नेपालमा खाद्यान्न उत्पादन तथा आवश्यकताको अवस्था विश्लेषण

Food (Cereal) Balance Sheet of Nepal

आ ब २०८१/८२ (2024/25)

नेपाल सरकार

कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालय

कृषि विभाग

कृषि पुर्वाधार विकास तथा कृषि यान्त्रीकरण प्रवर्द्धन केन्द्र

हरिहरभवन ललितपुर

दुइ शब्द

नेपालको सन्दर्भमा वर्तमान अवस्थामा खाद्य सुरक्षा सम्बन्धि तथ्याँकहरुको महत्व एवं उपयोगिता दिन प्रति दिन वृद्धि हुदैगैरहेको छ । यस परिपेक्ष्यमा आ.ब. २०८१/८२ मा नेपालको खाद्य सुरक्षा अवस्था विष्लेषणका लागि नेपालको जनसख्या, खाद्यान्न उत्पादन तथा आवश्यकता स्थिती सम्बन्धि तथ्यांकहरुको विष्लेषण गरी यस पुस्तिका तयार पारिएको छ । संघियता पश्चात विभिन्न कार्यालयहरुको पुर्नसरचना भै नयाँ कार्यालयहरुको सिर्जना तथा कार्य विवरण उपलब्ध गराइएको छ । खाद्य सुरक्षा सहित खाद्य संम्प्रभुताको महत्वका कारण पनि यस प्रकाशनको महत्व थप बढेको छ । सो तथ्यलाइ मध्यनजर गरेर आ.ब. २०८१/८२ मा यस केन्द्रमा प्रतिवेदन प्रकाशनको कार्यक्रम राखिएकोले नेपालमा खाद्यान्नको आवश्यकता र उपलब्धताको अवस्था विष्लेषण गरी समग्र नेपालको स्थिति, प्रदेश र जिल्लाहरुमा खाद्यान्न आवश्यकता, उपलब्धता, वचत एवं न्यूनको स्थिती विष्लेषण गरिएको छ ।

यस प्रतिवेदनमा खाद्यान्न विवरण सम्बन्धि परिचय, यसको प्रयोग, क्रमबद्ध विकास तथा महत्व र खाद्यान्न वासलात तयार गर्नका लागि विधी आदि बारे पनि प्रकाश पारिएको छ ।यस प्रतिवेदनमा समेटिएका तथ्याक विष्लेषण, खाद्य सुरक्षासँग सम्बन्धित भएको हुँदा यसबाट राष्ट्रिय, प्रदेशहरु एवं जिल्लास्तरमा खाद्य सुरक्षा स्थितीको पहिचान गरी विद्यमान खाद्य सुरक्षा स्थितीमा सुधार गर्न संलग्न निकायहरुले आगामी बर्षहरुका कार्यक्रम तर्जुमा गर्न सक्ने अपेक्षा गरिएको छ । हालको सरचना अनुरुप ७५३ पालिका तहको खाद्य सुरक्षाको अवस्था विष्लेषणको समेत आवश्यकता रहेता पनि पालिका तहको तथ्यांक उपलब्ध तयार भैनसकेका कारण पालिका तहको विष्लेषण समेट्न सकिएको छैन ।

यस पुस्तिका तयार पार्ने क्रममा अथक प्रयास गर्नुहुने यस केन्द्रका व.कृ.अ.वि. लोकराज सुवेदी एवं प्रा.स. रामचन्द्र सापकोटा सहित सहयोगी साथीहरुलाई आभार व्यक्त गर्दै धन्यवाद दिन चाहन्छु । साथै यस पुस्तिकामा रहेका तथ्यांक प्रशोधन सम्बन्धि तथा विधि प्रक्रियासँग सम्बन्धित बिषयमा छलफलमा सहभागी हुनुहुने प्राविधिक समितिमा रहेर कार्य गर्नुहुने केन्द्रहरु, पशुसेवा विभाग र कृषि विभागका महानिर्देशकहरु तथा मन्त्रालयका व.कृ.अ.वि. डा. मणिरत्न अर्याल लगायतका सरहरुलाई समेत धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

अन्त्यमा पुस्तिका प्रकाशन गर्ने कार्यमा सहयोग गर्ने मित्रहरुलाइ विशेष धन्यवाद दिदै यस पुस्तिकालाइ अझ परिस्कृत गर्दै लैजान सबै क्षेत्रबाट रचनात्मक सुझाव तथा सहयोग दिनुहुने छ भन्ने अपेक्षा राख्दछु ।

टीकाराम शर्मा प्रमुख

बिषय सूची

क स	विषयसूचि	पेज न
१	**परिचयात्मक विवरण**	
१.१	खाद्यान्न वासलातक क्रमबद्ध विकास तथा महत्व	
१.२	परिचय	
२	**उपभोग्य खाद्यान्न विश्लेषण विधि**	
२.१	खाद्यान्न एव उपभोग्य खाद्यान्न उत्पादन	
२.२	खाद्यान्न आवश्यकता	
२.३	पशुदानाको विवरण स्थिती	
२.४	निचोड दर	
२.५	खाद्यान्न वासलातका सिमाहरु	
३	**राष्ट्रिय तथा प्रदेश स्तरमा खाद्यान्न उत्पादन तथा आपुर्ति स्थिती**	
४	**जिल्लास्तरको खाद्यान्न उत्पादन तथा आपुर्ति स्थिती**	
	सन्दर्भ सामाग्री	

खण्ड क

खाद्यान्न वासलास

२०८१/८२

१. परिचयात्मक विवरण

१.१ खाद्यान्न वासलातको विकासक्रम तथा महत्व

दोश्रो विश्वयुद्ध देखि खाद्यान्न वासलातको शुरुवात भएको पाइन्छ । दोश्रो विश्वयुद्धमा खाद्यान्नको ठुलो महत्व हुनु स्वभाविक थियो। सो युद्धका समयमा अमेरिकी सैनिक फौजले आफाना भण्डारणमा खाद्यान्नको भण्डार के कति छ र कुन कुन समयमा युद्धरत सैनिकहरुका लागि के कति खाद्यान्न आवश्यकता हुन्छ भनि वस्तुगत रुपमा उपलब्धताको जानकारी अध्यावधिक रुपमा राख्नका लागि यसको शुरुवात गरिएको थियो । युद्धको समाप्ती पछि विभिन्न मुलुकहरुले यस महत्वलाइ बुझि खाद्यान्न वासलातलाइ प्रयोगमा ल्याउन थाले । हाल विश्वमा खाद्यान्न वासलातको प्रयोग भैरहेको पाइन्छ ।

नेपालको सन्दर्भमा खाद्यान्नको उत्पादनको तथ्यांक वि सं २०१८/१९ सालदेखि नै राख्न थालिएता पनि खाद्यान्न वासलात तयार पार्ने कार्य वि सं २०२७/२८ सालमा पहिलो पटक कृषि मन्त्रालयको आर्थिक विष्लेषण तथा योजना शाखाबाट शुरुवात भएको पाईन्छ । वि सं २०२९ सालमा तत्कालिन खाद्य तथा कृषि बजार सेवा विभाग गठन भएपछि उक्त विभागले आ ब २०३१/३२ देखि नियमित रुपमा प्रमुख खाद्यान्न बालीहरुको खाद्यान्न वासलात बार्षिक रुपमा तयार पारी प्रकाशन गर्दै आएको छ । आ.ब. २०६१ पश्चात कृषि व्यवसाय प्रवर्द्धन तथा बजार विकास निर्देशनालयबाट निरन्तर प्रकाशन हुदै आएको थियो । संघियता पश्चात आ ब २०७९/८० मा कृषि पुर्वाधार विकास तथा कृषि यान्त्रीकरण प्रवर्द्धन केन्द्रमा खाद्य वासलात प्रकाशनको कार्यक्रम रहेकाले यसै केन्द्रबाट विगतका ४ बर्षका आ ब हरुको प्रकाशन भैसकेको र यस आ ब मा समेत खाद्य वासलात प्रतिवेदन बार्षिक रुपमा प्रकाशन भएको छ ।

नेपालको सविधान २०७२ मा जारी भएर संघियता गए पश्चात संघ, प्रदेश र स्थानिय तह गरी तिन तहमा अधिकार विनीयोजन भएको छ । नेपाल एक सघिय राज्य, सात प्रदेश र ७५३ स्थानिय तहमा विभाजन भएको छ । नेपालमा एकात्मक शासन व्यवस्था हुँदा सम्म नियमित रुपमा कृषि तथ्यांकलाई आधार मानी खाद्यान्न वासलात तयार पारी प्रकाशित हुदै आएको थियो । तर कृषि गरेको क्षेत्रफल तथा उत्पादनको तथ्याक जिल्लातहसम्मको प्रकाशित हुदै आएकाले संघियता पछि निर्माण भएका ७ प्रदेश र ७७

जिल्लाहरुमा २ जिल्लाहरु साविकका जिल्लाबाट टुक्रिएर नयाँ बनेका कारण ति जिल्लाहरुको समेत व्यवस्थित तथ्याक बनिसकेको थिएन हाल उपलब्ध हुन थालेको छ तर ७५३ पालिकास्तरको तथ्यांक समेत उपलब्ध हुन सकेको छैन । पालिकातहको तथ्यांक तयार भैनसकेका कारण पालिका तहको खाद्य वासलातको अवस्था विष्लेषण हुन सकेको छैन ।

नेपालको खाद्यान्न वासलातमा उपलब्ध भए जति विभिन्न खाद्यान्न वस्तुहरुको तथ्याक समावेश गरिएको छ । देशभित्र उपलब्ध भएका विभिन्न खाद्यान्न वस्तुहरुको कुल परिमाण, उपभोगका लागि उपलब्ध विभिन्न खाद्यान्न परिमाण, प्रति व्यक्ति उपलब्धता परिमाण र त्यसबाट प्रति व्यक्ति प्रतिदिन उपलब्ध हुने क्यालोरीको उपलब्धि देखाइएको छ ।

१.२ परिचय

यस धर्तिमा जन्म लिने सबै मानिसको स्वास्थ्य जिवन र दिर्घायुका लागि शुद्ध, ताजा खाद्य वस्तुहरु प्रशस्त मात्रामा उत्पादन तथा उपभोग गर्न अति आवश्यक हुन्छ । विश्वमा खाद्यान्न उत्पादन तथा वितरणको समस्या दिन प्रतिदिन वृद्धि हुदै गएको छ । यसलाइ समाधान गर्नका लागि विभिन्न खाद्य वस्तुहरुको उत्पादनमा वृद्धि, उत्पादित वस्तुहरुको उचित वितरणका साथै उपभोक्ताहरुका लागि उचित गुणस्तरको सुपथ मुल्यमा खाद्य वस्तुहरु सहज रुपमा उपलब्ध गराउनुपर्नेमा दुइमत छैन । तर पनि विविध कारणहरुले गर्दा उत्पादित खाद्यान्नमा आम जनताको सर्वसुलभताका साथ उपभोग गर्ने तथा न्यायोचित वितरण प्रणाली कठिन बन्दै गएको देखिन्छ । धेरैजसो अतिकम विकसित देशहरुमा झै नेपालमा पनि मुख्य खानाका रुपमा दुइ छाक भात नै खाने चलन छ । साधारणतया नेपालमा चामल, मकै, गहुँ, कोदो र हाल आएर केही मात्रामा फापर तथा जौ को प्रयोग पनि प्रचलनमा आएको पाइन्छ ।

Nepal Demographic and Health Survey (NDHS), 2016 का अनुसार नेपालमा ४८ प्रतिशत मानिसहरुलाई उत्पादनले बर्षभरि खानपुग्ने गरी खाद्य सुरक्षीत अवस्थामा छन् भने ५२ प्रतिशत मानिसहरु खाद्य असुरक्षित अवसथामा रहेका छन् । खाद्य असुरक्षित मध्ये २० प्रतिशत सामान्य हल्कास्तर (mild) खाद्य असुरक्षित, २२ प्रतिशत मध्यमस्तर (moderate) खाद्य असुरक्षित र १० प्रतिशत गम्भिरस्तर (severe) खाद्य असुरक्षित अवस्था रहेको छ ।

आ ब २०७७/७८ मा हालको राष्ट्रिय तथ्यांक कार्यालयबाट राष्ट्रिय कृषि गणना सम्पन्न गरी तथ्यांक प्रकाशन गरीरहँदा नेपालमा ४५ प्रतिशत मानिसहरुलाई उत्पादनले बर्षभरि खानपुग्ने गरी खाद्य सुरक्षीत अवस्थामा छन् भने ५५ प्रतिशत मानिसहरु खाद्य असुरक्षित अवसथामा रहेका छन् तर आ ब २०६८ मा प्रकाशन भएको कृषि गणनाको तथ्यांकले नेपालमा ४० प्रतिशत मानिसलाई मात्र उत्पादनले बर्षभरि खानपुग्ने गरी खाद्य सुरक्षीत अवस्थामा रहेको देखाएको थियो । यसबाट पनि करिब ४० प्रतिशतबाट हाल ५ प्रतिशत थप भै ४५ प्रतिशत मानिसलाई खान पुग्ने गरी खाद्य सुरक्षित अवस्थामा रहेकोले केही सुधार भएको देखिएको छ ।

१.३ विश्वमा खाद्य सुरक्षाका हिसावले नेपालको अवस्था

सन् २०१६ मा ८२औं स्थानमा रहेको नेपाल सन् २०२२ मा आईपुग्दा ७४औं स्थानमा आएकोले नेपालको खाद्य सुरक्षाको हिसाबले नेपालको अवस्था सुधारोन्मुख रहेको पाईन्छ अझ सबै सरोकारवालाहरुको सहकार्य मजबुत बनाउन सकेमा आगामी दिनमा सुधार हुने देखिन्छ ।

GFSI Measurement Indicators

- Affordability
- Availability
- Quality and Safety
- Sustainability and Adaptation

तालिका न १ : विश्वमा खाद्य सुरक्षा मापदण्डमा नेपालको अवस्था

Year	Rank	Score
2016	82nd	42.9
2021	79th	53.7
2022	74th	56.9

Source : Global Food Security Index (GFSI), 2016-2022

१.३.१ खाद्य सुरक्षाः

प्रत्येक व्यक्तिले आफ्नो आवश्यकताअनुसार पर्याप्त स्वच्छ एवं पोषणयुक्त खानाको अविछिन्न रूपमा

उपयोग गर्न पाएको अवस्था खाद्य सुरक्षा हो। यो भोकमरी र कुपोषणबाट सुरक्षित मानव जीवनसँग सम्बन्धित रहेको छ। यसअन्तर्गत खाद्यान्नको उपलब्धता पहुँच उपयोगिता र दिगो आपूर्ति स्थिरता जस्ता विषयहरु पर्दछन्।

- ***विश्व खाद्य सम्मेलन 1996 का*** अनुसार प्रत्येक व्यक्तिले स्वस्थ र सक्रिय जीवनयापनको लागि आफ्नो आवश्यकता र चाहनाअनुरुप सधै पर्याप्त, स्वच्छ, पोषणयुक्त वस्तुको नियमित उपलब्धता र भौतिक तथा आर्थिक पहुँच भएको अवस्था खाद्य सुरक्षा हो।

According to FAO, (1996), Food security exists when all people, at all times, have physical, social and economic access to sufficient, safe and nutritious food that meets their dietary needs and food preferences for an active and healthy life.

- यसले व्यक्तिलाई कुनै पनि समय खाद्यान्नको अभाव वा भोकमरीको त्रास रहन हुँदैन भन्ने मान्यता राख्दछ।

१.३.२ खाद्य सुरक्षाका ४ आयामहरु (Four Pillars of Food Security)

१.३.३ खाद्य सम्प्रभुताः

- खाद्य सम्प्रभुता सबै जनतालाई पोषणयुक्त आहार उपलब्ध गराउने र खाद्य उत्पादनका साधनमाथि उत्पादक(कृषक) को अधिकार सुनिश्चित गराउने अधिकार हो।

-यसले कृषकको जल,जमीन,जंगल, जैविक विविधता र बिउबिजन माथिको पहुँच तथा नियंत्रण को सुनिस्चितता भएको अवस्थालाई जनाउँछ।

- खाद्य सम्प्रभुता ले किसान निर्देशित कृषि अर्थतन्त्र र उत्पादन प्रणालीको विकासमा जोड दिन्छ। यसले आफ्नो भूमिमा पुस्तौं पुस्तादेखि रहेका किसान समुदायको उत्पादन प्रणाली र प्राकृतिक स्रोतसाधनको उपयुक्त तथा नियन्त्रणमा अग्राधिकार हुनुपर्ने कुराको वकालत गर्दछ।

- खाद्य सम्प्रभुता मा कृषकलाई आफ्नो खाद्य र कृषि प्रणाली छनौट गर्ने अधिकार प्राप्त हुन्छ। यसले खाद्यान्न उत्पादन तथा वितरणको मुख्य उद्देश्य मुनाफा का लागि नभएर मानव समुदायको जीवनरक्षाका लागि हुनुपर्छ भन्ने मान्यता राख्दछ। यसले किसानको अधिकारमा जोड दिनुपर्ने मान्यता राख्दछ।

१.३.४ राष्ट्रिय जनगणना २०७८ को तथ्यांक अनुसार नेपालमा खाद्य सुरक्षाको अवस्था

Food self-sufficiency (FFS) is the measurement of own production by consumption and measured in percentage.

तालिका न २ : राष्ट्रिय कृषि गणना २०७८ अनुसार नेपालमा खाद्य सुरक्षाको अवस्था

घरधुरी सख्या	**सख्या**	**प्रतिशत**
१२ महिना खाद्यान्न अपुग घरधुरीहरु	२२७१९३४	५५
१२ महिना खाद्यान्न पुग्ने घरधुरीहरु	१८५८८५५	४५

श्रोत : CBS, 2021

CBS, 2011 अनुसार नेपालमा बाह्रै महिना आफ्नै उत्पादनले खान पुग्ने घरधुरी ४० प्रतिशत रहेको र बाँकी रहेका ६० प्रतिशत घरधुरीलाई आफ्नै उत्पादनले बाह्रै महिना खान नपुग्ने अवस्था रहेको देखिएको छ ।

CBS, 2021 अनुसार नेपालमा बाह्रै महिना आफ्नै उत्पादनले खान पुग्ने घरधुरी ४५ प्रतिशत रहेको र बाँकी रहेका ५५ प्रतिशत घरधुरीलाई आफ्नै उत्पादनले बाह्रै महिना खान नपुग्ने अवस्था रहेको देखिएको छ ।

CBS, 2011 अनुसार खाद्यान्न अपुग ६० प्रतिशत घरधुरीलाई शत प्रतिशत मान्दा सबैभन्दा बढि ३ देखि ६ महिना मात्र खान पुग्ने घरधुरी ४४ प्रतिशत रहेको पाइयो भने सबैभन्दा कम १५ प्रतिशत घरधुरीलाई ९ देखि १२ महिनामात्र खान पुग्ने अवस्था रहेको पाइयो ।

तालिका न ३ : खाद्यान्न अपुग हुने घरधुरी मध्ये खान पुग्ने अवधिको आधारमा नेपालमा रहेका

घरधुरीको अवस्था

	२०११		२०२१	
घरधुरीहरुको लागि खाद्य पुग्ने अवधि	सख्या	प्रतिशत	सख्या	प्रतिशत
१-३ महिना	४१७१३८	१८	९९१३८९	२४
३-६ महिना	१००५५७७	४४	१९४१४७१	४७
६-९ महिना	५३०९१९	२३	८२६१५८	२०
९-१२ महिना	३४१७०५	१५	३७१७७१	९

श्रोत CBS, 2021

१.३.५ नेपालमा खाद्य सुरक्षाका लागि भएका नीतिगत प्रयासहरुः

नेपालले सन् 2011 मा Scaling Up Nutrition Movement मा आबद्ध भई सबै किसिमका कुपोषण तथा भोकमरी विरुद्ध कार्य गर्ने प्रतिबद्धता जनाएको छ। त्यस्तै दिगो विकासको लक्ष्य अन्तर्गत शुन्य भोकमरीको अवस्थमा पुग्ने प्रतिबद्धता जनाएको छ। नेपालमा खाद्य सुरक्षाका लागि भएका प्रयासहरुलाई देहाय बमोजिम उल्लेख गरिएको छः

- **नेपालको संविधानको** धारा ३६ मा खाद्यसम्बन्धी हक मौलिक हकको रुपमा राखिएको छ। यस हकमा प्रत्येक नागरिकलाई खाद्यसम्बन्धी हक हुने, खाद्यवस्तुको अभावमा जीवन जोखिममा पर्ने अवस्थाबाट सुरक्षित हुने हक हुने र प्रत्येक नागरिकलाई कानून बमोजिम खाद्य सम्प्रभुताको हक हुने कुरा उल्लेख छ।
- **राष्ट्रिय कृषि नीति २०६१** ले व्यवसायिक एवं प्रतिस्पर्धात्मक कृषि प्रणाली द्वारा उच्च एवं दिगो आर्थिक वृद्धि हासिल गरी खाद्य सुरक्षा तथा गरिबी निवारणमा योगदान पुर्याउने लक्ष्य लिएको छ।
- **आपूर्ति नीति २०५९** ले खाद्यान्न अभाव भएका क्षेत्रमा तथा विपन्न वर्गका लागि सुपथ मूल्यमा खाद्यान्नको नियमित आपूर्तिको व्यवस्था मिलाउने व्यवस्था गरेको छ।
- **पन्ध्रौं आवधिक योजनाले** स्वच्छ र पोषणयुक्त खाद्य उपलब्धता तथा पहुँचको वृद्धि गर्दै खाद्य तथा पोषण सुरक्षाको सुनिश्चितता गर्ने लक्ष्य लिएको छ।
- १६औ आवधिक योजनाले समेत खाद्य सुरक्षालाई प्राथमिकता दिई क्षेत्रगत रुपमा विष्लेषण गरेको पाईयो ।
- **सुन्ने भोकमरी राष्ट्रिय कार्ययोजना** (2016-2025) ले सन् 2025 को अन्त्यसम्ममा आमजनताको खाद्यअधिकार सुनिश्चित गर्दै नेपाललाई भोकमरी तथा कुपोषण मुक्त बनाउने उद्देश्य लिएको छ।
- **दिगो विकास लक्ष्यको** दोस्रो लक्ष्यमा भोकमरी अन्त्य गर्ने (Zero Hunger) खाद्य सुरक्षा एवं पोषणको

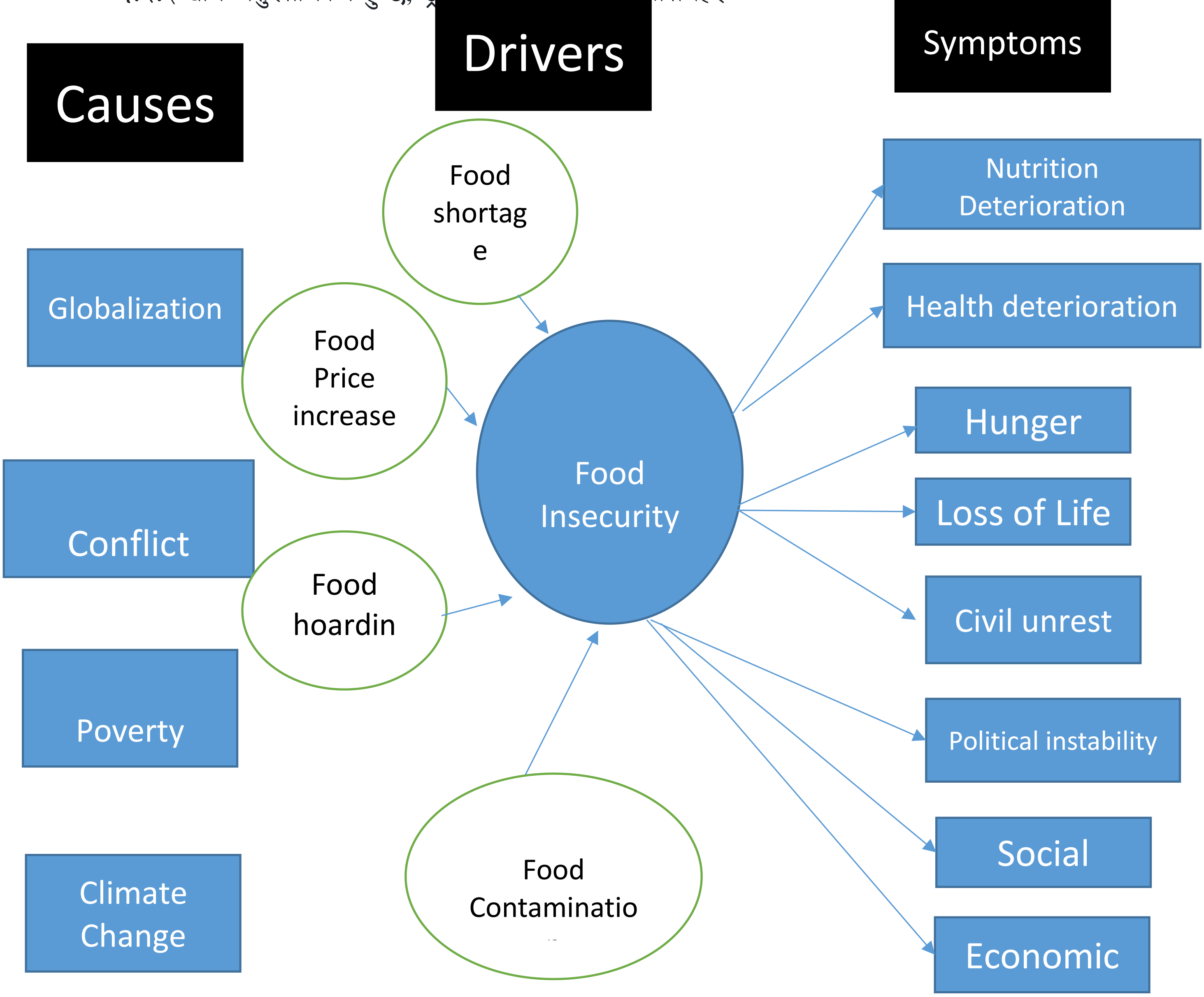
सुनिश्चित तथा दिगो कृषि प्रवर्द्धन गर्ने विषयहरू रहेका छन्। यी विषयमा नेपाल सरकारले पनि प्रतिबद्धता जनाएको छ।

- **कृषि विकास रणनीति (सन् 2015-2035)** ले खाद्य तथा पोषण सुरक्षा र खाद्य सम्प्रभुतासँग सम्बन्धित विषयमा लक्ष्यहरू निर्धारण गरेको छ।

खाद्य ऐन २०२३ तथा खाद्य नियमावली २०२७ ले खाद्यान्नको उपलब्धता, गुणस्तर, बिक्रीवितरण सम्बन्धित विषयमा उल्लेख गरिएको छ । यि विषयमा सहज नभएमा कारबाहीको व्यवस्था समेत गरी खाद्य सुरक्षीत अवस्था सिर्जना गर्न खोजिएको छ ।

नेपालको सविधान २०७२ ले दिएको अधिकार प्रयोग गरी **खाद्य अधिकार तथा खाद्य सम्प्रभूता सम्बन्धि ऐन २०७५** र **नियमावली २०८०** जारी भएको छ ।

१.३.६ खाद्य असुरक्षा किन हुन्छ, ड्राइभरहरु के के हुन र लक्षणहरु



२.उपभोग्य खाद्यान्न विश्लेषण विधी

खाद्यान्न वासलास प्रकाशनमा सहजीकरण गर्नका लागि ७ सदस्यीय प्राविधिक कार्यदल समेत गठन गरिएको छ । कार्यदलमा सहभागिता यस प्रकार रहने छ ।

- सयोजक :CAIDMP chief
- सदस्य :MOALD-statistics section
- सदस्य :MOALD-Agribusiness and Market Promotion section
- सदस्य :DOA
- सदस्य :SQCC
- सदस्य :CCDABC
- सदस्य :DLS
- सदस्य :AEC/FNCCI
- सदस्य सचिव :Planning, Coordination and Monitoring section, CAIDMP

अन्य विज्ञ सदस्य आवश्यकताका आधारमा आमन्त्रीत गर्न सकिनेछ ।

जिल्ला विशेषमा उपभोग्य खाद्यान्न विश्लेषण गर्दा प्रमुख ६ खाद्यान्न बालीहरु धान, मकै, गहु, कोदो, फापर र जौ को उपभोगका लागि उपलब्ध हुने उत्पादन अनुमान गरी जिल्लामा खाद्य सुरक्षाको लागि न्युनतम खाद्यान्नको आवश्यकतालाइ पुरा गर्न चाहिने परिमाण अनुमान गरिएको छ । न्युनतम आवश्यक खाद्यान्न परिमाण छुट्याएर बाँकी रहेको परिमाणलाइ वचतको रुपमा र नपुग हुने परिमाणलाइ न्युनको रुपमा प्रस्तुत गरिएको छ ।

२.१ खाद्यान्न एव उपभोग खाद्यान्न उत्पादन

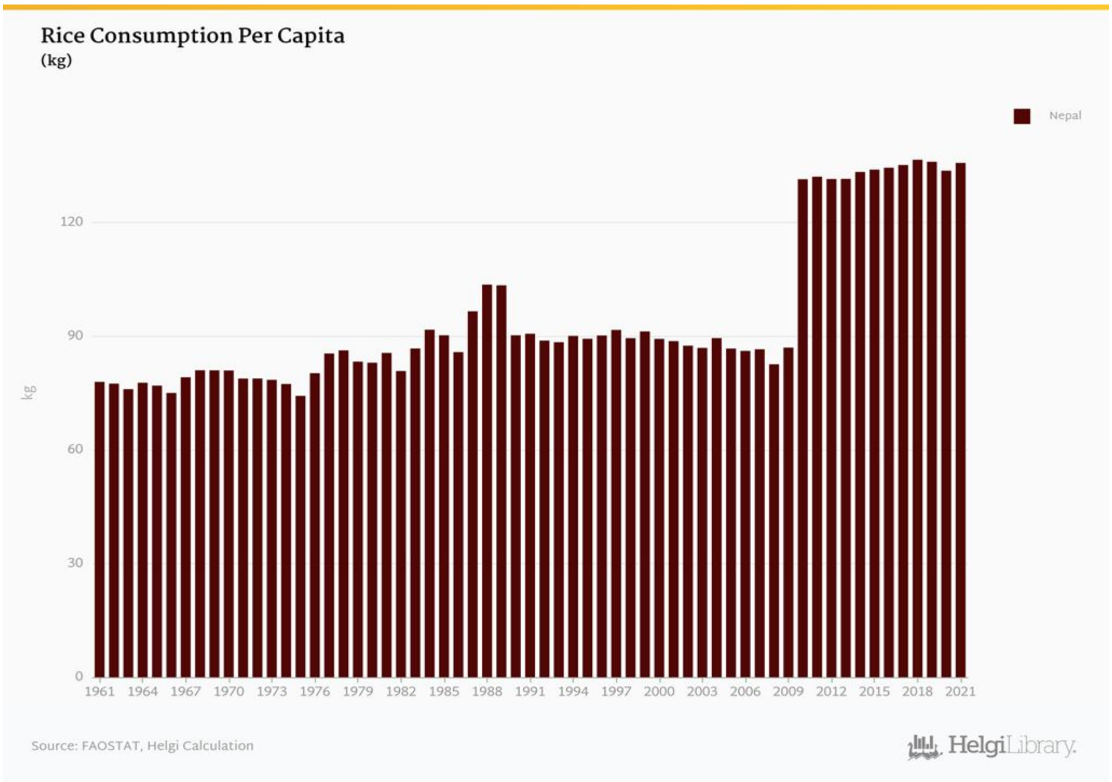
आ ब २०७६/७७ देखि २०८०/८१ सम्म राष्ट्रियस्तरमा खाद्यान्न बालीहरुको क्षेत्रफल तथा उत्पादन तालिका न ४ मा प्रस्तुत गरिएको छ ।

तालिका न ४ : नेपालमा विगत ५ बर्षमा खाद्यान्न बालीको क्षेत्रफल तथा उत्पादन विवरण

-क्षेत्रफल ००० हे तथा उत्पादन ००० मे टन_

आ ब	धान		मकै		कोदो		फापर		गहु		जौ		जम्मा	
	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन	क्षेत्रफल	उत्पादन
२०८०/८१	१४३९	५७२४	९१६	३११४	२२५	३०१	११	१५	६८२	२०३५	१९	२५	३२९२	११२९४
२०७९/८०	१४४८	५४८६	९४०	२९७६	२२८	३११	१२	१५	६९८	२०९८	१८	२६	३३४३	१०९१३
२०७८/७९	१४७७	५१३०	९८५	३१०६	२६७	३३९	१६	१९	७१६	२१४४	२३	३२	३४८६	१०७७२
२०७७/७८	१४७३	५६२२	९७८	२९९९	२६५	३२६	१४	१६	७११	२१२७	२२	२९	३४६५	१११२०
२०७६/७७	1458	5550	957	2835	262	320	10	11	707	2185	24	31	3421	10935

श्रोत कृषि तथा पशुपक्षी विकास मन्त्रालय आ ब २०८१/८२



यसरी राष्ट्रियस्तरमा धान, मकै, गहु, कोदो, जौ र फापरको खुद उत्पादनबाट आगामी बर्षको लागि आवश्यक बीउको परिमाण, खाद्यान्न कटानी गर्नुपुर्व हुने क्षतिको परिमाण,

भुस चोकर अन्य जर्ति आदिमा हुने नोक्सानीको परिमाण तथा पशुदानामा प्रयोग हुने परिमाण आदि कटाएपछि अर्थात उक्त खाद्यान्नहरु प्रशोधन पछि मात्र खानयोग्य हुन आउँछ । आ. ब. २०६७/६८ देखि फापरलाई पनि खाद्यान्न बालीमा समावेश गरिएकाले उक्त आ.ब. देखि नै खाद्यान्न वासलातमा समावेश गरिएको छ । यसरी आ.ब. २०८०/८१ मा राष्ट्रियस्तरमा उपभोग योग्य खाद्यान्नहरुको विवरण तालिका ५ मा प्रस्तुत गरिएको छ ।

तालिका न ५: राष्ट्रियस्तरमा उपभोग योग्य खाद्यान्नहरुको विवरण

बर्ष	उपलब्धता मे टन	आवश्यकता मे टन	वचत वा अपुग खाद्यान्न मे टन
१९८९/९०	३५४९५८७	३५५९०११	-९४२४
१९९०/९१	३६१८९५५	३४८६७७६	१३२१७९
१९९१/९२	३३७३४४८	३५६१८३८	-१८८३९०
१९९२/९३	३२९२१२६	३६३३७२४	-३४१५९८
१९९३/९४	३५८५११२	३७२३७२२	-१३८६१०
१९९४/९५	३३९७७६०	३८८२९१५	-४८५१५५
१९९५/९६	३९१३८७८	३९४८२२९	-३४३५१
१९९६/९७	३९७२५८७	४०७९१३५	-१०६५४८
१९९७/९८	४०२७३४९	४१७८०७७	-१५०७२८
१९९८/९९	४०९७६१२	४२७९४९१	-१८१८७९
१९९९/००	४४५१९३९	४३८३४४३	६८४९६
२०००/०१	४५१३१७९	४४२४१९२	८८९८७

बर्ष	उपलब्धता मे टन	आवश्यकता मे टन	वचत वा अपुग खाद्यान्न मे टन
२००१/०२	४५४३०४९	४४६३०२७	८००२२
२००२/०३	४६५३३८५	४६१९९६२	३३४२३
२००३/०४	४८८४३७१	४६७१३४४	२१३०२७
२००४/०५	४९४२५५३	४७७९७१०	१६२८४३
२००५/०६	४८६९४३६	४८९०९९३	-२१५५७
२००६/०७	४७५३३४०	४९४१०८९	-१८७७४९
२००७/०८	५१९५२११	५१७२८४४	२२३६७
२००८/०९	५१६०४००	५२९३३१६	-१३२९१४
२००९/१०	५४६७५००	५२९७४००	-३२९९००
२०१०/११	५५१२४००	५०६९८००	४४३१००
२०११/१२	६०३७७००	५१५१४००	८८६३००
२०१२/१३	५६४८३००	५२३९८००	४०८४००
२०१३/१४	६०८५७००	५२९५८००	७८९९००
२०१४/१५	५५००७२८	५३४५१७०	१५५५५८
२०१५/१६	५३५५२३२	५४२६६३१	-७१३९९
२०१६/१७	६३९८३४८	५५००२३३	८९८११५
२०१७/१८	६८७६६९४	५५२०६१९	१३५६०७८

बर्ष	उपलब्धता मे टन	आवश्यकता मे टन	वचत वा अपुग खाद्यान्न मे टन
२०१८/१९	७०६१४८१	५३१३८७७	१७४७६०४
२०१९/२०	७३०१२४७	५४२३७३०	१८७७५१८
२०२०/२१	७४००५८३	५५३७५६४	१८६३०१९
२०२१/२०२२	७११०८६०	५४६१३१४	१६४९५४७
२०२२/२३	७३०१७२६	५६३२७८०	१६६८९४६
२०२३/२४	६७८४६४८	५६८४८८३	१०९९७६५

तालिका न ६: राष्ट्रिय स्तरमा उपभोग योग्य खाद्यान्नहरुको विवरण

आ ब	चामल	मकै	कोदो	फापर	गहु	जौ	उपभोग्य खाद्यान्न	आवश्यकता	वचत वा न्यून
२०८०/८१	3147936	1719485	247529	11940	1650812	6946	6784648	5684883	1099765
२०७९/८०	3004412	2320641	255939	12404	1701091	7238	7301726	5632780	1668946
२०७८/७९	2753888	2322882	277772	14704	1744734	9046	7110860	5588790	1522071
२०७७/७८	3074229	2299061	268296	13065	1737736	8197	7400583	5537564	1863019
२०७६/७७	3035358	2196134	263754	9620	1787697	8684	7301247	5423730	1877518

तालिका न ७: आ ब २०८०/८१ मा नेपालमा खाद्यान्न उपलब्धता र उपभोगको अवस्था

क्र स	प्रदेश	जनसख्या	प्रशोधित खाद्यान्न							आवश्यक खाद्यान्न	वचत वा न्यून
			चामल	मकै	कोदो	फापर	गहु	जौ	**जम्मा**		
१	कोशी	५१००३६९	७८७८०८	३४४९३	७२०४०	३९३०	१११९३१	३५९	**१०१०५६२**	**९५८०४७**	**५२५१५**
२	मधेस	६२८५८५५	७४१५८५	१९७६२१	७५७०	०	५१५८१९	१००	**१४६२६९५**	**११३७७३९**	**३२४९५६**
३	वागमति	६२८८१८४	२७६३१०	५१७९०९	६००१५	३४५९	११३०००	४३०	**९७११२३**	**१२४४१६७**	**-२७३०४४**
४	गण्डकी	२५३५५०५	२१४४९९	२९८३०३	६७०५६	१२९४	६२७८६	३०४	**६४४२४१**	**५०१६५७**	**१४२५८४**
५	लुम्बिनी	५२६५५३४	७१९१५९	३७२६४९	९९०७	६८३	४३९६७८	९३२	**१५४३००८**	**९७७५७४**	**५६५४३४**
६	कर्णाली	१७३५७००	७९३२५	२०५४५१	१६०८०	२४६०	१२१५०५	२७२०	**४२७५४१**	**३४२७७८**	**८४७६३**
७	सुदुरपश्चिम	२७७०२५७	३२९२५०	९३०५९	१४८६३	११४	२८६०९३	२१०२	**७२५४८०**	**५२२९२१**	**२०२५५९**
	जम्मा	**२९९८१४०४**	**३१४७९३६**	**१७१९४८५**	**२४७५२९**	**११९४०**	**१६५०८१२**	**६९४६**	**६७८४६४८**	**५६८४८८३**	**१०९९७६५**

२.२ खाद्यान्न आवश्यकता (Requirement of Cereal Grains)

आधारभुत आवश्यकता परिपुर्ति गर्न तर्जुमा गरेको कार्यक्रममा देशका विभिन्न भागको भौगोलिक विविधतालाइ ध्यानमा राखी उच्च पहाड र पहाडको लागि प्रति व्यक्ति प्रति दिन २३४० क्यालोरी र तराइका लागि प्रति दिन प्रति व्यक्ति २१४० क्यालोरी चाहिने अनुमानको आधारमा राष्ट्रियस्तरमा सरदर प्रति व्यक्ति प्रति दिन २२५० क्यालोरीको आवश्यकता निर्धारण गरिएको छ । न्युनतम खाद्य उपभोगका आवश्यकतालाइ ध्यानमा राखी प्रति दिन प्रति व्यक्ति २२५० क्यालोरीको ८७.३ प्रतिशत अर्थात १९६४ क्यालोरी खाद्यान्न धान, मकै, गहु, कोदो, फापर र जौ, दलहन, आलु र 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 प्रतिशत तथा अन्य कृषि उपज दुध, दहि, पनिर, माछा, मासु, अण्डा तथा फलफुलबाट १२.७१ प्रतिशत प्राप्त हुने गर्दछ ।

खाद्यान्न उपभोगको आधारमा उच्च पहाडमा १९१ के जी, मध्य पहाडमा २०१ के जी र तराइमा १८१ के जी प्रति बर्ष प्रति व्यक्ति खाद्यान्न उपभोग हुने अनुमान गरिएको छ । राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार नेपालको जनसख्या २,९१,६४,५७८ रहेको छ र नेपालको औसत बार्षिक जनसख्या वृद्धिदर ०.९२५ प्रतिशत रहेको छ । दश बर्ष पहिले २०६८ सालमा सम्पन्न भएको राष्ट्रिय जनगणना अनुसार नेपालको जनसख्या २,६४,९४,५०४ रहेको थियो भने बार्षिक जनसख्या वृद्धिदर १.३५ प्रतिशत थियो ।

राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार नेपालको जनसंख्या २,९१,६४,५७८ लाई औषत वार्षिक जनसंख्या बृद्धिदर ०.९२५ प्रतिशतले हुने गरी पछिल्ला तथा आगामी बर्षहरुको जनसंख्या प्रक्षेपण (Projection) गरिन्छ । जस अनुसार २०७९ सालको जनसंख्यालाई आवश्यक पर्ने खाद्यान्नको अनुमान गरिन्छ । आ ब २०७६।७७ देखि २०७९।८० सम्म नेपाल र ७ प्रदेशमा आवश्यक खाद्यान्न र उपलब्धता प्रस्तुत गरिएको छ ।

$P_{२०७८}$ को जनसख्या $= P_{२०७९} (1+r)^{n(=1)}$

जहाँ

$P_{२०७९}$ = राष्ट्रिय जनगणना २०७८ पछि ३ बर्षको जनसख्या २०८१ साल

$P_{२०७८}$ = राष्ट्रिय जनगणना २०७८ जनसख्या

r = राष्ट्रिय जनगणना २०७८ मा जनसख्या वृद्धिदर ०.९२५

n = ३ बर्ष

२.३ पशुदानाको विवरण स्थिती

यस विवरण तयार पार्दा प्रत्येक जिल्लाहरुमा दुध दिने गाई, भैसी सख्या र काम गर्ने राँगा, गोरुको सख्या त्यस्तै प्रजननको लागि रागा, गोरुका साथै दुधालु बाखा, खसी, बोका एव कुखुरा तथा अन्य पशुहरुलाइ आवश्यक पर्ने पशु दाना निकाल्ने हिसाब यस प्रकार रहेको छ । यस अध्ययनमा पशुपक्षीहरुको लागि आवश्यक दाना हिसाब गर्न घरपालुवा र व्यवसायिक गरी अलग तथ्याक उपलब्ध नभएका कारण एकिन सख्या तथा पशु दानाको प्रयोगको तथ्याक उपलब्ध गर्न नसकिएको हुदा पशु दानामा खर्च हुने अनाजलाइ **यस विवरणमा समावेश गरिएको छैन** ।

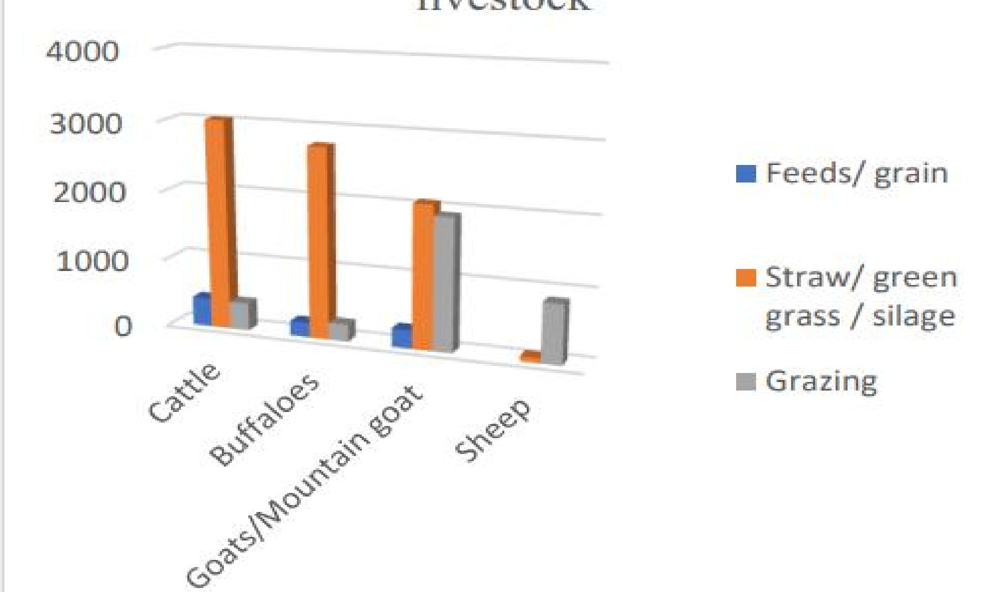


Figure 10: Major feeding practice by livestock

तालिका न ८ : पशुदानाको लागि आवश्यक दानाको हिसाब निकाल्ने शुत्र

क स	पशु विवरण	आवश्यकता प्रति बर्ष प्रति पशु मे टन
१	गोरु रागा (Oxen)	०.०२४
२	साढे (Bull)	०.१
३	दुधालु गाइ भैसी (Milking Cow and Buffalo)	०.०७
४	बाख्रा खसी (Goat)	०.००५

२.४ निचोड दर (Extraction Rate)

धान, मकै, गहु, कोदो, जौ र फापरको खुद उत्पादनबाट आगामी बर्षका लागि आवश्यक वीउको परिमाण, खाद्यान्न कटानी **गर्नुपर्ने** छ । क्षतिको परिमाण, भुस चोकर अन्य छितजर्ति आदिमा हुने नोक्सानीको परिमाण तथा पशुदानामा प्रयोग हुने परिमाण आदि घटाएपछि प्रशोधन योग्य परिमाण हुन आउछ । धानको हकमा निचोडदर ६२.८५ प्रतिशतका आधारमा हिसाब गरिएको छ भने बाकी बालीहरुको निचोडदर अनुसूचि २ मा समावेश गरिएको छ ।

२.५ खाद्यान्न वासलातहरुका सिमाहरु (Limitations)

(क) यस अन्तर्गत देखाइएको परिमाणले प्रति व्यक्ति उपभोगका लागि उपलब्ध भएको परिमाणलाइ मात्र जनाउने गरिन्छ । तर **प्रत्येक व्यक्तिले के कति परिमाण उपभोग** गरेको छ सो परिमाणलाइ भने यो अध्ययनले देखाउदैन ।

(ख) कृषि वस्तुहरुको **आयात निर्यात** तथ्याक भन्सार विभागबाट प्राप्त तथ्याकहरुका आधारमा तयार गर्नुपर्ने हुन्छ । यस प्रतिवेदनमा समावेश गरिएका छिमेकी मित्रराष्ट्र भारतसगको खुल्ला सिमानाले गर्दा कतिपय खाद्य वस्तुहरु भन्सार कार्यालयमा दर्ता नगरिकन आयात निर्यात हुने गर्दछ । यसरी **अनाधिकृत रुपमा आयात निर्यात** भएका वस्तुहरुको परिमाण एकिन गर्न नसकिने भएको हुनाले सो परिमाण समावेश हुन सकेको छैन ।

(ग) धार्मिक कार्य पुजामा प्रयोग हुने अन्न, **जाड रक्सी बनाउदा** प्रयोग हुने खाद्यान्न र **मगन्ते जोगीहरुलाइ** दिइने खाद्यान्नको परिमाण पनि हिसाब अनुमान गर्न नसकिएको हुनाले सो परिमाण समावेश गरिएको छैन ।

(घ) घरपालुवा पशु चौपाया एव पक्षीहरुलाइ खुवाउन खर्च हुने अन्नको परिमाणको हिसाब अनुमान गर्न नसकेको हुनाले सो परिमाण समावेश गरिएको छैन ।व्यवसायिक पशुपन्छी र माछापालनमा दानाको प्रयोग हुने खाद्यान्नमा स्वदेशी उत्पादनको हिससा के कति रहेको छ भन्ने एकिन तथ्यांक नभएकोले पशुदानाको परिमाण समावेश गरिएको छैन ।

(ङ) विदेशमा बसोबास गरेका नेपालीहरुको विस्तृत विवरण नभएको र नेपालमा ६ महिना भन्दा बढि बसोबास गर्नेको हकमा नेपाली गणना गर्ने भएता पनि विवरण प्रष्ट नभएकाले सो परिमाण पनि समावेश गरिएको छैन ।

(च) नेपालमा आउने पर्यटकहरुको बसाई र खानपानको आधारमा उपभोग हुने खाद्यान्नको विवरण पनि प्रष्ट नभएकाले समावेश गरिएको छैन ।

(छ) हाल गाँउमा भन्दा शहरमा बस्ने जनसख्या वृद्धि भएको र खाने बानीमा व्यापक परिवर्तन भएको साथै भात कम खाने चलन बढेको भएता पनि प्रष्ट तथ्यांक नभएकाले समावेश गरिएको छैन ।

(ज) हिमाली क्षेत्रमा आलु चिनो कागुनोहरुलाई समेत खाद्यान्नको रुपमा प्रयोग प्रयोग भैरहेको तर के कति मात्रामा प्रयोग भैरहेको छ सो को तथ्यांक एकिन नभएका कारण वासलातमा समावेश गरिएको छैन ।

(झ) हिन्दु राष्ट्र भएका कारण धेरैजसो चाडपर्वमा व्रत बस्ते प्रचलन रहि आएको, व्रतको समयमा खाद्यान्नको सट्टा फलफुल तथा रोटी खाने चलन रहेकोले बर्षमा १ जना मानिस सरदर के कति दिन व्रत बस्दछन् सो सम्बन्धमा समेत तथ्याक एकिन हुन नसकेका कारण समावेश गरिएको छैन ।

(ञ) मानिसलाई क्यालोरीको आवश्यकता उसले गर्ने भौतिक श्रमका आधारमा तराई, हिमाल र पहाडका लागि अलग अलग तरिकाले हिसाब गरी औसत राखी हिसाब गर्ने गरिन्छ तर हाल प्रविधीको विकास सँगसगै मेसिनहरु उपलब्ध भएका कारण धेरैजसो कामहरु मेसिनद्धारा गर्ने गरिन्छ र श्रम कम हुने अवस्था रहेको छ साथै हिजोको दिनमा तरकारी फलफुल माछामासु चाडपर्व विशेषमा मात्र खाने भएतापनि हाल साप्ताहिक रुपमा खाने सबै मिलाएर खाना कम खाने घरमा भन्दा रेष्टुरेन्टमा खाने चलन वृद्धि भएसगै खानाको

आवश्यकता र उपभोग शैलीमा आउको परिवर्तन अनुसार तथ्याक नभएका कारण पुरानै विधी अवलम्वन गरिएको छ । यस अवस्थामा के कति क्यालोरी मात्र शरीरलाई आवश्यक हो भन्ने क्यालोरी सम्बन्धि नयाँ मापदण्ड नभएका कारण पुरानै १९१ के जी प्रति व्यक्ति प्रति बर्षलाई आधार मानी वासलात तयार पारिएको छ ।

(ट) बाटोको सुविधासगै तराईमा उत्पादन भएको चामल सहजै हिमाल पहाड पुगेकाले र आयमा आएको परिवर्तनसगै खाना भनेकै चामल हो भन्ने मानसिकता भएका कारण चामलको उपभोग बढि र अन्य खाद्यान्नबालीको उपभोग कम भएको अवस्थामा समेत यकिन तथ्याक नभएकाले कुन कुन खाद्यान्न के कति मात्रामा उपभोग भएको भन्ने आधारमा वासलात तयार पार्न सकिएको छैन । पछिल्लो तथ्याकमा नेपालीले सरदरमा बार्षिक १६ के जी चामल बढि उपभोग गरेको देखिन्छ भने बार्षिक रुपमा १२२ के जी उपभोग गर्नुपर्नेमा १३७ के जी उपभोग भएकाले समेत उत्पादनका साथै चामलको आयातमा भर पर्नुपर्ने देखिएको छ ।

३. राष्ट्रिय स्तरमा खाद्यान्न उत्पादन तथा आपुर्ति स्थिती

आ.ब. २०८०/८१ मा **राष्ट्रियस्तर तथा प्रदेशस्तर** सहित जिल्लास्तरीय उपभोग्य खाद्यान्न उत्पादनको आवश्यकताको अध्ययन गर्दा प्रदेश मार्फत प्राप्त ७७ जिल्लाहरुको तथ्यांकलाई एकिकृत गरी नेपालको तथ्यांक तयार पारिएकोले सोही तथ्थांकलाई आधार मानेर नेपाल संघियतामा गए पछि ७ प्रदेशमा विभाजन भएकोले हालको अध्ययनमा ७ वटा प्रदेश र अन्तर्गतका ७७ जिल्लाहरुको समेत वासलात तयार गरिएको छ । नेपालमा रहेका ७ वटा प्रदेश मध्ये वागमति बाहेक अन्य प्रदेशमा खाद्यान्न वचतको अवस्थामा रहेको छ । आ.ब. २०८०/८१ समग्रमा हेर्दा नेपाल वस्तुस्थिती **१०,९९,७६५ मे टन वचत** र **वागमती प्रदेशमा** २,७३,०४४ **मे टन न्यून** हुने देखिन्छ । यसले नेपालको खाद्यान्न आपुर्ति अवस्था मजबुत भएको देखिन्छ । तर नेपाल अन्तर्गत वागमती प्रदेशमा खाद्यान्न उपलब्ध न्यून भएकाले अन्यत्रबाट खरीद वा आयातबाट पुर्ति गर्नुपर्ने देखिन्छ । अन्य प्रदेशमा खाद्यान्न वचत हुँदा वागमती प्रदेशमा न्यून देखिनुमा अन्य प्रदेशको तुलनामा राजधानी काठमाण्डौ उपत्यकामा जनसंख्या बढि, उपभोक्ताको खानेबानीमा परिवर्तन र आम्दानीमा वृद्धि हुनुका साथै शिक्षीत उपभोक्ताका कारण साथै सहरीकरणका कारण खाद्यान्न माग बढि हुने देखिन्छ । उत्पादित खाद्यान्न बालीहरुको सिफारिस अनुसार उपभोग हुन नसक्नु, वितरण प्रणाली चुस्त नहुनु र खाद्यान्नमा बढी मात्रामा चामलको उपभोग मात्र बढि हुँदा साथै पर्यटन व्यवसायमा वृद्धि र उपभोक्ताहरुको खानेबानीमा आएको परिवर्तनका कारण समेत ठुलो परिमाणमा चामल आयात भएको देखिन्छ । अब हामीले बढ्दो जनसंख्या एव आर्थिक

सम्वृद्धिको लागि अझै उत्पादन वृद्धि तर्फ लाग्नु पर्ने र शरिरको आवश्यकताका आधारमा उमेर अनुसार क्यालोरी मिलाएर खाने बानी बसाल्नुपर्नेछ जसले आगामी दिनमा उपभोग अनुसार वासलात तयार हुन सकोस ।

तालिका न ९: दुई आर्थिक बर्षको राष्ट्रियस्तरको उपभोग्य खाद्यान्न स्थिती

आ ब २०७९/८० (२०२२÷२०२३) देखि २०८०/८१ -d] =6g=_

बालीहरु	**आ ब २०७९/८०**	**आ ब २०८०/८१**
चामल	३००४४१२	३१४७९३६
मकै	२३२०६४१	१७१९४८५
गहु	२५५९३९	१६५०८१२
कोदो	१२४०४	२४७५२९
फापर	१७०१०९१	११९४०
जौ	७२३८	६९४६
जम्मा उत्पादन	७३०१७२६	६७८४६४८
आवश्यकता	५६३२७८०	५६८४८८३
वचत वा न्यून	१६६८९४६	११९९७६५

तालिका न १०: आ ब २०८०/८१ को जिल्लाहरुमा उपभोग्य खाद्यान्न स्थिती मे टन

क स	जिल्लाहरु	जनसख्या	प्रशोधित खाद्यान्न							आवश्यक खाद्यान्न	बचत वा न्यून
			चामल	मकै	कोदो	फापर	गहु	जौ	**जम्मा**		
१	ताप्लेजुङ्ग	१२३९६७	८६९९	१२००	३५१९	१०७	२२१२	१०४	१५८४१	२३६७८	-७८३७
२	सखुवासभा	१६२४६७	१६५६२	५८६९	७२४४	१८	१३८५	५	३१०८३	३१०३१	५२
३	सोलुखुम्बु	१०७७८८	१८२१	२३६	२३२१	२२६	४२३३	४९	८८८५	२०५८७	-११७०२
४	पाँचथर	१७७२२८	१२६१७	३०५१	५३११	३०	४७३७	१०९	२५८५५	३५६२३	-९७६८
५	इलाम	२८७३६३	२१४४५	५१४	१५५६	१३	९३४३	१५	३२८८६	५७७६०	-२४८७४
६	तेह्रथुम	९१२१६	९११३	३६२	२०७०	१७	२२१९	१६	१३७९७	१८३३४	-४५३७
७	धनकुटा	१५४८१७	११५२५	३१८८	६७६४	३	२१७९	१	२३६६०	३१११८	-७४५८
८	भोजपुर	१६२३४६	१८९८०	२९२२	६२४९	१९	५६३	३	२८७३५	३२६३२	-३८९७
९	खोटाङ्ग	१८०२०८	१६१८०	१६०६७	१९५०३	६०	१७२१	९	५३५४०	३६२२२	१७३१८
१०	ओखलढुगा	१४३४६०	५७३५	९७७५	१०३३३	६४	३२४१	३५	२९१८३	२८८३६	३४७
११	उदयपुर	३५०२६४	३१९७३	१४७५	४५१३	१७	१०३८५	११	४८३७४	७०४०३	-२२०२९
१२	झापा	१०२६००७	२६२४५४	-९४२१	८४९	३०९५	६४५८	३	२६३४३६	१८५७०७	७७७२९
१३	मोरङ्ग	११८०३१३	२३८५३६	-८०७३	१३४५	५१	२९३२६	०	२६११८६	२१३६३७	४७५४९
१४	सुनसरी	९५२९२४	१३२१६८	७३२८	४६४	२११	३३९२८	०	१७४१००	१७२४७९	१६२१
		५१००३६९	**७८७८०८**	**३४४९३**	**७२०४०**	**३९३०**	**१११९३१**	**३५९**	**१०१०५६२**	**९५८०४७**	**५२५१५**
१५	सप्तरी	७२६०३५	१०५०४६	१२८२७	२२५	०	५८१२६	२२	१७६२४५	१३१४१२	४४८३३
१६	सिराहा	७६०६७७	९११९९	१२५४४	५८१९	०	४३३७७	४३	१५२९८२	१३७६८३	१५२९९
१७	धनुषा	८९२०५०	७६०९७	१००२६	३०४	०	७७९९३	०	१६४४१९	१६१४६१	२९५८
१८	मोहत्तरी	७२६७९५	६८४८०	१५२५४	३१६	०	८०४६४	४	१६४५१८	१३१५५०	३२९६८
१९	सर्लाही	८८६६२६	७८७७०	४८३८२	५२१	०	६४४४५	२०	१९२१३७	१६०४७९	३१६५८
२०	रौतहट	८३६३५९	६४९४९	१५१००	२०	०	४७४५२	१	१२७५२३	१५१३८१	-२३८५८
२१	बारा	७८४५११	१३८०९६	७२४५९	४	०	७३१४२	१	२८३७०१	१४१९९६	१४१७०५
२२	पर्सा	६७२८०१	११८९४९	११०३०	३६१	०	७०८२०	१०	२०११७०	१२१७७७	७९३९३

		६२८५८५५	**७४१५८५**	**१९७६२१**	**७५७०**	**०**	**५१५८१९**	**१००**	**१४६२६९५**	**११३७७३९**	**३२४९५६**
२३	दोलखा	१७७६०६	३९६२	१७२८०	४००३	९४९	५९३९	४५	३२१७७	३३९२३	-१७४६
२४	सिन्धुपाल्चोक	२६९९७९	१३४४९	७०४१७	१८७२४	१४९	८६७५	३९	१११४५२	५१५६६	५९८८६
२५	रसुवा	४७९९७	१५००	४९१५	८३२	१५	९६६	९२	८३२०	९१६७	-८४७
२६	रामेछाप	१७५०७२	१०६५२	४८८०६	४४८९	१२	६५६३	२३	७०५४५	३५१८९	३५३५६
२७	सिन्धुली	३०८४२९	२७८२३	६६९४९	९०५५	५१३	११०७७	६	११५४२३	६१९९४	५३४२९
२८	काभ्रे	३७४२३५	२१२२९	७३०३२	३२०५	४२६	१९५२४	९३	११७५०९	७५२२१	४२२८८
२९	भक्तपुर	४४४२३५	११२५३	७४९४	१७५	०	८०६५	१३	२७०००	८९२९१	-६२२९१
३०	ललितपुर	५६७११८	१०५६०	२९९६१	४४६	०	७७०३	१३	४८६८४	११३९९१	-६५३०७
३१	काठमाण्डौ	२०९८७६७	१३४८९	२०६३८	५१५	३	७८६४	०	४२५०९	४२१८५२	-३७९३४३
३२	नुवाकोट	२७०७६८	४०३१४	३८५२९	५९८३	१८८	१३२०८	५४	९८२७६	५४४२४	४३८५२
३३	धादिङ्ग	३३४८३२	२८०६२	३७३४३	५५२३	३	६५५४	५२	७७५३८	६७३०१	१०२३७
३४	मकवानपुर	४७९१२७	२५३४८	४९००९	६०७५	११२३	४०६२	०	८५६१७	९६३०४	-१०६८७
३५	चितवन	७४००२०	६८६६८	५३५३६	९९१	७७	१२८०१	०	१३६०७२	१३३९४४	२१२८
		६२८८१८४	**२७६३१०**	**५१७९०९**	**६००१५**	**३४५९**	**११३०००**	**४३०**	**९७११२३**	१२४४१६७	-२७३०४४
३६	मनाङ्ग	५८१६	०	१९४	२	२४१	१८५	२९	६५१	११११	-४६०
३७	मुस्ताङ्ग	१४८५७	०	३४	०	२०४	३५४	२६	६१८	२८३८	-२२२०
३८	गोरखा	२५८०५८	२२८३२	३८२६७	१११३३	२३५	४७८३	३९	७७२८९	५१८७०	२५४१९
३९	लमजुङ्ग	१६०२१७	२३३२४	२६९९१	७०९८	१३	२५	४	५७४५५	३२२०४	२५२५१
४०	तनहू	३३०१४८	२०६७२	५८८९५	५७६१	१०४	२३३८	१	८७७७२	६६३६०	२१४१२
४१	कास्की	६१६८५७	३४८२२	२८४८९	१२५५७	७	११९०९	१	८७७८७	१२३९८८	-३६२०१
४२	पर्वत	१३४५५३	१४५४८	२६७१६	६४३४	८२	४२१२	१५	५२००७	२७०४५	२४९६२
४३	स्याङ्गजा	२६०१११	३३४९८	४४९२४	१००९१	९८	५९५२	१	९४५६३	५२२८२	४२२८१
४४	म्याग्दी	११००३१	७४९७	२१९५२	२८००	१३५	४३०१	१००	३६७८६	२२११६	१४६७०
४५	बागलुङ्ग	२५६१९१	११२४५	४२३३८	१०९३०	९९	१२२१६	३९	७६८६६	५१४९४	२५३७२
४६	नवलपुर	३८८६६८	४६०६१	९५०१	२५१	७५	१६५११	४८	७२४४७	७०३४९	२०९८

		२५३५५०५	**२१४४९९**	**२९८३०३**	**६७०५६**	**१२९४**	**६२७८६**	**३०४**	**६४४२४१**	**५०१६५७**	१४२५८४
४७	पाल्पा	२५१८९०	१९६७९	६०९३८	२५५२	१९१	१३३९६	३४	९६७९१	५०६३०	४६१६१
४८	गुल्मी	२५३३९८	१३५०८	६१०८४	३०३५	१७८	१५५३०	१५१	९३४८६	५०९३३	४२५५३
४९	अर्घाखाची	१८२०४६	१४१९२	४१५७२	४८९	८७	११९९२	९२	६७६२३	३६५९१	३१०३२
५०	नवलपरासी पश्चिम	३९७७०३	५०२३४	१२६६०	३२	४	२२३२५	३	८५२५८	७१९८४	१३२७४
५१	रुपन्देही	११५३३८०	१५२८४२	८५००	२७	०	८४६४३	३०	२४६०४२	२०८७६२	३७२८०
५२	कपिलवस्तु	७०२०८९	१५१७३३	२५६९	०	१५	८६८४६	६०	२४१२२३	१२७०७८	११४१४५
५३	दाङ्ग	६९३८९८	८७३४४	६६९९५	१६	३२	२९२५८	८	१८३६५२	१२५५९६	५८०५६
५४	बाके	६२००८८	७९९४४	२३४७६	०	०	६००६४	८	१६३४९३	११२२३६	५१२५७
५५	बर्दिया	४७२७८१	१२८०९४	१९३०१	०	०	७११९०	२	२१८५८७	८५५७३	१३३०१४
५६	रुकुम पुर्व	५८३७६	१३९७	१३०६५	३७७	४३	७५७६	२०५	२२६६२	११७३४	१०९२८
५७	प्यूठान	२३८५१७	१३१११	३१३९४	२०४८	५५	२०४७२	१६२	६७२४१	४७९४२	१९२९९
५८	रोल्पा	२४१३६९	७०८१	३१०९३	१३३१	८०	१७१८७	१७७	५६९४८	४८५१५	८४३३
		५२६५५३४	**७१९१५९**	**३७२६४९**	**९९०७**	**६८३**	**४३९६७८**	**९३२**	**१५४३००८**	**९७७५७४**	५६५४३४
५९	डोल्पा	४३९७२	१८४	२८७०	२५०	८२०	३३०३	८६	७५१२	८३९९	-८८७
६०	मुगु	६६३५७	५४०	१७१४	३४७३	५३५	२५९८	२५६	९११६	१२६७४	-३५५८
६१	हुम्ला	५६९४५	५५७	२०७	९२२	७३४	४२९	२३०	३०८०	१०८७७	-७७९७
६२	जुम्ला	१२१६६४	३१८८	७९२१	३१९२	८०	४३४३	९८८	१९७१३	२३२३८	-३५२५
६३	कालिकोट	१४९३६१	२८५८	६०३६	१११९	११७	९०३८	२७४	१९४४२	२८५२८	-९०८६
६४	रुकुम पश्चिम	१७१४१०	५१५७	२९११०	५१५	२३	१७५३७	१४३	५२४८५	३२७३९	१९७४६
६५	सल्यान	२४५१९५	१२७६४	६०६७५	९९४	२२	२२९०५	२४५	९७६०५	४९२८४	४८३२१
६६	जाजरकोट	१९४६६३	४९८०	२६३०८	१२९९	३७	२०२८२	१९१	५३०९८	३९१२७	१३९७१
६७	दैलेख	२५९३८०	१४४६६	३५९९५	२०९१	२१	१३२७३	६४	६५९०९	५२१३५	१३७७४
६८	सुर्खेत	४२६७५३	३४६३१	३४६१५	२२२६	७०	२७७९५	२४४	९९५८२	८५७७७	१३८०५
		१७३५७००	**७९३२५**	**२०५४५१**	**१६०८०**	**२४६०**	**१२१५०५**	**२७२०**	**४२७५४१**	**३४२७७८**	**८४७६३**
६९	बाजुरा	१४२४०३	५५५८	२१५३	२६२६	११	८९१३	५०७	१९७६७	२७१९९	-७४३२

७०	बझाङ्ग	१९४३८१	८८६७	८४६७	२३८८	२३	१५८९९	८४७	३६४९१	३७१२७	-६३६
७१	दार्चुला	१३७०४४	४९२१	१२३४१	१२५९	४४	९०३०	३३६	२७९३०	२६१७५	१७५५
७२	अछाम	२३५२६२	१०३६३	९९३९	३३५१	६	१५०२९	१०९	३८७९७	४७२८८	-८४९१
७३	डोटी	२१०५६८	१००३७	७७३३	४३२५	३	१७०६४	४९	३९२११	४२३२४	-३११३
७४	बैतडी	२४८९३९	७५०५	१८७४४	३४६	११	१६०२२	१६०	४२७८६	५००३७	-७२५१
७५	डडेलधुरा	१४३५१२	७२५५	७६७४	४७०	१	१५१११	४७	३०५५७	२८८४६	१७११
७६	कैलाली	९३०००३	१७३७८२	१६९३६	९९	१७	१०१८१९	४५	२९२६९८	१६८३३१	१२४३६७
७७	कचनपुर	५२८१४६	१००९६२	९०७३	०	०	८७२०७	२	१९७२४३	९५५९४	१०१६४९
		२७७०२५७	**३२९२५०**	**९३०५९**	**१४८६३**	**११४**	**२८६०९३**	**२१०२**	**७२५४८०**	**५२२९२१**	**२०२५५९**
	जम्मा	२९९८१४०४	३१४७९३६	१७१९४८५	२४७५२९	११९४०	१६५०८१२	६९४६	६७८४६४८	५६८४८८३	१०९९७६ ५

तालिका न ११ खाद्य अपुग भएका जिल्लाहरु

क स	प्रदेशहरु	जिल्लाहरु	२०७९।८०	२०८०।८१	कैफियत
१	कोशी	१४	०	८	
२	मधेस	८	१	१	
३	वागमति	१४	५	६	
४	गण्डकी	११	३	३	
५	लुम्बिनी	१२	०	०	
६	कर्णाली	१०	५	५	
७	सुदुरपश्चिम	९	७	५	
	जम्मा	७७	२१	२८	

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	1 8.7	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

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm	Fat (gm)
27	KHESARI DAL	345	28.2	0.6
29	LENTIL	343	25.	1 0.7
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
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

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm	Fat (gm)
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
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

२
१

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm	Fat (gm)
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
	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

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm	Fat (gm)
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

२ ३

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm	Fat (gm)
146	TREE TOMATO	35	1.5	0.2
	FISHE AND OTHER SEA FOODS			
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

S.NO.	FOOD STUFF	Calorie	Protein (gm	Fat (gm)
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
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

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*** (ICMR), Hyderabad

Annex 2

खाद्यान्न उत्पादन तथा आवश्यकताका स्थितीका आधारहरु

आ ब २०८०/८१

(२०२४/२५)

क्र स	कृषि वस्तुहरु	विउ के जी प्रति हे	नोक्सानी प्रतिशत	निचोड दर प्रतिशत	छिजजर्ति प्रतिशत	कैफियत
१	धान चामल	५०	१०	६२.८५	१.७५	तराइ पहाड तथा उच्च पहाडमा एकमुष्ट निचोड दर ६४ प्रतिशत
२	धान ढुटो			८		
३	गहु मैदा पिठो	१००	१०	९६	१	
४	गहु चोकर			४		
५	मकै पिठो	२०	१०	९७		
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			
१३	**दलहन**					
१३.१	मसुरो	४०	५			
१३.२	रहर	४०	५			
१३.३	मास	२५	५			
१३.४	चना	६०	५			
१३.५	भटमास	६०	५			
१३.६	अन्य दलहन	४५	५			
१४	तरकारी		१०			
१५	फलफुल		१५			

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

Annex 3

नेपालमा हालसम्म सम्पन्न जनगणनाबाट प्राप्त जनसख्या विवरण

जनगणना बर्ष	जनसख्या	लैगिक अनुपात	बार्षिक वृद्धिदर	जनघनत्व प्रति वर्ग कि मी
१९६८	५६३८७४९			३८
१९७७	५५७३७८८		०.१२	३८
१९८७	५५३२५७४		०.०७	३८
१९९८	६२८३६४९		१.२७	४३
२००९/११	८२५६६२५	९६.८	२.७३	५६
२०१८	९४१२९९६	९७	१.३१	६४
२०२८	११५५५९८३	१०१.४	२.०५	७९
२०३८	१५०२२८३९	१०५	२.६२	१०२
२०४८	१८४९१०९७	९९.५	२.०८	१२६
२०५८	२३१५१४२३	९९.८	२.२५	१५७
२०६८	२६४९४५०४	९४.२	१.३५	१८०
२०७८	२९१९२४८०	९५.९	०.९३	१९८

Annex 4

Year	Rice	Maize	Wheat	Millet	Barley	Buckwheat	Total Production	Total Requirement	Balance
1989/90	1831713	857846	667972	184546	7510		3549587	3559011	-9424
1990/91	1892105	877075	651956	190177	7642		3618955	3486776	132179
1991/92	1738013	836564	603592	187700	7579		3373448	3561838	-188390
1992/93	1393697	1100452	595998	194407	7572		3292126	3633724	-341598
1993/94	1827110	837653	687426	224958	7965		3585112	3723722	-138610
1994/95	1577820	883267	709304	219262	8107		3397760	3882915	-485155
1995/96	1949761	929513	786936	236478	11190		3913878	3948229	-34351
1996/97	2002747	894779	827438	236982	10641		3972587	4079135	-106548
1997/98	2035725	940767	806849	233764	10244		4027349	4178077	-150728
1998/99	2074193	920094	855647	238968	8710		4097612	4279491	-181879
1999/00	2259393	1007178	934559	242331	8478		4451939	4383443	68496
2000/01	2356646	1001478	914885	231915	8255		4513179	4430128	83051
2001/02	2294205	999831	1008827	231714	8472		4543049	4463027	80022
2002/03	2271914	1059751	1069257	231931	8613		4641466	4565820	75646
2003/04	2455971	1082455	1105087	232373	8485		4884371	4671344	213027
2004/05	2358540	1186840	1151282	237778	8113		4942553	4779710	162843
2005/06	2314065	1097612	1211445	238651	7667		4869440	4890993	-21553
2006/07	2060280	1292259	1211898	242333	8514		4815284	4995194	-179910
2007/08	2336694	1348140	1263912	238711	7754		5195211	5172844	22367
2008/09	2461204	1383647	1069167	240030	6358		5160406	5293316	-132910
2009/10	2211439	1279013	1243674	243059	7602		4984787	5367129	-382342
2010/11	2473991	1432172	1399970	248334	8345	7208	5570020	5235551	334469
2011/12	2820915	1469236	1452122	258539	11288	8195	6020295	5077134	943161
2012/13	2455136	1408017	1518631	248168	10174	5419	5645545	5239823	405722
2013/14	2808160	1557507	1452482	249492	9680	8455	6085776	5295886	789890
2014/15	2555123	1251563	1449145	225894	10107	8897	5500729	5345170	155559
2015/16	2374389	1436184	1302750	223548	8820	9541	5355232	5426631	-71399
2016/17	2857568	1781781	1511488	230381	7830	9300	6398348	5500233	898115
2017/18	2816602	2102814	1661356	277393	10205	8325	6876695	5520619	1356076
2018/19	2753888	2322882	1744734	277772	14704	9046	7061444	5313877	1747567
2019/20	3074229	2299061	1737736	268296	13065	8197	7301239	5423730	1877509
2020/21	3035358	2196126	1787697	263754	9620	8684	7400584	5537564	1863020
2021/22	3067109	2088542	1634389	258511	4406	8487	7123026	5461314	1661712
2022/23	3004412	2320641	1701091	255939	7238	12404	7301726	5632780	1668946
2023/24									

Annex 5
Household food security by NDHS, 2016

Percent distribution of households by level of food insecurity, according to background characteristics, Nepal DHS 2016

Background characteristic	Food secure	Mildly food insecure	Moderately food insecure	Severely food insecure	Total	Number of households
Residence						
Urban	54.0	17.3	19.9	8.8	100.0	6,781
Rural	38.8	23.5	26.0	11.7	100.0	4,259
Ecological zone						
Mountain	38.4	18.8	28.9	13.8	100.0	781
Hill	46.8	18.8	24.4	10.0	100.0	5,134
Terai	51.0	20.7	19.1	9.2	100.0	5,125
Development region						
Eastern	50.8	21.9	18.0	9.2	100.0	2,590
Central	50.5	19.9	20.2	9.5	100.0	3,949
Western	57.6	18.0	18.4	6.0	100.0	2,245
Mid-western	27.7	18.6	36.8	16.9	100.0	1,339
Far-western	37.7	18.0	31.2	13.0	100.0	915
Province						
Province 1	52.6	20.3	18.0	9.2	100.0	2,004
Province 2	43.1	26.4	19.8	10.7	100.0	2,014
Province 3	55.0	16.4	20.0	8.5	100.0	2,521
Province 4	56.0	16.9	21.1	6.0	100.0	1,173
Province 5	48.4	19.2	22.2	10.2	100.0	1,793
Province 6	22.5	17.8	42.2	17.5	100.0	619
Province 7	37.7	18.0	31.2	13.0	100.0	915
Wealth quintile						
Lowest	18.1	20.8	38.9	22.2	100.0	2,234
Second	36.7	23.5	28.0	11.7	100.0	2,225
Middle	45.5	25.8	21.4	7.3	100.0	2,065
Fourth	61.2	19.3	14.3	5.2	100.0	2,240
Highest	78.5	9.5	8.9	3.1	100.0	2,276
Total	48.2	19.7	22.2	9.9	100.0	11,040

सन्दर्भ सामाग्रीहरु

ABPMDD, 2073. Agricultural Marketing Information Bulletin (Special Issue), 2073, Government of Nepal, Ministry of Agriculture Development, Department of Agriculture, Agribusiness Promotion and Marketing Development Directorate.

CAIDMP, 2075/76. Cereal Balance Sheet, 2075/76. Ministry of Agriculture Development, Department of Agriculture, Agribusiness Promotion and Marketing Development Directorate.

CBS, 2011, Nepal Living Standard Survey; Dataset, Central Bureau of Statistics, Thapathali, Kathmandu

CBS, 2012. National Population and Housing Census, 2021 (National Report), Government of Nepal, National Planning Commission Secretariat, Central Bureau of Statistics, Kathmandu, Nepal 2012.

CBS, 2016/17. Annual household survey, 2016/17, major findings. Government of Nepal, National Planning Commission Secretariat, Central Bureau of Statistics, Kathmandu, Nepal.

CBS, 2021/22. National Population Census, 2021 Final report. Government of Nepal, National Planning Commission Secretariat, Central Bureau of Statistics, Kathmandu, Nepal 2021.

MOALD, 2075/76. Statistical Information on Nepalese Agriculture, 2015/16, 2014/15, 2013/14 and 2012/13, Government of Nepal, Ministry of Agriculture Development.

NDHS, 2016. National Demographic and Health Survey, 2016. Ministry of Health and Population, Nepal.