

नेपालमा खाद्यान्न उत्पादन एवं आवश्यकताको स्थिति Cereals Balance Sheet of Nepal

आ.ब. २०७२/७३ (2015-16)



नेपाल सरकार
कृषि विकास मन्त्रालय
कृषि विभाग

कृषि व्यवसाय प्रवर्द्धन तथा बजार विकास निर्देशनालय
हरिहरमवन, ललितपुर
आषाढ २०७३

प्राक्तथन

नेपालको सन्दर्भमा वर्तमान अवस्थामा खाद्य सुरक्षा सम्बन्धि तथ्यांकहरुको महत्व एवं उपयोगिता दिन प्रति दिन बढ्दै हुँदै गैरहेको सर्व विद्वितै छ। यस परिप्रेक्षमा आर्थिक वर्ष २०७२/०७३ मा नेपालको खाद्यान्न उत्पादन एवं आवश्यकता स्थिति सम्बन्धि तथ्यांकहरुको विश्लेषण गरी यो पुस्तिका तयार पारिएको छ।

यस पुस्तिकामा आर्थिक वर्ष २०६८/६९ देखि २०७२/७३ सम्म राष्ट्रिय स्तरका खाद्यान्न आवश्यकता, उपलब्धता, वचत एवं न्युनको स्थिति विश्लेषण गरिएको छ भने आर्थिक वर्ष २०६८/६९ देखि २०७२/७३ सम्मका जिल्ला स्तरीय खाद्यान्न आवश्यकता, उपलब्धता, वचत एवं न्युनको स्थिति विश्लेषण गरिएको छ।

पुस्तिकामा खाद्यान्न विवरण सम्बन्धि परिचय, यसका प्रयोग, क्रमवद्ध विकास तथा महत्व र खाद्यान्न वासलात तयार गर्ने विधि आदि बारे पनि प्रकाश पारिएको छ। यस पुस्तिकामा समेटिएका तथ्यांक विश्लेषण खाद्य सुरक्षासंग सम्बन्धित भएको हुँदा यसबाट राष्ट्रिय एवं जिल्ला स्तरका खाद्य सुरक्षा स्थितीको पहिचान गरी विद्यमान खाद्य स्थितीमा सुधार गर्न, संलग्न निकायहरुले भावी कार्यक्रम तर्जुमा गर्नसक्ने अपेक्षा गरिएको छ।

यस पुस्तिका तयार पार्ने कार्यमा अथक प्रयास गर्नु हुने यस निर्देशनालयका वरिष्ठ कृषि वजार विज्ञ श्री मकवुल अली र कृषि वजार विज्ञ श्री चिरञ्जीवी अधिकारी प्रति आभार प्रकट गर्दै धन्यवाद दिन चाहन्छु।

अन्तमा, पुस्तिका प्रकाशन गर्ने कार्यमा सहयोग गर्ने कृषि विकास मन्त्रालय, अनुगमन तथा मूल्याङ्कन महाशाखा अन्तर्गत तथ्यांक शाखाका वरिष्ठ तथ्यांक अधिकृत श्री दिनेश भट्टराईलाई धन्यवाद दिन चाहन्छु। त्यस्तै यस पुस्तिकालाई अभ्क परिस्कृत गर्दै लैजान सबै क्षेत्रबाट रचनात्मक सुझाव तथा सहयोग हुने छ भन्ने अपेक्षा राख्दछु।

रेणु अधिकारी

कार्यक्रम निर्देशक

विषय सूची

१.	परिचयात्मक विवरण	१
	१.१ भूमिका	१
	१.२. खाद्यान्न वासलातका क्रमवद्ध विकास तथा महत्व	१
२.	उपभोग्य खाद्यान्न विश्लेषण विधि	१
	२.१. खाद्यान्न एवं उपभोग्य खाद्यान्न उत्पादन (Cereal and Edible Food Production)	२
	२.२. खाद्यान्न आवश्यकता (Requirement of Cereal grains)	३
	२.३. पशुदानाको विवरण स्थिति (Livestock Feed Situation)	३
	२.४. निचोड दर (Extraction Rate)	४
	२.५. खाद्यान्न वासलातका सीमाहरु (Limitations of Cereal Balance Sheet)	४
३.	राष्ट्रिय स्तरमा खाद्यान्न उत्पादन तथा आपूर्ति स्थिति	४
	Annex 1	११
	Annex 2	१७
	Annex 3	१८
	सन्दर्भ सामग्री	१९

१. परिचयात्मक विवरण

१.१ भूमिका

विश्वमा खाद्यान्न आपूर्तिको समस्या दिन प्रतिदिन वृद्धि हुँदै गएको छ । यस धर्तिमा जन्म लिने मानिसका स्वस्थ जीवन र दीर्घायुका लागि शुद्ध ताजा खाद्य वस्तुहरु प्रशस्त मात्रामा उत्पादन तथा उपभोग गर्न अति आवश्यक हुन्छ । यसलाई समाधान गर्नका लागि विभिन्न खाद्य वस्तुहरुको उत्पादनमा वृद्धि, उत्पादित वस्तुको उचित वितरणका साथै उपभोक्ताहरुका लागि उचित गुणस्तरको सुपथ मूल्यमा खाद्य वस्तुहरु सहज रूपमा उपलब्ध गराउनु पर्नेमा दुई मत छैन तर पनि विविध कारणहरुले गर्दा उत्पादित खाद्यान्नमा आम जनताको सर्वसुलभताका साथ उपभोग गर्ने तथा न्यायोचित वितरण प्रणाली कठिन बन्दै गएको देखिन्छ ।

धेरै जसो अतिकम विकसित देशहरुमा भै नेपालमा पनि मुख्य खानाका रूपमा अन्न नै खाने प्रचलन छ । साधारणतया नेपालमा चामल, मकै, गहुँ, र कोदो र हाल आएर केही मात्रामा फापरको प्रयोग पनि प्रचलनमा आएको पाइन्छ ।

१.२. खाद्यान्न वासलातका क्रमवद्ध विकास तथा महत्व

यसको शुरुवात दोश्रो विश्व युद्धका दौरान देखि भएको पाइन्छ । दोश्रो विश्व युद्धका दौरानमा खाद्यान्नको ठुलो महत्व हुनु स्वभाविक थियो । सो युद्धका समयमा अमेरिकी सैनिक फौजले आफ्ना भण्डारमा खाद्यान्नको स्टक के कति छ र कुन कुन समयमा युद्धरत सैनिकहरुका लागि के कति खाद्यान्न आवश्यकता हुन्छ भनी वस्तुगत रूपमा उपलब्धिको जानकारी अध्यावधिक रूपमा राख्नको लागि यसको शुरुवात गरीएको थियो । युद्धको समाप्ती पछि विभिन्न मुलकहरुले यस महत्वलाई बुझी यसलाई प्रयोगमा ल्याउन थाले । यसरी यो पट्टी प्रत्यक्ष रूपमा उपयोगी देखिएकोले हाल विश्वका अधिकांश मुलुकहरुले पयोग गर्ने गरेको पाइन्छ ।

नेपालका सन्दर्भमा खाद्यान्नको उत्पादन तथ्याङ्क वि.स. २०१८/०१९ साल देखि नै राख्न थालिएता पनि खाद्यान्न वासलात तयार पार्ने कार्य वि.स. २०२७/०२८ सालमा प्रथम पटक कृषि मन्त्रालयको आर्थिक विश्लेषण तथा योजना शाखाबाट शुरुवात भएको थियो ।

वि.स. २०२९ सालमा तत्कालीन खाद्य तथा कृषि बजार सेवा विभाग गठन भए पछि यस विभागले आ.व. २०३१/०३२ देखि नियमित रूपमा प्रमुख खाद्यान्न वालीहरुको खाद्यान्न वासलात वार्षिक रूपमा तयार पारी प्रकाशन गर्दै आएको हो ।

नेपालको खाद्यान्न वासलातमा उपलब्ध भए जति विभिन्न खाद्यान्न वस्तुहरुको तथ्याङ्क समावेश गरिएको छ । देश भित्र उपलब्ध भएका विभिन्न खाद्यान्न वस्तुहरुको कूल परिमाण, उपभोगका लागि उपलब्ध विभिन्न खाद्यान्नका परिमाण, प्रतिव्यक्ति उपलब्धता परिमाण र त्यसबाट प्रतिव्यक्ति प्रतिदिन उपलब्ध हुने क्यालोरी, प्रोटीन, चिल्लो प्रदार्थ आदिको उपलब्धी देखाइएको हुन्छ ।

२. उपभोग्य खाद्यान्न विश्लेषण विधि

जिल्ला विशेषमा उपभोग्य खाद्यान्न विश्लेषण गर्दा प्रमुख ६ खाद्यान्न वालीहरु धान, गहुँ, मकै,

कोदो, जौ र फापरको उपभोग्य रुपमा हुने अनुमानित उत्पादन अनुमान गरी जिल्लामा खाद्य सुरक्षाको लागि न्यूनतम आवश्यक खाद्यान्नको आवश्यकतालाई पूरा गर्न चाहिने परिमाण अनुमान गरिएको छ । न्यूनतम आवश्यक खाद्यान्न परिमाण छुट्याएर बाँकी रहेको परिमाणलाई बचतको रुपमा र नपुग हुने परिमाणलाई न्यून (Deficit) को रुपमा प्रस्तुत गरिएको छ ।

२.१. खाद्यान्न एवं उपभोग्य खाद्यान्न उत्पादन (Cereal and Edible Food Production)

यसरी आ.ब. २०६८/६९ देखि २०७२/७३ सम्म राष्ट्रियस्तरमा खाद्यान्न वालीहरुका क्षेत्रफल तथा उत्पादन तालिका न. १ मा प्रस्तुत गरीएको छ ।

तालिका नं. १

राष्ट्रियस्तरमा खाद्यान्न वालीहरुका क्षेत्रफल तथा उत्पादन (क्षेत्रफल: हेक्टरमा र उत्पादन ००० मे.टनमा)

आर्थिक वर्ष	धान		मकै		कोदो		फापर		गहुँ		जौ		जम्मा	
	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन
२०७२/७३	१३६३	४२९९	८९१	२२३१	२६८	३०३	११	११	७४६	१७३७	२८	३३	३३०७	८६१५
२०७१/७२	१४८६	५०४७	९२८	२२८३	२७१	३०४	१०१५	१०	७५४	१८८३	२८	३४	३४८०	९५६२
२०७०/७१	१४२०	४५०४	८४९	१९९९	२७४	३०५	१०१६	१०	७५४	१७२७	२९	३४	३३३९	८५८०
२०६९/७०	१५३१	५०७२	८७१	२१७९	२७८	३१५	१०	१०	७५८	१८२९	२९	४१	३४७८	९४४७
२०६८/६९	१४९६	४४६०	९०६	२०६८	२७०	३०३	१०	९	७६७	१७४६	२८	३०	३४७९	८६१५

श्रोत: कृषि विकास मन्त्रालय

यसरी राष्ट्रिय स्तरमा धान, मकै, गहुँ, कोदो, जौ, र फापरको खुद उत्पादनबाट आगामी वर्षको लागि आवश्यक बीउको परिमाण, खाद्यान्न कटानी गर्नु पूर्व हुने क्षतिको परिमाण, भुस चोकर अन्य छिजर्जर्ति आदिमा हुने नोक्सानीको परिमाण तथा पशुदानामा प्रयोग हुने परिमाण आदी कटाए पछि अर्थात उक्त खाद्यान्नहरु प्रशोधन पछि मात्र खान योग्य हुन आउछ । आर्थिक वर्ष २०६८/६९ देखि फापरलाई पनि कृषि विकास मन्त्रालयबाट खाद्यान्न वालीमा समावेश गरीएकोले उक्त आ.ब. देखिनै खाद्यान्न वासलातमा समावेश गरिएको छ । यसरी आ.ब. २०६८/६९ देखि २०७२/७३ सम्म राष्ट्रियस्तरमा उपभोग योग्य खाद्यान्नहरुका विवरण तालिका न. २ मा प्रस्तुत गरीएका छ ।

तालिका नं. २

राष्ट्रियस्तरमा उपभोग योग्य खाद्यान्न विवरण (उत्पादन : मे.टनमा)

आर्थिक वर्ष	चामल	मकै	कोदो	फापर	गहुँ	जौ	जम्मा उपभोग्य खाद्यान्न
२०७२/७३	२३७४३८९	१४३६१८४	२२३५४८	९५४१	१३०२७५०	८८२०	५३५५२३२
२०७१/७२	२५५५१२३	१२५१५६३	२२५८९४	८८९७	१४४९१४५	१०१०७	५५००७२८
२०७०/७१	२८०८१६०	१५५७५०७	२४९४९२	८४५५	१४५२४८२	९६८०	६०८५७७६
२०६९/७०	२४५५१३६	१५०९६६०	२४८१६८	५४१९	१४१९७०७	१०१७४	५६४८२६५

आर्थिक वर्ष	चामल	मकै	कोदो	फापर	गहुँ	जौ	जम्मा उपभोग्य खाद्यान्न
२०६८/६९	२८२०९१५	१४६९२३६	२५८५३९	८१९५	१५५२१२२	११२८८	६०२०२९५

श्रोत: कृषि विकास मन्त्रालयद्वारा प्रकाशित तथ्याङ्कलाई कृषि व्यवसाय प्रवर्द्धन तथा बजार विकास निर्देशनालयबाट प्रशोधन

२.२. खाद्यान्न आवश्यकता (Requirement of Cereal grains)

आधारभूत आवश्यकता परिपूर्ति गर्न तर्जुमा गरको कार्यक्रममा देशका विभिन्न भागको भौगोलिक विभिन्नतालाई ध्यानमा राखि उच्च पहाड र पहाडको लागि प्रति व्यक्ति प्रति दिन २,३४० क्यालोरी र तराईको लागि प्रति दिन प्रति व्यक्ति २,१४० क्यालोरी चाहिने अनुमानको आधारमा राष्ट्रियस्तरमा सरदर प्रति व्यक्ति प्रति दिन २,२५० क्यालोरीको आवश्यकता निर्धारण गरिएको छ । न्युनतम खाद्य उपभोगका आवश्यकतालाई ध्यानमा राखी प्रति दिन प्रति व्यक्ति २,२५० क्यालोरीको ८७.३ प्रतिशत अर्थात १,९६४ क्यालोरी खाद्यान्न (धान, चामल, मकै, गहुँ, कोदो, फापर र जौ) दलहन र आलु तथा कन्दमुलबाट उपलब्ध हुने अनुमान गरिए अनुसार खाद्यान्नबाट ७१.९३ प्रतिशत, दलहनबाट २.७६ प्रतिशत, आलुबाट ७.९२ प्रतिशत र कन्दमुलबाट ४.६८ प्रतिशत गरी कुल ८७.३ प्रतिशतका दरले यस प्रतिवेदन तयार पारिएको छ ।

साथै खाद्यान्न उपभोगको आधारमा उच्च पहाडमा १९१ के.जी., मध्य पहाडमा २०१ के.जी. र तराईमा १८१ केजी प्रति वर्ष प्रति व्यक्ति खाद्यान्न उपभोग हुने अनुमान गरिएको छ ।

राष्ट्रिय जनगणना २०६८ अनुसार नेपालको जनसंख्या २,६४,९४,५०४ रहेको छ र नेपालको औषत वार्षिक जनसंख्या बढिदर (Average annual exponential population growth rate) १.३५ रहको छ । दश वर्ष पहिला २०५८ सालमा सम्पन्न भएको राष्ट्रिय जनगणना अनुसार नेपालको जनसंख्या २,३१,५१,४२३ रहेको थियो भने वार्षिक जनसंख्या वृद्धि दर २.२५ प्रतिशत थियो ।

यसरी केन्द्रिय तथ्याङ्क विभागद्वारा अनुमान गरीएको वार्षिक जनसंख्या वृद्धि दरका आधारमा कृषि व्यवसाय प्रवर्द्धन तथा बजार विकास निर्देशनालय अन्तर्गत केन्द्रिय बजार सूचना इकाईले विभिन्न आर्थिक वर्षहरूको जनसंख्या प्रक्षेपण (Projection) गर्ने गरेको छ । आर्थिक वर्ष २०७२/७३ मा वि.स. २०६८ सालको राष्ट्रिय जनगणनाद्वारा निर्धारण गरेको १.३५ प्रतिशत वार्षिक जनसंख्या वृद्धिदर अनुसार नेपालको जनसंख्या २,८५,३५,०८५ रहेको प्रक्षेपित अनुमान गरीएको छ । जस अनुसार आर्थिक वर्ष २०७२/७३ मा ५४,२६,६३१ मे.टन. कुल खाद्यान्न आवश्यक रहेको अनुमान गरीएको छ ।

२.३. पशुदानाको विवरण स्थिति (Livestock Feed Situation)

यस विवरण तयार पार्दा प्रत्येक जिल्लाहरूमा दुध दिने गाई, भैसीको संख्या र काम गर्ने रागाँ हलगोरुको संख्या त्यस्तै प्रजननको लागि रागाँ, गोरुका साथै दुधालु बाखा, खसी बोका एवं कुखुरा तथा अन्य पशुहरूलाई आवश्यक पर्ने आधारमा यस पुस्तिकामा हिसाव समावेश गरीएको छ ।

पशुदाना निकाल्ने हिसाव

क्र.सं.	पशु विवरण	आवश्यकता प्रति पशु मे.ट.
१	गोरु राँगा (Oxen)	०.०२४
२	साँडे (Bull)	०.१००

क्र.सं.	पशु विवरण	आवश्यकता प्रति पशु मे.ट.
३	दुधालु गाई भैसी (Milking Cow and Buffalo)	०.०७०
३	वाखा खसी (Goat)	०.००५

२.४. निचोड दर (Extraction Rate)

धान, मकै, गहुँ, कोदो, जौ र फापर (विगत ४ वर्षदेखि समावेश गरीएको) को खुद (ग्रस) उत्पादनबाट आगामी वर्षका लागि आवश्यक बीउको परिमाण, खाद्यान्न कटानी गर्नु पूर्व हुने छ ।

क्षतीको परिमाण, भुस चोकर अन्य छिजजर्ति आदिमा हुने नोक्सानीको परिमाण तथा पशुदानामा प्रयोग हुने परिमाण आदि कटाएपछि प्रशोधन योग्य परिमाण हुन आउँछ ।

२.५. खाद्यान्न वासलातका सीमाहरू (Limitations of Cereal Balance Sheet)

(क) यस अन्तर्गत दखाइएको परिमाणले प्रतिव्यक्ति उपभोगका लागि उपलब्ध भएको परिमाणलाई मात्र जनाउने गरिन्छ । तर, प्रत्येक व्यक्तिले के कति परिमाण उपभोग गरेको छ, सो परिमाणलाई भने देखाउने गर्दैन । (ख) यस प्रतिवेदनमा समावेश गरिएका कृषि वस्तुहरूको आयात/निर्यात तथ्याङ्क भन्सार विभागबाट प्राप्त आयात/निर्यात तथ्याङ्कका आधारमा तयार पारिएको हुन्छ । छिमेकी मित्रराष्ट्र भारत संगको खुल्ला सिमानाले गर्दा कतिपय खाद्य वस्तुहरू भन्सार कार्यालयमा दर्ता नगरिकन आयात/निर्यात हुने गर्दछ । यसरी अनाधिकृत रुपमा आयात/निर्यात भएका वस्तुहरूको परिमाण एकिन गर्न नसकिने भएको हुनाले सो परिमाण समावेश हुन सकेको छैन । (ग) धार्मिक कार्य पुजा आजामा प्रयोग हुने अन्न र जाँड, रक्सी बनाउँदा प्रयोग हुने खाद्यान्न परिमाणको हिसाव अनुमान गर्न नसकेको हुनाले सो परिमाण समावेश गरिएको छैन ।

३. राष्ट्रिय स्तरमा खाद्यान्न उत्पादन तथा आपूर्ति स्थिति

आर्थिक वर्ष २०७२/७३ मा जिल्ला स्तरीय उपभोग्य खाद्यान्न उत्पादन आवश्यकताको अध्ययन गर्दा जिल्लाबाट प्राप्त तथ्याङ्क बाट ७५ जिल्ला मध्ये ४० जिल्लामा खाद्यान्न वचतको अवस्थामा रहेको छ भने बाँकी ३५ जिल्लाहरूमा खाद्यान्न अभाव हुने देखिन्छ । समग्रमा हेर्दा देशको खाद्यान्न वस्तु स्थिती ७१,३९९ मे.ट न्यून भएको देखिन्छ, यसले देशको खाद्यान्न आपूर्ति अवस्था कमजोर भएको देखिन्छ ।

भौगोलिक क्षेत्रको आधारमा अध्ययन गर्दा उच्च पहाड र मध्य पहाडमा क्रमसः ८६४१७ मे.ट., ८८६४४ मे.ट. खाद्यान्न न्यून हुने देखिन्छ भने तराईमा १०३६६२ मे.ट. वचत हुने देखिन्छ । यसरी हेर्दा देशको खाद्यान्नको अवस्था न्यून रहेको छ, यो अवस्था राम्रो होइन । अब हामीले उत्पादन बृद्धि तर्फ सोच्नु पर्ने चुनौती श्रृजना भएको छ ।

तालिका नं. ३
भौगोलिक क्षेत्र अनुसार राष्ट्रियस्तरको उपभोग्य खाद्यान्न स्थिति
आर्थिक वर्ष २०७२/७३ (२०१५/१६)

(मे.टन.)

भौगोलिक क्षेत्र	मध्यावधि जनसंख्या	चामल	मकै	कोदो	फापर	गहुँ	जौ	उपभोग्य खाद्यान्न	आवश्यक खाद्यान्न	वचत वा न्यून
१. उच्च पहाड	१८४२१२७	६१७८२	१०४६५७	४०२९२	३८३६	४९९७३	४८८७	२६५४२८	३५१८४५	-८६४१७
२. पहाड	१२१६७९०९	६०२३२९	११५८४२९	१७५५२०	३९८४	४१३२४७	३५९९	२३५७१०८	२४४५७५२	-८८६४४
३. तराई	१४५२५०५०	१७०२७७	१७३०९७	७७३७	१७२१	८३९५३१	३३४	२७३२६९६	२६२९०३४	१०३६६२
नेपाल	२८५३५०८५	२३७४३८९	१४३६१८४	२२३५४८	९५४१	१३०२७५०	८८२०	५३५५२३२	५४२६६३१	-७१३९९

तालिका नं. ४
पाँच विकास क्षेत्र अनुसार राष्ट्रियस्तरको उपभोग्य खाद्यान्न स्थिति

(मे.टन.)

विकास क्षेत्र	मध्यावधि जनसंख्या	चामल	मकै	कोदो	फापर	गहुँ	जौ	उपभोग्य खाद्यान्न	आवश्यक खाद्यान्न	वचत वा न्यून
पूर्वाञ्चल	६०८००१४	६३९२३२	४५६१४४	६५७६७	२५९८	१८४३४८	४७१	१३४८५६१	११३६०४३	२१२५१८
मध्यमाञ्चल	१०६९७९१३	६४२७३३	३९१५४७	४१९१३	१५३०	४२४८०६	५१०	१५०३०३९	२०४२२२५	-५३९१८६
पश्चिमाञ्चल	५१४४६२४	५०७६१७	३६८२०५	८२२५२	३१३६	२२७३०७	११२६	११८९६४३	९८८०४४	२०१५९९
मध्य पश्चिमाञ्चल	३८५३१४०	३०५३३५	१८८४८१	२०३४१	२१८०	२६२७५७	४८२८	७८३९२३	७३७९४१	४५९८२
सुदूर पश्चिमाञ्चल	२७५९३९५	२७९४७२	३१८०६	१३२७४	९७	२०३५३१	१८८५	५३००६६	५२२३७८	७६८८
नेपाल	२८५३५०८५	२३७४३८९	१४३६१८४	२२३५४८	९५४१	१३०२७५०	८८२०	५३५५२३२	५४२६६३१	-७१३९९

विकास क्षेत्रको आधारमा विश्लेषण गर्दा मध्यमाञ्चल विकास क्षेत्रमा खाद्यान्न न्यून देखिन्छ भने अन्य क्षेत्रहरू पूर्वाञ्चल, पश्चिमाञ्चल, मध्यपश्चिमाञ्चल र सुदूर पश्चिमाञ्चल विकास क्षेत्रहरूमा वचतको अवस्था रहेको छ। मध्यमाञ्चल विकास क्षेत्रमा अत्याधिक जनघनत्व, गत वर्षको विनाशकारी भुकम्प र सहरीकरणको कारणले गर्दा खाद्यान्न न्यून हुन गएको अनुमान गर्न सकिन्छ।

तालिका नं. ५

विभिन्न आर्थिक वर्षहरूका राष्ट्रियस्तरका खाद्यान्न उत्पादन तथा आवश्यकताको स्थिति

आर्थिक वर्ष २०६०/६१(२००३/०४) - २०७२/७३(२०१५/१६)

इकाई : मे. टनमा

खाद्यान्न	२०६०/६१	२०६१/६२	२०६२/६३	२०६३/६४	२०६४/६५	२०६५/६६	२०६६/६७	२०६७/६८	२०६८/६९	२०६९/७०	२०७०/७१	२०७१/७२	२०७२/७३
बालीहरु	२४५५९७१	२३५८५४०	२३१४०६५	२०१८६०१	२३६५६९२	२४९१८३१	२२११४३९	२४७३९९१	२८२०९१५	२४५५१३६	२८०८१६०	२५५५१२३	२३७४३८९
चामल	१०८२४५५	११८६८४०	११९४९३३	१२६४८५३	१३३०७९८	१३४७४४२	१२७९०१३	१४३२१७२	१४६९२३६	१५०९६६०	१५५७५०७	१२५१५६३	१४३६१८४
मकै	२३२३७३	२३७७७८	२३८६५१	२३३४५१	२३८७०७	२३७४४०	१२४३८७४	२४८३३४	२५८५३९	२४१८६८	२४९४९२	२२५८९४	२२३५४८
कोदो								७२०८	८१९५	५४१९	८४५५	८८९७	९५४१
फापर													
गाहूँ	११०५०८७	११५१२८२	१११२५०९	१२१२५०६	१२७४३२४	१०६७७९१	२४३०५९	१३९९९७०	१४५२१२२	१४१९७०७	१४५२४८२	१४४९१४५	१३०२७५०
जौ	८४८५	८११३	७६६७	७८०८	७७५४	६३५९	७६०२	८३४५	११२८८	१०१७४	९६८०	१०१०७	८८२०
जम्मा	४८८४३७१	४९४२५५३	४८६६७८२	४७३७२१९	५२१७२७५	५१५०५६३	४९८४९८७	५५७००१९	६०२०२१५	५६४८२६५	६०८५७७६	५५००७२८	५३५५२३२
उत्पादन	४६७३४४	४७७७७०	४८९०९९३	५००५२८२	५२४२९१२	५२४३२४९	५३६७२९	५२३५५५१	५०७७३४	५२३९८२३	५२९५८८६	५३४५१७०	५४२६६३१
आवश्यकता	२१३०२७	१६२८४३	-२३१६८	-२६८०६३	-२५६३७	-९२६८६	-३८२१४२	३३४४६८	९४३१६१	४०८४४२	७८९८९०	१५५५५८	-७१३९९
बचत वा त्यून													

तालिका नं. ६

जिल्लास्तरीय उपभोग्य खाद्यान्न उत्पादन तथा आवश्यकता विवरण, २०७२/७३ (सन् २०१५/१६)

ईकाइ: मे.टनमा

जिल्लाहरु	मध्यावधि जनसंख्या	चामल	मकै	कोदो	फापर	गहुँ	जौ	उपभोग्य खाद्यान्न	आवश्यक खाद्यान्न	वचत वा न्यून
१. ताप्लेजुड	१२४००४	४४३२	२०५८७	३३९०	१३६	२२५६	१०५	३०९०६	२३६८५	७२२१
२. संखुवाशभा	१५८५०४	१५१४८	१२८९८	५९८९	१३	८९३	४	३४९४६	३०२७४	४६७२
३. सोलुखुम्बु	१०४९९०	१७०१	२११९९	१९७२	१२२	२५५४	४९	२७५९८	२००५३	७५४५
पूर्वीय उच्च पहाड	३८७४९८	२१२८१	५४६८४	११३५२	२७१	५७०३	१५८	९३४५०	७४०१२	१९४३८
४. पाँचथर	१८६८९४	११५७४	२८५८६	७४४७	०	५१४९	११४	५२८७०	३७५६६	१५३०४
५. इलाम	२९४०५२	१७३९३	९०८९७	१७२६	२०	११७६२	१४	१२१८१२	५९१०४	६२७०८
६. तेह्रथुम	९६२३७	९४५०	१९५१७	२६६३	२९	२५५२	१८	३४२२९	१९३४४	१४८८५
७. धनकुटा	१६१८६७	१२१३७	१३३३६	६८०५	३	२४७६	१	३४७५७	३२५३५	२२२२
८. भोजपुर	१७२९५४	१८७७२	६३३२०	४६८८	२९	६५८	५	८७४७१	३४७६४	५२७०७
९. खोटाङ	१९४७८४	९७३२	५५८८५	१७०४५	५३२	१०७१७	११७	९४०२९	३९१५२	५४८७७
१०. ओखलढुंगा	१४३८२६	४८५९	२०७३०	६७५३	९०	३१०७	१९	३५५५८	२८९०९	६६४९
११. उदयपुर	३३३६४५	२२५९६	२४३८७	२८७८	१४	९९८५	११	५९८७२	६७०६३	-७९९१
पूर्वीय पहाड	१५८४२५९	१०६५१४	३१६६५८	५०००५	७१७	४६४०५	२९९	५२०५९८	३१८४३७	२०२१६१
१२. भ्रुवापा	८८२९७८	१७६८३३	६११७५	१७६०	१२२६	२४५४९	२	२६५५४४	१५९८१९	१०५७२५
१३. मोरङ	१०३२७८२	१५४६२५	१८५८९	१३२८	५७	२८०७८	०	२०२६७९	१८६९३४	१५७४५
१४. सुनसरी	८४३३६२	८६८८५	५०३७	५८५	३२७	३६९४२	१२	१२९७८९	१५२६४८	-२२८५९
१५. सप्तरी	६७६७८२	४५७९१	०	२१४	०	२५६८१	०	७६८५	१२२४९७	-५०८१२
१६. सिराहा	६७२३५४	४७३०३	०	५२४	०	१६९९०	०	६४८१६	१२१६९६	-५६८८०
पूर्वीय तराई	४१०८२५७	५११४३७	८४८०२	४४११	१६१०	१३२२३९	१४	७३४५१३	७४३५९४	-९०८१
पूर्वाञ्चल विकास क्षेत्र	६०८००१४	६३९२३२	४५६१४४	६५७६७	२५९८	१८४३४८	४७१	१३४८५६१	११३६०४३	२१२५१८
१७. दोलखा	१७८२५९	३०८३	६८४५	२४३९	३३६	४७८०	२७	१७५११	३४०४७	-१६५३६
१८. सिन्धुपाल्चोक	२७९१५३	९५७०	२८४७०	११६८७	०	४६३९	३२	५४३९९	५३३१८	१०८१
१९. रसुवा	४२५९१	१२००	२०८०	५१६	०	९४३	५६	४७९४	८१३५	-३३४१
मध्य उच्च पहाड	५००००३	१३८५३	३७३९६	१४६४३	३३६	१०३६२	११५	७६७०४	९५५००	-१८७९६
२०. रामेछाप	१९७९३९	११८४६	३६३२९	३३६७	१६	६२८८	१४	५७८५९	३९७८६	१८०७३
२१. सिन्धुली	३०४७५५	१९६९७	४३९४३	७९२३	२१६	११०७९	१८	८२८७५	६१२५६	२१६१९
२२. काभ्रे	३८००३२	१८६८३	४०८०८	२६७६	५४६	१६५६८	१४६	७९४२७	७६३८६	३०४१
२३. भक्तपुर	३५४१३१	१३५५१	४९५७	१०४	०	८३४५	१०	२६९६६	७११८०	-४४२१४
२४. ललितपुर	५५१००९	११७२२	२०६९९	३८०	४३	६१२९	६	३८९७८	११०७३३	-७१७७५

जिल्लाहरू	मध्यावधि जनसंख्या	चामल	मकै	कोदो	फापर	गहुँ	जौ	उपभोग्य खाद्यान्न	आवश्यक खाद्यान्न	वचत वा न्यून
२५. काठमाण्डौ	२२१५१४७	२२२९४	२५९७५	५६८	४	९८८८	१	५८७३०	४४५२४५	-३८६५१५
२६. नुवाकोट	२७२११३	३४६१६	४७१४४	३४४२	२०१	१०५४२	२६	९५९७२	५४६९५	४१२७७
२७. धादिङ	३३४७२५	२२८२६	२५६००	४०६०	०	७९५१	५५	६०४९२	६७२८०	-६७८८
२८. मकपानपुर	४३३२३७	१९५४५	५३१५५	२१९२	१६८	९६९६	४९	८४८०६	८७४८३	-२६७७
मध्य पहाड	५०४५०८८	१७४७७९	२९८६१०	२४७१	११९५	८६४८५	३२३	५८६१०४	१०१४०६४	-४२७९६०
२९. धनुषा	८००२४९	६७८२९	०	२४६	०	८४७२६	०	१५२८०१	१४४८४५	७९५६
३०. महोत्तरी	६६८३९०	४६७३०	१५२३५	०	०	५१८१६	३	११३७८३	१२०९७९	-७९९६
३१. सर्लाही	८४६८६३	६५५२१	२०६७३	७९३	०	४९३९६	१९	१३६४०१	१५३२८२	-१६८८१
३२. रौतहट	७७०८००	५६५९२	०	५२	०	३४५६७	१	९१२१२	१३९५१५	-४८३०३
३३. बारा	७६२७००	८०१२७	१७५०९	८५	०	७२०३१	२६	१६९७७७	१३८०४९	३१७२८
३४. पर्सा	६६०९१४	८५२६५	२१२४	७४	०	६०६८९	१२	१४८१६४	११९६२५	२८५३९
३५. चितवन	६४२९०७	५२०३७	०	१३१२	०	-२५२६५	१०	२८०९३	११६३६६	-८८२७३
मध्य तराई	५१५२८२२	४५४१०१	५५५४१	२५६०	०	३२७९५९	७२	८४०२३२	९३२६६१	-९२४२९
मध्यमाञ्चल	१०६९७९१३	६४२७३३	३९१५४७	४१९१३	१५३०	४२४८०६	५१०	१५०३०३९	२०४२२२५	-५३९१८६
३६. मनाङ	५३९९	०	१४०	०	३७६	३७५	५३	९४४	१०३१	-८७
३७. मुस्ताङ	१२७४५	०	३७५	०	८२२	७३३	१३२	२०६२	२४३४	-३७२
पश्चिमी उच्च पहाड	१८१४३	०	५१५	०	११९८	११०८	१८५	३००६	३४६५	-४५९
३८. गोरखा	२६२९१८	१०४९७	२९५४५	७९८१	३२७	४९९४	१९	५३३६१	५२८४७	५१४
३९. लमजुङ	१६३१७४	१९६७४	१५६३६	६६४४	१३	८३९	६	४२८१३	३२७९८	१००१५
४०. तनहुँ	३२७३५४	२३२४७	४८१८१	५१६०	१५३	२५८०	१	७९३२३	६५७९८	१३५२५
४१. कास्की	५५९५७५	३९१२६	२०५७८	१३३०५	१३	८९१०	३१	८१९६३	११२४७५	-३०५१२
४२. पर्वत	१४१२६५	१०९८०	१८८०६	६५४५	३०	४३९६	१९	४०७७६	२८३९४	१२३८२
४३. स्याङ्जा	२७६०१०	३१६८४	५९५१०	१४१११	१४०	६८६८	२	११२३१४	५५४७८	५६८३६
४४. पाल्पा	२५७५४९	१६०७८	३०३०९	१९२५	५०३	८८८५	८	५७७०९	५१७६७	५९४२
४५. म्याग्दी	११३२४४	६३८९	२१६५६	२९०७	१२३	४७२१	१०३	३५८९९	२२७६२	१३१३७
५६. बाग्लुङ	२६८४७९	९४२१	४८५३७	१८२१३	१००	११९४२	३१५	८८५२८	५३९६४	३४५६४
४७. गुल्मी	२७२२८८	१३५७६	३८३०५	२४७०	२२३	१२१८९	१७६	६६९३९	५४७३०	१२२०९
४८. अर्घाखाँची	१९२४६४	१२३१०	३६६२८	२५२४	२२९	८९१३	११०	६०७१३	३८६८५	२२०२८
पश्चिमी पहाड	२८३४३२२	१९२९८४	३६७६९०	८१७८५	१८५३	७५२३६	७९०	७२०३३८	५६९६९८	१५०६४०
४९. नवलपरासी	६८८१००	८८४७५	०	४२३	८४	२३१५२	३	११२१३६	१२४५४६	-१२४१०
५०. रुपन्देही	९८१०७१	१५४८९२	०	४५	०	५९९०६	५६	२१४९००	१७७५७४	३७३२६
५१. कपिलवस्तु	६२२९८८	७१२६६	०	०	०	६७९०४	९२	१३९२६३	११२७६१	२६५०२
पश्चिमी तराई	२२९२१५९	३१४६३३	०	४६८	८४	१५०९६३	१५१	४६६२९९	४१४८८१	५१४१८

जिल्लाहरू	मध्यावधि जनसंख्या	चामल	मकै	कोदो	फापर	गहुँ	जौ	उपभोग्य खाद्यान्न	आवश्यक खाद्यान्न	वचत वा न्यून
पश्चिमाञ्चल	५१४४६२४	५०७६१७	३६८२०५	८२२५२	३१३६	२२७३०७	११२६	११८९६४३	९८८०४४	२०१५९९
५२. डोल्पा	४०९०६	२३१	०	३१९	७८२	२२७४	६७	३६७४	७८१३	-४१३९
५३. मुगु	६२०२४	१०६५	०	३४१७	४०९	२३८५	४४५	७७२१	११८४७	-४१२६
५४. हुम्ला	५६९१४	२०६	०	६८८	५६१	-१३९	२१३	१५२८	१०८७१	-९३४३
५५. जुम्ला	१२०१९६	२८८७	३२३३	३४८६	८०	३५८७	१७९५	१५०६८	२२९५७	-७८८९
५६. कालिकोट	१५५९६०	२३०७	२३३२	१२८१	११५	४४८९	५४७	११०७०	२९७८८	-१८७८
मध्य प.उच्च पहाड	४३६०००	६६९५	५५६५	९९९१	१९४७	१२५९६	३०६७	३९०६१	८३२७६	-४४२१५
५७. रुकुम	२१९३७०	५७६१	२४९७८	१३२३	०	२११०७	२८७	५३४५६	४४०९३	९३६३
५८. रोल्पा	२३२१५४	६५३४	१९४९९	१०६४	९४	१६७७९	१७४	४४१४३	४६६६३	-२५२०
५९. प्युठान	२३६३४५	१२७६३	१५९३२	१७९६	१२	१५०६१	२११	४५७७५	४७५०५	-१७३०
६०. सल्यान	२५८३३९	१४००३	२९६७०	१३६०	६०	२०१३०	३५४	६५५७७	५१९२६	१३६५१
६१. जाजरकोट	१९३०४८	३०२७	१०७१६	१२५५	२५	१०७९०	२६३	२६०७६	३८८०३	-१२२७
६२. दैलेख	२८२१५८	१४६०७	२५८८६	२००६	२५	२८४६०	६५	७१०४८	५६७१४	१४३३४
६३. सुर्खेत	३८६७३०	२३५७२	२३४८१	२३३४	०	३०७८७	३९४	८०५६८	७७७३३	२८३५
मध्य पश्चिमी पहाड	१८०८१४४	८०२६६	१५०१६२	१११३७	२१६	१४३११४	१७४८	३८६६४३	३६३४३७	२३२०६
६४. दाङ	६०४०१८	६९३६३	२६५४५	१२	१७	२०४४६	८	११६३९२	१०९३२७	७०६५
६५. बाँके	५५४५०८	५१७६४	६२१०	०	०	४०६२३	३	९८५९९	१००३६६	-१७६७
६६. बर्दिया	४५०४७०	९७२४७	०	०	०	४५९७८	३	१४३२२८	८१५३५	६१६९३
मध्य पश्चिमी तराई	१६०८९९५	२१८३७४	३२७५४	१२	१७	१०७०४८	१३	३५८२१९	२९१२२८	६६९९१
मध्य पश्चिमाञ्चल	३८५३१४०	३०५३३५	१८८४८१	२०३४१	२१८०	२६२७५७	४८२८	७८३९२३	७३७९४१	४५९८२
६७. बाजुरा	१५०२२३	४२३९	०	२२०१	९	२८६०	२४८	९५५८	२८६९३	-१९१३५
६८. बझाङ	२१०९९१	१०७७६	२५७६	१८४१	६	१०४१६	८६९	२६४८४	४०२९९	-१३८१५
६९. दार्चुला	१३९२६९	४९३७	३९२२	१०६४	६९	६९२७	२४५	१७६५	२६६००	-९४३५
सुदुर प.उच्च पहाड	५००४८३	१९९५३	६४९८	५१०६	८४	२०२०४	१३६२	५३२०७	९५५९२	-४२३८५
७०. अछाम	२७६२२७	१७३५	५४१५	२९०८	०	१६६१२	१५६	४२२२६	५४५९७	-१२३७१
७१. डोटी	२१४०८८	१२०४७	२४६०	४११४	४	१९९२९	५२	३८६०६	४३०३२	-४४२६
७२. बेतडी	२५९५७५	९००५	११७९७	६१५	०	११९५८	१६६	३३५४०	५२१७५	-१८६३५
७३. डडेल्धुरा	१५०८०५	९५९९	५६३६	२४६	०	१३५०७	६५	२९०५३	३०३१२	-१२५९
सुदुर पश्चिमी पहाड	८९६०९६	४७७८६	२५३०८	७८८२	४	६२००६	४३९	१४३४२५	१८०११६	-३६६९१

जिल्लाहरू	मध्यावधि जनसंख्या	चामल	मकै	कोदो	फापर	गहुँ	जौ	उपभोग्य खाद्यान्न	आवश्यक खाद्यान्न	वचत वा न्यून
७४. कैलाली	८६९८१२	१३०५२६	०	२८६	९	६१२९६	८१	१९२१९८	१५७४३६	३४७६२
७५. कन्चनपुर	४९३००४	८१२०७	०	०	०	६००२५	३	१४१२३५	८९२३४	५२००१
सुदुर पश्चिमी तराई	१३६२८१६	२११७३३	०	२८६	९	१२१३२१	८४	३३३४३३	२४६६७०	८६७६३
सुदुरपश्चिमाञ्चल	२७५९३९५	२७९४७२	३१८०६	१३२७४	९७	२०३५३१	१८८५	५३००६६	५२२३७८	७६८८
नेपाल	२८५३५०८५	२३७४३८९	१४३६१८४	२२३५४८	९५४१	१३०२७५०	८८२०	५३५५२३२	५४२६६३१	-७१३९९

श्रोत : कृषि व्यवसाय प्रवर्द्धन तथा बजार विकास निर्देशनालय, हरिहरभवन, ललितपुर, कृषि विकास मन्त्रालय, कृ.व्य.प्र तथा तथ्याङ्क महाशाखा, कृषि तथ्याङ्क शाखा ।

Annex 1
TABLE OF FOOD VALUES (Nutrients Per 100 grams of Edible Portion)

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm)	Fat (gm)
	CEREAL GRAINS AND PRODUCT			
1	BARLEY	336	11.5	1.3
2	BUCKWHEAT (PHAPER)	323	10.3	2.4
3	BISCUITS, SWEET	450	6.4	15.2
4	BISCUITS, SALTY	534	6.6	32.4
5	BREAD, WHITE	245	7.8	0.7
6	MAIZE, DRY	342	11.1	3.6
7	MAIZE, TENDER	125	4.7	0.9
8	MILLET (KODO)	309	8.3	1.4
9	PAPPAD	288	18.8	0.3
10	RICE, PARBOILED, MILLED	346	6.4	0.4
11	RICE, RAW, MILLED	345	6.8	0.5
12	RICEFLAKES	346	6.6	1.2
13	RICE PUFFED	325	7.5	0.1
14	RAGI (MILLET)	328	7.3	1.3
15	SUJI (SEMOLINA)	348	10.4	0.8
16	VERMICELLI	352	18.7	0.4
17	WHEAT (WHOLE)	346	11.8	1.5
18	WHEAT FLOUR (WHOLE)	341	12.1	1.7
19	WHEAT FLOUR (REFINED)	348	11.0	0.9
	PULSES AND LEGUMES			
20	BENGAL GRAM (WHOLE)	360	17.1	5.3
21	BENGAL GRAM DAL	372	20.8	5.6
22	BLACK GRAM DAL	347	24.0	1.4
23	COW PEA	323	24.1	1
24	FIELD BEAN DRY	347	24.9	0.8
25	GREEN GRAM (WHOLE)	334	24.0	1.3
26	GREEN GRAM DAL	348	24.5	1.2
27	HORSE GRAM	321	22.0	0.5
27	KHESARI DAL	345	28.2	0.6
29	LENTIL	343	25.	10.7
30	PEAS DRY	315	19.7	1.1
31	RAJMAH (KIDNEYBEAN)	346	22.9	1.3
32	RED GRAM DAL (PIGEON PEA)	335	22.3	1.7
33	SOYABEAN	432	43.2	19.5
	LEAFY VEGETABLE			
34	AMARANTHUS, TENDER	45	4.0	0.5
35	BAMBOO, TENDER SHOOTS	43	3.9	0.5

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm)	Fat (gm)
36	CABBAGE	27	1.8	0.1
37	COLOCASIA LEAVES (GREEN VARIETY)	56	3.9	1.5
38	FENUGREEK LEAVES	44	3.4	0.6
39	CORIANDER LEAVES	49	4.3	0.9
40	GIRIA SAG	26	2	0.4
41	IPOMEA LEAVES	28	2.9	0.4
42	MUSTARD LEAVES	34	4	0.6
43	RADISH LEAVES	28	3.8	0.4
44	PUMPKIN LEAVES	57	4.6	0.8
45	RAPE LEAVES	48	5.1	0.4
46	SPINACH	26	2	0.7
47	TURNIP GREEN	67	4	1.5
	ROOTS AND TUBERS			
48	CARROT	48	0.9	0.2
49	COLOCASIA	97	3	0.1
50	ONION, BIG	50	1.2	0.1
51	ONION, SMALL	59	1.8	0.1
52	POTATO	97	1.6	0.1
53	RADISH, PINK	32	0.6	0.3
54	RADISH, WHITE	17	0.7	0.1
55	SWEET POTATO	120	1.2	0.3
56	TURNIP	29	0.5	0.2
57	YAM, ELEPHANT	79	1.2	0.1
58	YAM, WILD	110	2.52	0.3
59	YAM, ORDINARY	111	1.4	0.1
	OTHER VEGETABLE			
60	BITTER GOURD	25	1.6	0.2
61	BOTTLE GOURD	12	0.2	0.1
62	BRINJAL	24	1.4	0.3
63	BROAD BEANS	48	4.5	0.1
64	CAULIFLOWER	30	2.6	0.4
65	CHO-CHO-MARROW	27	0.7	0.1
66	CUCUMBER	13	0.4	0.1
67	COWPEA PODS	48	3.5	0.2
68	DRUMSTICK	26	2.5	0.1
69	FRENCH BEANS	26	1.7	0.1
70	GIANT CHILLIES (CAPSICUM)	24	1.3	0.3
71	KNOL-KHOL	21	1.1	0.2
72	LADIES FINGERS	35	1.9	0.2

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm)	Fat (gm)
73	PAPAYA GREEN	27	0.7	0.2
74	PEAS	93	7.2	0.1
75	POINTED GOURD (PARWAL)	20	2	0.3
76	PUMPKIN	25	1.4	0.1
77	RIDGE GOURD	17	0.5	0.1
78	SNAKE GOURD	18	0.5	0.3
79	SWORD BEANS	44	2.7	0.2
80	TOMATO, GREEN	23	1.9	0.1
81	VEGETABLE MARROW	17	0.5	0.1
	NUTS AND OILSEEDS			
82	ALMOND	655	20.8	58.9
83	CASHEWNUT	596	21.2	46.9
84	CHILGOZA	615	13.9	49.3
85	COCONUT, DRY	662	6.8	62.3
86	COCONUT, FRESH	444	4.5	41.6
87	GROUNDNUT	567	25.3	40.1
88	GROUNDNUT, ROASTED	570	26.2	39.8
89	GINGELLI SEEDS	563	18.3	43.3
90	LINSEED SEEDS	530	20.3	37.1
91	MUSTARD SEEDS	541	20	39.7
92	NIGER SEEDS	515	23.9	39
93	SUNFLOWER SEEDS	620	19.8	52.1
94	WALNUT	687	15.6	64.5
	CONDIMENTS AND SPICES			
95	ASAFOETIDA	297	4	1.1
96	CARDAMOM	229	10.2	2.2
97	CHILLIES, DRY	246	15.9	6.2
98	CHILLIES, GREEN	29	2.9	0.6
99	CLOVES, DRY	286	5.2	8.9
100	CORIANDER	288	14.1	16.1
101	CUMIN SEEDS	356	18.7	15
102	FENUGREEK SEEDS	333	26.2	5.8
103	GARLIC, DRY	145	6.3	0.1
104	GINGER, FRESH	67	2.3	0.9
105	MACE	437	6.5	24.4
106	NUTMEG	472	7.5	36.4
107	OMUM	363	17.1	21.8
108	PEPPER, DRY	304	11.5	6.8
109	TURMERIC	349	6.3	5.1

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm)	Fat (gm)
	FRUITS			
110	AMALA	58	0.5	0.1
111	APPLE	59	0.2	0.5
112	APRICOT, FRESH	53	1	0.3
113	APRICOT, DRIED	306	1.6	0.7
114	BANANA, RIPE	116	1.2	0.3
115	BLACK BERRY	37	1.3	0.5
116	CAPE GOOSE BERRY	53	1.8	0.2
117	DATES, DRIED	317	2.5	0.4
118	GRAPE, BLUE VARIETY	58	0.6	0.4
119	GRAPE, PALE GREEN VARIETY	71	0.5	0.3
120	GUAVA, COUNTRY	51	0.9	0.3
121	GUAVA, HILL	38	0.1	0.2
122	JACK FRUIT	88	1.9	0.1
123	LEMON	57	1	0.9
124	LEMON, SWEET	35	0.7	0.3
125	LITCHI	61	1.1	0.2
126	LIME	59	1.5	1
127	SWEET ORANGE, MUSAMBI	43	0.8	0.3
128	MANGO, RIPE	74	0.6	0.4
129	MUSK MELON	17	0.3	0.2
130	WATER MELON	16	0.2	0.2
131	MULBERRY	49	1.1	0.4
132	ORANGE (MANDARIN)	48	0.7	0.2
133	ORANGE JUICE	9	0.2	0.1
134	PAPAYA, RIPE	32	0.6	0.1
135	PEARS	52	0.6	0.2
136	PINE APPLE	46	0.4	0.1
137	PUMMELO	44	0.6	0.1
138	PEACHES	50	1.2	0.3
139	PERSIMMON	76	0.7	0.2
140	PLUM	52	0.7	0.5
141	POMEGRANATE	65	1.6	0.1
142	SAPOTA	98	0.7	1.1
143	SEETAPHAL	104	1.6	0.4
144	STRAWBERRY	44	0.7	0.2
145	TOMATO, RIPE	20	0.9	0.2
146	TREE TOMATO	35	1.5	0.2
	FISHE AND OTHER SEA FOODS			

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm)	Fat (gm)
147	BAM	100	16.1	0.9
148	HILSA	273	21.8	19.4
149	KATLA	111	19.5	2.4
150	PRAWN	89	19.1	1
151	ROHU	97	16.6	1.4
152	SARDINE	101	21	1.9
153	SINGHI	124	22.8	0.6
154	TENGRA (FRESH)	144	19.2	6.4
155	TENGRA (DRIED)	255	54.9	3.9
	OTHER FLESH FOODS			
156	DUCK	130	21.6	4.8
157	EGG, DUCK	181	13.5	13.7
158	EGG, HEN	173	13.3	13.3
159	FOWL	109	25.9	0.6
160	LIVER GOAT	107	20	3
161	LIVER, SHEEP	150	19.3	7.5
162	MUTTON, MUSCLE	194	18.5	13.3
163	PIGEON	137	23.3	4.9
164	PORK, MUSCLE	114	18.7	4.4
	MILK AND MILK PRODUCTS			
165	BUTTER MILK	15	0.8	1.1
166	CURD (COW'S MILK)	60	3.1	4
167	CHEESE	348	24.1	25.1
168	KHOA (WHOLE COW MILK)	413	20	25.9
169	KHOA (WHOLE BUFFALO MILK)	421	14.6	31.2
170	KHOA (SKIMMED BUFFALO MILK)	206	22.3	1.6
171	KHEER	176	6.9	12.2
172	SKIMMED MILK, LIQUID	29	2.5	0.1
173	SKIMMED MILK POWDER (COW'S MILK)	357	38	0.1
174	WHOLE MILK POWDER (COW'S MILK)	496	25.8	26.7
	FATS AND EDIBLE OILS			
175	BUTTER	729	-	81
176	GHEE (COW)	900	-	100
177	GHEE (BUFFALO)	900	-	100
178	HYDROGENATED OIL (FORTIFIED)	900	-	100
179	COOKING OIL (GROUNDNUT, GINGELLY, MUSTARD, COCONUT etc)	900	-	100
	MISCELLANEOUS FOOD STUFFS			
180	ARROWROOT FLOUR	334	0.2	0.1
181	BREAD, BROWN	244	8.8	1.4

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm)	Fat (gm)
182	COCONUT, TENDER	41	0.9	1.4
183	FISH LIVER OIL	900	-	100
184	GROUNDNUT CAKE	386	40.9	7.4
185	HONEY	319	0.3	0
186	MUSHROOM	43	3.1	0.8
187	SUGAR (CANE)	398	0.1	0
188	SUGAR CANE JUICE	39	0.1	0.2

2 Source: Nutritive Value of Indian Foods, by C.Gopalan, B.V.Rama Sastri and S.C.Balasubramaniam; National Institute of Nutrition, Indian Council of Medical research, Hyderabad

Annex 2

खाद्यान्न उत्पादन तथा आवश्यकताका स्थितिका आधारहरू

आर्थिक वर्ष २०७२/७३ (२०१५/१६)

क्र.स.	कृषि जन्य उपजहरू	बीउ के.जी. प्रति हेक्टर	नोक्सानी प्रतिशत	निचोद दर प्रतिशत	छिजर्जति प्रतिशत	कैफियत
१.	धान/चामल	५५	१०	६४*	१	
२.	धान/ढटा			८		
३.	गहु/मदा/पिठो	१००	१०	९६	१	
४.	गहु/चोकर			४		
५.	मकै/पिठो	२०	१०	९७	१	
६.	कोदो/पिठो	२०	१	९३		
७.	फापर/पिठो	२०	१०	९३		
८.	जौ/पिठो	४०	१०	३२		
९.	आलु	२०००	१५			
१०.	कन्दमुल		१५			
११.	उखु	३५००				
१२.	तेलहन	१०	५			
१४.	दलहन					
१४.१	मसुरो	४०	५			
१४.२	रहर	४०	५			
१४.३	मास	२५	५			
१४.४	चना	६०	५			
१४.५	भटमास	६०	५			
१४.६	अन्य दलहन	४५	५			
१५.	तरकारी		१०			
१६.	फलफूल		१५			

* धानको गुणस्तरको कारण जिल्ला अनुसार धानको निचोद प्रतिशत उच्च पहाडमा ४९, मध्य पहाडमा ६३ र तराईमा ६४ रहेको छ ।

Annex 3
Recommendations of Food Requirement (per person per day)

S.No.	Food group	Requirement in gm*
1	Cereals	400-650
2	Pulses	55-80
3	Green vegetables	100-125
4	Roots and tubers	75-100
5	Other vegetables	75-100
6	Fruits	30
7	Milk	100-200
8	Meat or fish	30
9	Egg	30
10	Sugar	30-55
11	Fats and oil	35-50

Source: ICMR, 1985

सन्दर्भ सामग्री :

- A. नेपाल अधिराज्यको खाद्य वासलात, २०४७/०४८, कृषि मन्त्रालय, खाद्य तथा कृषि बजार सेवा विभाग, बजार सेवा शाखा, खाद्य तथा मूल्य व्यवस्था, हरिहरभवन, ललितपुर ।
- B. नेपाल अधिराज्यको उपभोग्य खाद्यान्न विवरण, २०४६/०४७ कृषि मन्त्रालय, खाद्य तथा कृषि बजार सेवा विभाग, बजार सेवा शाखा, खाद्य तथा मूल्य व्यवस्था, हरिहरभवन, ललितपुर ।
- C. National Sample Census of Agriculture, Nepal, 2001/02, National Planning Commission Secretariat, Central Bureau of Statistics, Kathmandu, Nepal.
- D. National Population and Housing Census, 2011 (National Report), Government of Nepal, National Planning Commission Secretariat, Central Bureau of Statistics, Kathmandu, Nepal 2012.
- E. Statistical Information on Nepalese Agriculture, 2014/15, 2013/14, 2012/13 and 2011/12 Government of Nepal, Ministry of Agriculture Development.
- F. Agricultural Marketing Information Bulletin (Special Issue), 2072, Government of Nepal, Ministry of Agriculture Development, Department of Agriculture, Agribusiness Promotion and Marketing Development Directorate.