
 <b>Verduras y Hortalizas</b>	g Reciclado omponenteses		%	 <b>Frutas</b>	Aragón g		%
	Consumo Nacional g/día	Aragón g/día	%		Consumo Nacional g/día	g/día	%
	<b>318.4</b>	<b>297</b>	<b>93</b>		306	102	
Acelgas	5.65	16.2	287		300		
Ajo	2.54	1.13	44	<b>Frutas Frescas</b>	<b>289.18</b>	<b>295.84</b>	<b>102</b>
Alcachofas	4.09	7.76	190	Aguacate	0.30	0.09	30
Apio	0.32	0.28	88	Albaricoque	1.61	1.89	117
Berenjena	1.55	0.76	49	Cerezas y Guindas	1.73	2.08	120
Calabaza y Calabacín	1.85	1.28	69	Ciruelas	4.16	1.73	42
Cardo	1.04	1.59	153	Chirimoyas	0.90	0.50	56
Cebolla, Cebolleta y Puerro	16.80	17.50	104	Frambuesa, Fresa y Fresón	4.46	4.81	108
Coles y Repollo	7.35	14.00	190	Higos y Brevas	0.53	0.46	87
Coliflor	4.25	4.27	100	Limón	5.25	4.86	93
Champiñón y Setas	1.36	1.55	114	Mandarina	14.60	27.10	186
Espárragos	1.48	2.55	172	Manzana	42.10	40.10	95
Espinacas	1.69	2.19	130	Melocotón	17.10	27.90	163
Grelos y Nabizas	1.04	1.59	153	Melón	23.80	23.80	100
Guisantes Verdes	1.78	2.29	129	Naranja	82.70	82.80	100
Guisantes Congelados	4.12	4.77	116	Nísperos	0.82	0.46	56
Habas	1.13	0.96	85	Pera	23.60	19.00	81
Judías Verdes	13.30	22.60	170	Piña	0.56	1.03	184
Lechuga y Escarola	23.50	32.00	136	Plátano	25.80	19.50	76
Nabos	0.16	0.01	6	Sandía	20.10	21.80	108
Patata	145.00	90.20	62	Uvas	14.80	10.10	68
Pepino	4.64	5.31	114	Aceitunas	4.26	5.83	137
Pimientos de todas clases	10.90	6.81	62	<b>Conservas de Frutas</b>	<b>5.71</b>	<b>5.69</b>	<b>100</b>
Puré de Patata	0.43	0.30	70	Melocotón en Almíbar	2.77	2.62	95
Rábanos	0.16	0.01	6	Mermeladas	2.13	1.82	85
Remolacha	1.08	1.37	127	Piña en Almíbar	0.81	1.25	154
Tomate	40.30	36.50	91				
Tomate Frito	5.14	3.44	67	<b>Frutos Secos</b>	<b>5.03</b>	<b>4.06</b>	<b>81</b>
Tomate al natural	5.62	7.54	134	Almendras	0.33	0.38	115
Zanahoria	10.10	10.20	101	Avellanas	0.18	0.23	128
<b>Leguminosas</b>	Consumo Nacional g (día)	Aragón g/día	67				
	20.3	13.6					
Garbanzos	8.43	5.80	69	Cacahuetes	0.42	0.44	105
Guisantes Secos	0.11	0.00	0	Castañas	1.23	0.76	62
Habas Secas	0.11	0.00	0	Ciruelas Secas	0.42	0.30	71
Judías Blancas, Pintas, ...	5.16	2.85	55	Dátiles	0.82	0.46	56
Lentejas	6.45	4.99	77	Higos Secos	0.42	0.30	71
				Nueces	0.79	0.89	113
				Pasas	0.42	0.30	71