u m (m g)	Kalsi u m (m g)	Kro mi u m (m c g)	Mag nesi u m (m g)	Ma nga n (m g)	Natriu m (m g)	Sel eni u m (m c g)	Seng (m g)	Temba ga (m c g)
Bayi	0 – 6 bulan	-	-	10	90	500	200	-	30	-	120	5	-	200
Bayi	7 – 11	7	0	25	12	700	250	6	55	0,6	200	10	3	220
Anak	1-3 tahun	8	0	50	12	300	650	11	60	1,2	1000	17	4	340
Anak	4-6 tahun	9	0	50	12	380	1000	15	95	1,5	1200	20	5	440
Anak	7-9 tahun	10	1	50	12	450	1000	20	120	1,7	1200	20	11	570
Laki-laki	10-12 tahun	13	1	12	12	450	1200	25	150	1,9	1500	20	14	700
Laki-laki	13-15 tahun	19	2	12	15	470	1200	30	200	2,2	1500	30	18	800
Laki-laki	16-18 tahun	15	2	12	15	470	1200	35	250	2,3	1500	30	17	890
Laki-laki	19-29 tahun	13	3	70	15	470	1100	35	350	2,3	1500	30	13	900
Laki-laki	30-49 tahun	13	3	70	15	470	1000	35	350	2,3	1500	30	13	900
Laki-laki	50-64 tahun	13	3	70	15	470	1000	30	350	2,3	1300	30	13	900
Laki-laki	65-80 tahun	13	3	70	15	470	1000	30	350	2,3	1200	30	13	900
Laki-laki	>80 tahun	13	3	70	15	470	1000	30	350	2,3	1200	30	13	900
Perempuan	10-12 tahun	20	1	12	12	450	1200	21	155	1,6	1500	20	13	700
Perempuan	13-15 tahun	26	2	12	15	450	1200	22	200	1,6	1500	30	16	800
Perempuan	16-18 tahun	26	2	12	15	470	1200	24	220	1,6	1500	30	14	890
Perempuan	19-29 tahun	26	2	70	15	470	1100	25	310	1,8	1500	30	10	900
Perempuan	30-49 tahun	26	2	70	15	470	1000	25	320	1,8	1500	30	10	900
Perempuan	50-64 tahun	12	2	70	15	470	1000	20	320	1,8	1300	30	10	900
Perempuan	65-80 tahun	12	2	70	15	470	1000	20	320	1,8	1200	30	10	900
Perempuan	>80 tahun	12	2	70	15	470	1000	20	320	1,8	1200	30	10	900
Tambahan	Timester 1	+0	+	+0	+7	+0	+200	+5	+40	+0,	+0	+5	+2	+100
Tambahan	Trimester 2	+9	+	+0	+7	+0	+200	+5	+40	+0,	+0	+5	+4	+100
Tambahan	Trimester 3	+13	+	+0	+7	+0	+200	+5	+40	+0,	+0	+5	+10	+100
Tambahan	6 bln	+6	+	+0	+1	+4	+200	+20	+0	+0,	+0	+10	+5	+400
Tambahan	6 bln kedua	+8	+	+0	+1	+4	+200	+20	+0	+0,	+0	+10	+5	+400