

INHOUDSOPGAWE

Tabelle I tot LVI

Figure 1 tot 38

Literatuurverwysings

LYS VAN TABELLE

HOOFSTUK II

Tabel

- I Inligting ten opsigte van huisgesingrootte, godsdiensoortuiging en maandelikse huishuur met betrekking tot die 20 gesinne woonagtig in eenheid 5 van Chatsworth
- II Besonderhede omtrent inkomste, beroep en gesinsgrootte van die 20 Westville-gesinne
- III tot XIV Die gemiddelde daaglikse nutrientinname
- III Kinders onder 12 maande
- IV Kinders 1 - 3 jaar oud
- V Kinders 4 - 6 jaar oud
- VI Kinders 7 - 10 jaar oud
- VII Dogters 10 - 12 jaar oud
- VIII Dogters 13 - 15 jaar oud
- IX Dogters 16 - 20 jaar oud
- X Seuns 10 - 12 jaar oud
- XI Seuns 13 - 15 jaar oud
- XII Seuns 16 - 20 jaar oud
- XIII Volwasse mans
- XIV Volwasse vroue
- XV Dieetstekorte gemeet teen die aanbevole dieetstandaarde van die Nasionale Voedingsraad
- XVI tot XXI Die gereeldheid van voedselinname
- XVI Brood en graanvoedsels
- XVII Koek, pastei en ander graanvoedsels
- XVIII Vleis
- XIX Melk en suiwelprodukte
- XX Afval en vis
- XXI Neute, suiker, soetkosse, vette en olies
- XXII Geurmiddels, speserye en kruie
- XXIII Gersels, souse, sop en drankes
- XXIV Ander
- XXV Die dieetgeskiedenis van kinders onder 16 jaar oud
- XXVI Somatometriese besonderhede van Chatsworth-seuns onder 18 jaar oud
- XXVII Somatometriese besonderhede van Chatsworth-dogters onder 18 jaar oud

XXVIII	Somatometriese besonderhede van Westville-seuns onder 18 jaar oud
XXIX	Somatometriese besonderhede van Westville-dogters onder 18 jaar oud
XXX	Somatometriese besonderhede van mans bo 13 jaar oud
XXXI	Somatometriese besonderhede van vroue bo 18 jaar oud
XXXII	Inligting omtrent huisgesingrootte en inkomste
XXXIII	Inkomste- en uitgawestaat van die Chatsworth-huisgesinne
XXXIV	Kindersterftes
XXXV	Hematologiese besonderhede van die proefpersone
HOOFSTUK III	
XXXVI	Die steekproefverdeling van proefpersone in groepe
XXXVII	Die ouderdom, lengte en gewig van 11 manlike studente
XXXVIII	Die nutrientsamestelling van voedsleenhede: eenheidberekening
XXXIX	Die eenheidbydrae van ontbyt en middagete tot die totale nutriëntinname met die uitsondering van hostelstudente
XL	Die gereeldheid waarmee nie-hostelstudente middagete genuttig het
XLI	Die gemiddelde inname van die 6 basiese voedsels
XLII	Somatometriese besonderhede en nutriëntinnames van die proefgroepe
XLIII	Die vergelyking van nutriëntinnames tussen die verskillende proefgroepe

- XLIV Die gemiddelde hemoglobienkonsentrasies van die studentegroepe
- XLV Die nutriëntinnames van 11 manlike studente
- XLVI Die gemiddelde daaglikse tydsbesteding aan aktiwiteite en die energieverbruik van 11 manlike studente

HOOFSTUK IV

- XLVII Besonderhede met betrekking tot die ouderdom, huwelikstaat, lengte, gewig, godsdiensoortuiging, huistaal en werkgigting van 20 kinders van diabetiese ouers
- XLVIII Die kliniese beeld van die proefpersone
- XLIX Die gemiddelde daaglikse nutriëntinname van vroulike proefpersone
- L Die gemiddelde daaglikse nutriëntinname van manlike proefpersone
- LI Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van die proefpersone
- LII Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van manstudente
- LIII Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van Chatsworth-Indiërs uitgedruk in terme van ouderdom
- LIV Die gemiddelde persentasie tyd wat daaglik aan aktiwiteite bestee was
- LV Die aktiwiteitspatroon van 6 lede van gesin 33
- LVI Vergelykende waardes tussen suurstofofnamiekapasiteit van mans- en vroue Indiërstudente met waardes uit vergelykende studies

Tabel I

Inligting ten opsigte van huisgesingrootte, godsdiensoortuiging en maandelikse huishuur met betrekking tot die 20 gesinne woonagtig in eenheid 5 van Chatsworth

Gesin	Getal in huis- gesin	Godsdiensoor- tuiging	Maandelikse huurgeld (R)
A	10	Hindu	8,08
B	7	Christen	10,78
C	6	Hindu	8,08
D	5	Hindu	8,08
E	5	Hindu	13,46
F	6	Moslem	11,98
G	7	Hindu	8,08
H	9	Hindu	8,68
I	4	Hindu	9,92*
J	8	Hindu	8,08
K	4	Hindu	8,08*
L	6	Hindu	8,08
M	7	Hindu	8,08*
N	4	Hindu	8,08
O	5	Hindu	8,08*
P	5	Hindu	8,68
Q	3	Hindu	8,08*
R	6	Hindu	8,98
S	5	Christen	13,46
T	3	Hindu	5,00

* Nie by oorspronklike monster ingesluit nie. Ingesluit in die plek van oorspronklike huisgesinne wat nie vrywillig aan opname wou deelneem nie.

Tabel II

Besonderhede van Westville-huisgesinne

Gesin nr.	Beroep van broodwinner	Godsdiens- oortuiging	Huistaal	Gesins- grootte	Minimum- inkomste (R/maand)
W 1	Drukker (hoof) Onderwyseres (vrou)	Hindu	Engels	6	+ 300
W 2	Handelaar	Hindu	Engels	4	+ 450
W 3	Mediese prak- tisyen	Hindu	Engels	6	+ 450
W 4	Handelaar	Hindu	Engels	6	+ 500
W 5	Handelaar	Moslem	Engels	3	+ 300
W 6	Mediese prak- tisyen	Moslem	Engels	4	+ 450
W 7	Handelaar	Moslem	Engels	5	+ 300
W 8	Handelaar	Moslem	Engels	4	+ 300
W 9	Handelaar	Moslem	Engels	5	+ 300
W 10	Handelaar	Moslem	Engels	4	+ 300
W 11	Handelaar	Moslem	Engels	3	+ 300
W 12	Mediese prak- tisyen	Moslem	Engels	5	+ 450
W 13	Mediese prak- tisyen	Moslem	Engels	5	+ 450
W 14	Mediese prak- tisyen	Moslem	Engels	6	+ 450
W 15	Handelaar	Hindu	Engels	4	+ 300
W 16	Mediese prak- tisyen	Moslem	Engels	3	+ 400
W 17	Onderwyser	Hindu	Engels	5	+ 300
W 18	Busmaatskappy- eienaar	Hindu	Engels	3	+ 300
W 19	Busmaatskappy- eienaar	Hindu	Engels	3	+ 300
W 20	Prinsipaal	Hindu	Engels	5	+ 300
Gemiddeld				4,5	R 372,50

Tabel III Die gemiddelde daaglikse nutrientinname van kinders onder 12 maande

Individu nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Protein		Vet (g/dag)	Kool- hidraat (g/dag)	Kalsium (g/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamine A (I.U./jaar)	Vitamine B (mg/dag)	Riboo- vitamine (mg/jaar)	Niasien (mg/dag)	Vitamine C (mg/jaar)
					Dierlik (g/dag)	Plantaardig (g/dag)										
B 17 (V)	11 maande	64,0	8,01	397 (50 k kal/kg)	9,8 (1,8 g/kg)	4,7	13,9	60,0	262	273	11,7	36	0,6	0,26	4,1	2,6
E 33 (M)	2 maande	57,6	5,57	289 (50 k kal/kg)	10,1 (2,8 g/kg)	5,7	5,9	44,7	406	405	20,6	193	1,2	0,58	7,7	6,5
Aanbevole daag- likse minimum dieetstandaarde* 9-12 maande				121 k kal/dag 110 k kal/dag	3,5 g/kg 3,5 g/kg				800 600		6,0 6,0	1500 1500	0,20 0,30	0,50 0,80	2,0 2,4	20,0 25,0

* Nasionale Voedingsraad (1956) deurgaans vir tabelle III tot XIV gebruik

Tabel IV Die gemiddelde daaglikse nutrientinname van kinders 1 - 3 jaar oud

Individue nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen		Vet (g/dag)	Kool- hidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamien A (IE/dag)	Vitamien (mg/dag)	Ribo- flavien (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamien C (mg/dag)
					Dierlik (g/dag)	Plantegroei (g/dag)										
A 10 (V)	3	87,5	10,45	674	5,9	9,3	21,7	102,0	103	281	5,7	2192	0,38	0,61	6,5	5,9
H 55 (M)	2	98,4	11,14	794	7,0	11,8	22,0	130,6	188	335	5,1	1432	0,36	0,35	4,4	16,1
N 88 (V)	3	84,1	11,59	584	4,8	8,8	19,1	89,7	155	265	3,5	1577	0,28	0,30	2,2	2,1
O 92 (M)	3	87,5	13,30	570	6,1	8,7	10,2	104,3	112	250	3,0	334	1,11	0,30	3,2	4,0
O 93 (M)	1	62,4	8,13	388	6,5	0,3	18,4	50,2	171	100	0,7	1104	0,07	0,22	0,9	20,8
R105 (M)	2	80,9	10,17	982	6,0	14,5	27,8	142,4	224	363	5,6	2035	0,53	0,31	4,6	24,1
S112 (V)	3	87,5	10,45	541	4,4	7,5	17,2	85,6	129	218	2,6	833	0,33	0,18	1,7	4,8
T115 (V)	3	85,4	11,25	785	1,4	10,6	20,0	124,4	185	394	7,8	967	0,72	0,49	5,4	9,9
Gemiddeld	2,5	84,2	10,81	664	14,2	19,5	103,6	158	276	4,3	7,0	1309	0,47	0,35	3,6	11,0
Aanbevole daaglikse minimum dieetstandaarde				1100	40			600				2000	0,4	1,0	6,0	40

Tabel V Die gemiddelde daaglikse nutrieninname van kinders 4 - 6 jaar oud

Individuele nr.	Onderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen		Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
					Dierlik (g/dag)	Plantatydig (g/dag)										
C 23 (V)	5	96,0	13,18	690	5,9	15,1	18,3	111,0	122,1	321,4	5,2	432,5	0,35	0,21	4,6	7,4
E 31 (V)	5	108,0	16,53	752	3,8	15,0	14,0	139,0	178,1	327,8	4,5	1447,8	0,56	0,30	4,5	33,5
E 32 (M)	4	100,5	16,48	783	4,1	18,3	16,4	142,7	181,9	325,5	5,5	1325,3	0,54	0,30	4,5	36,9
G 46 (V)	6	101,7	16,25	938	5,5	18,3	17,8	138,7	166,4	341,4	7,1	1627,5	0,56	0,67	5,8	10,2
I 59(M)	5	100,4	14,94	967	5,0	16,6	26,1	183,0	170,6	411,1	7,9	2577,3	0,77	0,36	7,2	22,5
J 67 (V)	4	87,0	11,02	841	2,1	18,4	16,1	157,1	115,7	290,5	8,1	463,7	1,06	0,31	5,5	6,2
M 82 (V)	6	103,1	16,42	1078	4,1	17,1	21,0	138,9	105,2	284,8	6,0	2070,4	0,41	0,35	4,0	13,6
M 83 (M)	5	99,5	15,45	1200	2,4	22,0	17,5	181,9	133,3	336,8	8,3	2192,7	0,56	0,33	5,1	16,3
M 94 (M)	5	89,4	12,10	924	2,2	17,0	17,3	142,7	131,8	282,9	4,6	2034,2	0,47	0,25	4,1	13,1
N 87 (M)	5	90,6	17,05	777	4,7	15,2	24,0	125,3	174,7	365,5	5,9	2251,0	0,57	0,33	4,0	13,1
O 91 (V)	6	100,2	18,92	571	11,5	3,4	16,2	136,0	174,0	416,6	6,0	3255,1	0,57	0,33	4,0	13,1
R104 (M)	5	91,4	15,16	777	5,7	15,9	26,6	152,7	174,0	416,6	6,0	3255,1	0,57	0,33	4,0	13,1
Gemiddeld	5	97,9	15,33	892	20,2	18,3	18,3	130,3	174,7	322,1	5,1	167,5	0,57	0,33	4,0	13,1
Aanbevole daaglikse minimum dieetstandaarde	1-10	45,0							700			2500	1,3	0,3	4,0	13,1

Tabel V Die gemiddelde daaglikse nutrieninname van kinders 4 - 6 jaar oud

Individuele nr.	Onderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen		Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
					Dierlik (g/dag)	Plantatydig (g/dag)										
C 23 (V)	5	96,0	13,18	690	5,9	15,1	18,3	111,0	122,1	321,4	5,2	432,5	0,35	0,21	4,6	7,4
E 31 (V)	5	108,0	16,53	752	3,8	15,0	14,0	139,0	178,1	327,8	4,5	1447,8	0,56	0,30	4,5	33,5
E 32 (M)	4	100,5	16,48	783	4,1	18,3	16,4	142,7	181,9	325,5	5,5	1325,3	0,54	0,30	4,5	36,9
G 46 (V)	6	101,7	16,25	938	5,5	18,3	17,8	138,7	166,4	341,4	7,1	1627,5	0,56	0,67	5,8	10,2
I 59(M)	5	100,4	14,94	967	5,0	16,6	26,1	183,0	170,6	411,1	7,9	2577,3	0,77	0,36	7,2	22,5
J 67 (V)	4	87,0	11,02	841	2,1	18,4	16,1	157,1	115,7	290,5	8,1	463,7	1,06	0,31	5,5	6,2
M 82 (V)	6	103,1	16,42	1078	4,1	17,1	21,0	138,9	105,2	284,8	6,0	2070,4	0,41	0,35	4,0	13,6
M 83 (M)	5	99,5	15,45	1200	2,4	22,0	17,5	181,9	133,3	336,8	8,3	2192,7	0,56	0,33	5,1	16,3
M 94 (M)	5	89,4	12,10	924	2,2	17,0	17,3	142,7	131,8	282,9	4,6	2034,2	0,47	0,25	4,1	13,1
N 87 (M)	5	90,6	17,05	777	4,7	15,2	24,0	125,3	174,7	365,5	5,9	2251,0	0,57	0,33	4,0	13,1
O 91 (V)	6	100,2	18,92	571	11,5	3,4	16,2	136,0	177,2	244,2	3,4	453,2	0,57	0,33	4,0	13,1
R104 (M)	5	91,4	15,16	777	5,7	15,9	26,6	152,7	227,0	412,6	6,0	3255,3	0,57	0,33	4,0	13,1
Gemiddeld	5	97,9	15,33	892	20,2	15,9	18,3	130,3	170,6	322,1	5,1	167,5	0,57	0,33	4,0	13,1
Aanbevole daaglikse minimum dieetstandaarde	1-10				45,0				700			2500	1,3	0,3	4,0	40

Tabel VI Die gemiddelde daagelijkse nutriëntinname van kinderen 7 - 10 jaar oud

Indivldu nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewt (kg)	Kalorieë (k kal)	Protein		Vet (g/dag)	Kool- hydraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamen A (IE/dag)	Thiamien (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamen C (mg/dag)
					Dierlik (g/dag)	Plantaardig (g/dag)										
F 38 (M)	9,8	130,5	24,26	1323	19,4	36,5	49,1	241,3	375,2	800,9	12,5	4777,2	1,18	1,3	13,2	21,7
F 39 (M)	7,5	116,4	18,06	1366	20,9	21,2	46,7	189,2	332,9	488,5	9,2	3641,2	0,67	0,9	12,2	12,8
G 44 (V)	9	109,9	17,73	896	2,8	21,5	15,3	150,9	155,0	352,4	7,3	1526,3	0,57	0,6	5,2	10,8
G 45 (V)	8	107,1	15,57	800	5,3	16,2	28,8	135,0	174,9	254,8	5,7	1399,5	0,49	0,5	4,4	9,0
I 58 (M)	7	109,4	17,27	1193	9,0	19,7	32,1	200,3	200,5	472,3	10,6	2709,0	0,60	0,5	9,2	38,7
J 66 (V)	7	101,9	16,59	981	5,0	20,2	20,4	171,8	128,8	306,1	8,8	541,3	0,47	0,4	5,9	11,4
M 81 (M)	8	114,7	18,86	1435	3,8	28,4	28,5	360,8	178,1	456,3	9,7	3376,4	1,06	0,5	7,4	6,2
P 98 (M)	8	135,1	24,94	1291	8,3	30,0	26,0	225,0	260,5	599,6	11,9	2056,0	0,85	0,6	8,4	22,3
S 110 (M)	8	119,7	17,05	473	4,4	16,0	18,6	137,0	170,6	354,5	4,9	1009,4	0,43	1,2	3,0	6,1
S 111 (M)	8	121,0	17,39	799	4,8	15,4	19,2	136,8	150,3	335,3	4,9	957,8	0,45	0,3	3,3	7,2
Gemiddeld	8,3	116,6	18,77	1056		30,9	28,5	194,8	212,7	442,1	8,6	2199,4	0,68	0,7	7,2	14,6
Aanbevole daagelijkse minimum dieetstandaarde 1900					55				800		10,0	3000	0,7	1,4	10,0	40

Tabel VII Die gemiddelde daaglijkse nutrientinname van dogters 10 - 12 jaar oud

Individu nr.	Onderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïn Dierlik (g/dag)	Plantardig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IUs/dag)	Tiamien (mg/dag)	Ribo- flavien (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
A 9	11	131,1	25,45	1564	12,0	27,6	38,8	264,5	522,3	694,6	12,9	3972,0	1,01	0,95	12,9	17,2
B 16	10	121,6	21,64	1277	7,7	29,6	33,5	197,5	251,3	508,0	12,6	2012,3	0,81	0,53	7,5	29,5
C 22	11	126,0	21,70	938	9,3	22,0	20,2	142,0	148,1	382,2	6,7	2299,6	0,52	0,23	6,4	10,5
J 64	11	130,2	28,41	774	3,9	15,9	20,7	127,0	127,5	265,5	5,9	548,9	0,43	0,32	5,4	11,0
L 77	11	133,0	24,32	663	6,2	11,1	10,5	127,7	122,4	258,8	5,6	568,5	0,43	0,31	4,3	6,3
Gemiddeld	10,4	128,4	24,30	1043		29,1	24,7	171,7	234,3	421,9	8,7	1680,3	0,64	0,47	7,4	15,1
Aanbevole daaglijkse minimum daarë				2400		70			1000		12,0	3000	1,0	1,3	12,0	40

Tabel VIII Die gemiddelde daaglikse nutrientinname van dogters 13 - 15 jaar oud

Individu nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen		Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Vitamiën B (mg/dag)	Rivoflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
					Dierlik (g/dag)	Plantaardig (g/dag)										
C 21	14	146,8	33,35	951	12,2	15,3	20,1	134,5	219,4	500,2	6,5	3711,9	0,60	0,26	3,2	16,1
H 54	15	151,2	49,66	1310	7,1	23,1	37,0	191,5	230,7	558,5	9,0	3234,8	0,71	0,49	6,2	26,2
J 62	15	139,9	34,77	995	2,8	19,9	21,3	163,6	138,5	333,6	7,1	432,2	1,42	0,36	7,1	12,1
K 71	13	151,9	31,59	1140	3,2	27,6	22,4	202,0	150,1	422,2	11,3	1430,2	0,60	0,40	5,5	22,5
P 97	13	160,6	38,92	1411	14,6	26,8	25,1	256,2	323,9	685,6	10,9	2146,2	0,37	0,70	3,7	24,1
Q 101	15	146,9	42,05	1528	19,7	20,3	36,5	176,5	376,3	704,0	9,1	1664,3	0,72	0,55	12,5	31,5
Gemiddeld	14,1	149,6	38,39	1223	32,2		27,1	187,4	248,2	534,8	9,0	2116,0	0,70	0,44	7,7	23,2
Aanbevole daaglikse minimum- hoeft				2600		75			1000		12	3000	1,1	1,1	15	40

Tabel IX Die gemiddelde daagelijkse nutriëntinname van dogters 16 - 20 jaar oud

Individu nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Protein Dierlik (g/dag)	Plantegroei (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamin A (IE/dag)	Vitamin A (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamin C (mg/dag)
A 6	19	152,6	47,15	1450	12,7	24,0	35,7	244,7	275,6	657,0	15,4	3589,7	0,92	0,92	12,2	35,5
A 7	18	155,8	50,45	1374	11,0	25,3	29,1	242,0	244,0	580,0	10,9	3617,1	0,88	0,83	9,5	2,7
D 27	17	155,8	42,27	1242	14,4	25,3	23,4	203,7	265,4	616,7	10,7	2840,1	0,82	0,35	11,0	16,7
R 107	17	156,6	42,73	1530	7,2	26,5	45,4	227,8	244,9	549,3	11,4	5340,9	0,98	0,43	3,4	31,6
Gemiddeld	17,8	155,2	45,65	1399		26,1	33,4	229,6	257,5	600,8	12,1	3847,0	0,91	0,77	10,6	23,1
Aanbevole minimum daaglikse aanteen-				2400		70			1200		15	4000	1,0	1,8	15	+C

Tabel IX Die gemiddelde daagelijkse nutriëntinname van dogters 16 - 20 jaar oud

Individu nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Protein Dierlik (g/dag)	Plantegroei (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Vitaminen B (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)
A 6	19	152,6	47,15	1450	12,7	24,0	35,7	244,7	275,6	657,0	15,4	3589,7	0,92	0,92	12,2	35,5
A 7	18	155,8	50,45	1374	11,0	25,3	29,1	242,0	244,0	580,0	10,9	3617,1	0,88	0,83	9,5	2,7
D 27	17	155,8	42,27	1242	14,4	25,3	23,4	203,7	265,4	616,7	10,7	2840,1	0,82	0,35	11,0	16,7
R 107	17	156,6	42,73	1530	7,2	26,5	45,4	227,8	244,9	549,3	11,4	5340,9	0,98	0,43	3,4	31,6
Gemiddeld	17,8	155,2	45,65	1399		26,1	33,4	229,6	257,5	600,8	12,1	3847,0	0,91	0,77	10,6	23,1
Aanbevole minimum daaglikse aanteen-				2400		70			1200		15	4000	1,0	1,8	15	+C

Tabel X Die gemiddelde dagelijkse nutriëntinname van seuns 10 - 12 jaar oud

Individue nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen		Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamine A (IE/dag)	Thiamien (mg/dag)	Ribo- flavien (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamine (mg/dag)
					Dierlik (g/dag)	Plantegroei (g/dag)										
F 37	11	135,6	26,70	1703	34,9	26,1	81,3	213,6	401,9	926,0	12,9	3511,1	1,06	0,36	13,2	15,0
G 42	11	118,1	19,66	978	2,7	22,1	15,7	167,0	164,0	376,0	8,0	1659,2	0,71	0,68	5,9	10,0
G 43	10	124,0	22,39	1019	3,0	23,1	16,5	189,4	164,8	310,1	8,3	1680,5	0,64	0,62	6,1	12,2
J 65	10	122,6	24,77	1102	3,6	23,4	18,6	199,2	143,6	326,3	9,7	722,9	0,64	0,33	6,0	9,4
M 79	12	141,1	31,14	1630	3,5	53,2	30,2	232,4	198,7	470,3	12,1	4280,9	0,80	0,52	6,3	27,0
M 80	10	130,1	24,03	1731	4,8	33,6	30,3	267,4	203,7	503,6	13,1	3257,2	0,81	0,59	8,0	19,1
Gemiddeld	10,6	128,6	24,78	1361	39,0	32,1	211,5	212,8	485,4	10,7	2518,7	0,78	0,61	8,6	15,6	
Aanbevole dagelijkse minimum dieetstan- daarde				2400	65				800		12,0	3000	1,0	1,6	12,0	40

Table XI Die gemiddelde dagelijkse nutritientname van seuns 13 - 15 jaar oud

Individuele naam	Ontwikkeling (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieën (k kal)	Dierlijk (g/dag)	Proteïne Plantarig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalسيوم (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Ijzer (mg/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitaminen (mg/dag)
1	15	14	141,5	33,46	1567	12,9	30,1	49,5	257,0	268,7	71,5	15,1	2451,0	0,31	0,60	3,3
2	26	14	160,5	37,72	1602	23,0	31,4	31,3	253,3	357,7	62,0	35,6	3032,6	1,14	0,76	12,4
3	41	13	134,0	26,14	1044	3,5	22,4	16,0	178,0	182,9	40,1	8,0	1557,0	0,60	0,60	3,2
4	63	14	136,3	30,57	876	3,2	19,1	17,3	157,1	133,6	47,7	9,3	413,4	0,52	0,35	4,2
5	70	15	149,9	37,39	1428	2,2	35,1	25,5	305,1	175,9	1,9	15,9	2257,6	0,63	0,43	5,6
6	75	14	145,1	33,81	1567	11,6	26,5	15,2	242,7	169,7	55,3	11,6	1170,6	0,90	0,44	8,7
7	76	13	145,5	31,70	1002	10,9	14,5	15,3	188,6	169,7	40,7	9,0	1020,3	0,69	0,41	7,1
8	96	14	165,4	49,89	1490	7,3	39,4	24,4	266,7	331,4	73,5	13,9	2127,4	1,16	0,41	10,3
Gemiddeld	14	147,3	36,09	1322,0		36,7		24,3	231,3	227,7	54,4	14,3	1466,9	0,64	0,60	7,1
Aanbevole minimum dagelijkse dieetstandaarde				3000		75			1300		15	4000	1,2	1,3	1,3	40

Tabel XII Die gemiddelde daaglikse nutrientinname van seuns 16 - 20 jaar oud

Individue nr.	Ouderdom (jaar)	lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen Dierlik Plantaardig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Ribo- flavien (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)	
A 8	16	161,6	45,22	1895	19,6	14,5	52,1	305,8	439,1	870,1	16,8	6834,3	1,55	1,63	14,8	92,3
B 14	19	153,6	48,06	1320	10,7	25,3	33,2	295,9	355,9	571,7	11,5	1867,2	0,66	0,68	7,4	34,7
H 53	20	168,0	60,70	2575	13,5	44,8	75,6	418,4	414,7	1079,6	21,5	4231,9	1,68	0,87	18,0	40,7
L 74	17	163,5	40,22	1080	8,7	21,6	14,76	206,0	184,3	437,5	10,1	846,1	0,78	0,46	7,5	14,0
Q 100	18	155,4	59,77	1836	15,7	27,9	31,70	255,0	370,8	790,7	10,7	1931,4	1,72	0,43	16,5	32,3
Gemiddeld	18	160,4	50,79	1741,3	13,7	26,8	41,5	296,2	353,0	749,9	14,1	3142,1	1,28	0,81	12,6	42,6
Aanbevole minimum daaglikse dieetstandaarde				3700	90			1300		15	4000	15,00	4,3	15,00	40	

Tab. 1 XII Duur gemiddelde daagelijkse nutriënt-inname van volwassen man

Individuele nr.	Beroep	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewicht (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne Lichaam (g/dag)	Plantarig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamine A (i.u./dag)	Vitamine B (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niacien (mg/dag)	Vitamine C (mg/dag)	
A 1	Skoonmaker	58	162,7	51,73	2311	25,6	36,9	72,2	373,0	477,1	1144,5	22,7	744,4	1,50	2,22	32,7	47,3	
A 2	Arbeider	28	170,3	51,05	1164	15,1	25,7	52,2	270,7	346,1	772,1	16,2	6245,3	1,11	1,11	16,2	21,5	
B 11	Masjienoperator	58	163,2	59,43	1865	8,7	40,8	34,4	337,8	355,7	786,1	12,0	3061,9	1,36	0,53	14,7	48,3	
B 13	Molsorteerder	26	160,3	64,43	1711	13,9	32,6	43,3	272,0	349,4	777,2	14,8	3305,5	1,23	0,77	14,0	46,2	
C 12	Klerk	64	165,1	63,01	2743	12,0	34,2	35,6	259,0	340,6	800,6	15,6	3379,7	1,13	0,49	13,5	40,4	
C 20	Werkloos	35	154,1	44,43	1539	17,2	29,3	36,5	245,0	329,8	1414,8	12,0	3962,6	1,17	0,38	13,0	24,5	
C 24	Klerk	53	164,0	59,65	1498	19,3	26,1	31,0	259,5	347,6	717,3	12,1	3044,2	0,62	0,76	10,5	14,6	
E 29	Arbeider	30	170,5	57,10	1397	0,8	21,6	28,9	249,3	342,5	645,0	9,2	3656,8	0,57	0,64	11,6	21,7	
F 34	Swembad-arbeider	39	164,5	55,80	1440	10,8	29,0	41,2	218,3	259,4	667,2	11,2	4147,5	3,12	1,64	11,7	24,9	
F 36	Werkloos	39	163,9	61,19	1572	24,0	49,1	45,8	226,7	360,1	861,1	15,2	5195,7	0,73	1,15	14,2	37,1	
H 47	Arbeider	62	163,0	48,64	1745	19,7	28,2	39,1	295,4	554,3	929,5	15,6	2631,2	1,09	1,00	11,1	15,2	
H 49	Masjienis	35	168,9	63,24	1704	16,1	35,9	38,2	272,2	267,7	682,9	12,6	4907,1	1,22	0,72	12,2	22,8	
H 51	Verkoopsman	30	160,4	49,87	1363	24,4	22,6	34,3	219,5	303,8	582,9	10,7	3544,4	0,86	1,05	8,9	11,5	
H 52	Klerk	24	169,2	50,63	1350	14,7	22,0	30,7	232,4	431,6	677,1	11,5	11381,7	0,47	0,63	8,0	12,8	
I 56	Kelner	32	166,4	55,28	1961	41,7	20,3	55,0	272,5	990,4	1144,4	9,8	4265,9	1,03	1,50	9,3	21,3	
J 60	Werkloos	46	147,6	56,59	1452	4,4	27,4	29,3	261,0	223,9	463,8	12,2	567,1	0,45	0,35	7,0	17,3	
K 68	Werkloos	53	*	*	1104	3,3	24,6	20,7	202,4	171,1	326,6	14,3	1271,5	0,65	0,49	3,6	13,0	
L 72	Spinner	57	162,9	65,68	1902	5,2	47,1	22,8	370,1	258,0	572,9	29,6	925,5	0,90	0,64	9,4	16,1	
N 85	Arbeider	28	155,4	68,75	1496	10,0	26,8	48,5	215,7	342,1	721,0	13,5	3407,8	0,86	0,54	10,4	7,3	
O 89	Klerk	27	171,5	59,94	1012	19,2	13,1	14,9	186,3	189,2	610,9	9,3	887,3	0,68	0,84	9,3	9,7	
P 94	Arbeider	36	164,8	59,72	1612	11,3	38,0	39,9	263,4	326,9	778,4	15,4	2681,3	0,99	0,77	9,4	23,3	
R 102	Kelner	38	162,3	52,27	1848	23,8	25,5	70,5	268,8	354,3	748,0	12,8	9864,5	0,94	0,73	10,0	41,7	
S 108	Toonbankbediende	36	168,6	64,72	1050	9,3	22,2	16,5	193,1	278,2	515,5	8,7	983,0	2,87	0,47	6,5	15,6	
T 113	Klerk	32	167,6	57,33	1710	31,7	32,6	58,2	265,3	526,1	878,1	16,4	2049,1	0,71	1,31	12,0	33,6	
Gemiddeld		40,3	163,8	57,41	1606	45,1	39,2	260,1	361,1	761,2	14,1	3764,5	1,12	0,90	11,5	24,5		
Aanbevole minimum daaglikse dieetstandaarde:																		
	Sittend				2300	65				700			9,0	4000	0,8	1,60	12	40
	Matig actief				3000	65				700			9,0	4000	1,0	1,60	15	40

* Persoon bediënd.

Tabel XIV Die gemiddelde dagelijkse nutriëntinnamen van volwassen vrouw

Individuele nr.	Beroep	Onderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewicht (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne Dierlijk (g/dag)	Proteïne Plantaarig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalسيوم (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Vitaminen B1 (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)
A 2	Huisvrouw	45	148,8	65,00	1366	21,1	22,9	41,3	249,8	213,7	740,6	11,6	5346,4	0,92	1,57	16,2	16,1
A 4	Huisvrouw	21	157,0	43,08	1365	8,9	21,5	33,9	246,0	298,8	573,3	11,7	1424,2	0,89	0,72	11,1	41,2
A 5	Huisvrouw	23	150,8	50,45	1355	12,4	24,6	39,4	263,0	294,6	751,0	14,1	3707,1	1,29	1,35	7,1	36,7
B 12*	Klerk	42	146,5	58,29	990	8,5	19,4	16,3	184,0	218,3	496,4	8,0	2150,4	0,86	0,48	7,6	38,8
C 19	Huisvrouw	60	142,4	47,21	1049	8,3	17,7	23,9	180,9	231,8	471,4	7,7	2718,8	0,74	0,28	7,9	20,0
D 25	Huisvrouw	42	164,1	56,81	1322	18,3	13,3	27,6	226,1	265,1	614,8	10,7	2313,3	0,89	0,34	9,3	16,2
D 26	Verpleegster	21	164,8	48,52													
E 30	Huisvrouw	29	154,6	67,78	972	6,4	13,2	18,2	184,5	240,8	346,9	4,9	1950,5	0,78	0,34	5,2	35,3
F 35	Huisvrouw	35	153,5	70,80	1690	30,2	30,2	42,7	265,1	438,2	874,3	12,8	4164,7	1,44	1,54	15,8	22,6
G 40	Huisvrouw	33	139,4	28,75	776	5,1	11,6	15,4	128,9	159,1	271,9	4,5	1556,2	0,33	0,29	3,7	11,1
H 48*	Huisvrouw	55,5	144,3	80,22	1104	11,2	18,6	33,2	171,9	156,1	458,2	10,0	3311,5	0,65	0,47	8,4	16,5
H 50	Huisvrouw	23	157,8	55,28	1221	6,5	26,8	26,6	211,3	207,1	533,6	12,6	6514,0	0,79	0,41	8,7	24,8
I 57	Vasjieniste	38	144,2	48,98	1196	4,2	23,8	19,8	222,5	219,2	543,0	9,5	1554,9	0,91	0,49	8,9	16,7
J 61	Huisvrouw	39	147,6	56,59	1072	4,3	22,2	24,0	187,1	159,1	338,1	10,9	481,5	0,43	0,35	6,5	17,3
K 69	Huisvrouw	37	145,7	70,57	1479	3,2	36,2	27,0	270,4	159,4	445,6	19,7	2572,4	0,68	0,48	6,6	18,4
L 73	Huisvrouw	50	157,6	69,43	1026	8,4	21,1	15,9	190,0	167,6	399,8	11,3	944,3	0,67	0,46	7,4	12,4
M 78	Huisvrouw	41	148,3	60,80	1585	2,6	31,3	17,5	242,1	172,8	363,6	16,3	4731,9	0,58	0,41	1,2	30,1
N 86	Huisvrouw	25	149,9	72,50	1049	4,9	21,0	27,1	174,5	171,8	498,5	8,6	2719,1	0,69	0,35	6,7	3,5
O 90	Huisvrouw	25	155,1	46,82	1072	21,9	10,0	16,7	199,1	187,1	527,0	8,7	924,0	0,58	0,89	8,2	8,5
P 95	Huisvrouw	43	165,7	53,52	883	3,8	21,3	13,3	165,2	197,2	437,6	7,2	1110,7	0,63	0,51	8,0	18,9
Q 99	Huisvrouw	53	141,2	45,91	1927	24,1	29,6	47,0	236,0	489,8	933,5	11,8	1936,9	0,96	0,56	12,7	38,1
R 103	Huisvrouw	30	152,3	46,14	1689	12,4	27,1	43,3	263,7	335,8	665,7	10,7	6219,0	1,38	0,56	9,7	24,7
R 106	Pensioenaris	86			1884	14,0	29,7	57,5	286,7	382,2	770,3	13,8	6049,8	1,15	0,75	19,7	22,8
S 109	Huisvrouw	33	151,0	55,00	751	8,1	12,9	18,3	126,0	169,9	381,5	5,7	949,0	2,38	0,38	4,4	5,9
T 114	Huisvrouw	29	154,1	55,68	1538	23,8	25,1	36,5	230,5	374,8	746,1	12,3	3380,0	1,04	1,42	13,8	37,3
Gemiddeld			151,6	56,42	1265	33,5		28,4	212,7	246,3	594,3	10,6	2863,8	0,90	0,64	9,0	22,2
Aanbevolde dagelijkse minimum steetsaandaarde:		Sittend			2000	55				600		12	4000	0,7	1,4	11,0	40
		Matig actief			2300	55				600		12	4000	0,8	1,4	12,0	

Tabel XV
Dieetstekorte gemeet teen die aanbevole minimum-daaglikse dieetstandaarde van die
Nasionale Voedingsraad (1956)

Onderdom (jaar)	% van aanbevole standaarde	Kalorie (%)	Proteïen (%)	Kalsium (%)	Yster (%)	Vitamine A (%)	Tiamien (%)	Riboflaavin (%)	Niasien (%)	Vitamine C (%)
1 - 3	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(2) 25,0 (5) 62,5 (1) 12,5	(7) 87,5 (1) 12,5	(8) 100,0	(3) 37,5 (2) 25,0 (3) 37,5	(3) 37,5 (2) 25,0 (1) 12,5 (2) 25,0	(1) 12,5 (1) 12,5 (3) 37,5 (3) 37,5	(7) 87,5 (1) 12,5	(3) 37,5 (2) 25,0 (2) 25,0 (1) 12,5	(6) 75,0 (2) 25,0
4 - 6	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(2) 16,7 (9) 75,0 (1) 8,3	(11) 91,7 (1) 8,3	(12) 100,0	(1) 8,3 (7) 58,3 (2) 16,6 (2) 16,6	(3) 25,0 (3) 25,0 (4) 33,3 (2) 16,6	(10) 83,4 (2) 16,6	(12) 100,0	(12) 100,0	(9) 75,0 (1) 8,3 (2) 16,6
7 - 10	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(4) 40,0 (5) 50,0 (1) 10,0	(5) 50,0 (3) 30,0 (1) 10,0 (1) 10,0	(10) 100,0	(2) 20,0 (2) 20,0 (3) 30,0 (3) 30,0	(4) 40,0 (2) 20,0 (1) 10,0 (3) 30,0	(5) 50,0 (2) 20,0 (3) 30,0	(7) 70,0 (1) 10,0 (2) 20,0	(3) 30,0 (3) 30,0 (2) 20,0 (2) 20,0	(7) 70,0 (2) 20,0 (1) 10,0
10 - 12	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(6) 54,6 (5) 45,4	(6) 54,6 (3) 27,3 (2) 18,1	(9) 81,9 (2) 18,1	(2) 18,1 (3) 27,3 (1) 9,1 (5) 45,4	(3) 27,3 (3) 27,3 (1) 9,1 (4) 36,3	(2) 18,1 (4) 36,5 (3) 27,3 (2) 18,1	(9) 81,9 (2) 18,1	(3) 27,3 (6) 54,6	(9) 81,9 (2) 18,1
13 - 15	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(8) 57,2 (6) 42,8	(8) 57,2 (6) 42,8	(14) 100,0	(6) 42,8 (5) 42,8 (5) 35,7 (3) 21,5	(6) 42,8 (5) 35,7 (1) 7,2 (2) 14,3	(1) 7,1 (8) 57,2 (4) 28,6 (1) 7,1	(14) 100,0	(6) 42,8 (6) 42,8 (2) 14,4	(6) 42,8 (5) 35,7 (3) 21,5
16 - 20	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(3) 33,3 (6) 66,7	(5) 55,6 (4) 44,4	(9) 100,0	(4) 44,4 (2) 22,2 (3) 33,4	(3) 33,4 (1) 11,1 (2) 22,2 (3) 33,3	(1) 11,1 (1) 11,1 (4) 44,4 (3) 33,4	(7) 77,8 (2) 22,2	(1) 11,1 (4) 44,4 (2) 22,4 (1) 11,1	(3) 33,3 (4) 44,5 (2) 22,2
Volwas- series	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(8) 16,7 (27) 56,3 (11) 22,9 (2) 4,1	(12) 25,0 (22) 45,8 (12) 25,0 (2) 4,2	(35) 72,9 (8) 16,7 (4) 8,3 (1) 2,1	(3) 6,3 (5) 10,4 (10) 20,8 (30) 62,5	(15) 31,3 (8) 16,7 (10) 20,7 (15) 31,3	(1) 2,1 (3) 6,3 (11) 22,9 (33) 68,7	(31) 64,5 (9) 18,8 (3) 6,3 (5) 10,4	(5) 10,4 (13) 27,1 (17) 35,4 (13) 27,1	(21) 43,8 (11) 22,9 (11) 20,8 (6) 12,5

() Dit die getal proefpersone aan.

Tabel XVI Die gereeldheid van brood- en graanvoedselinname

	Mielies		Kafer- koring	Koring	Brood		Hawer	Gepolleeerde Rys		Rog	Sago	Onbyl-grangereg			
	Groen Meel	Rys	Pap	Wlt- meel	Groen meel	Wlt Bruin graan	Vooraf gekoek	Stoom behandelde	Wlt	Meel		P/Toasties	R/vlokkies	Wheet-bix	Pro-nutro
Daaglikse %	-	20 25	-	5	-	90 35	-	60	10	-	-	-	-	-	5
Gereeld %	25	25 30	-	5	-	20 10	-	-	10	-	10	-	-	-	10
2 x week %	-	5	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-
1 x week %	10	15 10	-	5	-	5 5	-	15	-	-	-	-	-	-	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	65	35	10	85	5	5 10	5	10	55	-	55	15	5	5	5
Nooit %	-	- 35	90	- 95	-	35 80	80 95	10	25	100	40	85	95	95	80

Tabel XVII Die gereeldheid van koeke-, pastei- en ander graanvoedselinnam

	F e u l g e w a s s e									
	Macaroni	Spaghetti	Beskuitjies	Beskuit	Skons	Vetkoek	Kluitjies	Soetkoekies	Ander	
Daaglikse %	-	-	15	-	5	-	-	-	-	-
Gereeld %	5	-	10	-	15	-	-	-	-	40
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10
1 x week %	-	-	50	-	5	-	-	-	-	40
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-
Selde %	5	5	20	-	5	-	-	-	5	10
Nooit %	90	95	5	100	65	100	100	100	95	-

Tabel XVIII Die gereeldheid van vleisinname

	V A R S : R O U										K O U L				
	Bees	Skaap	Bok	Vark	Hoender	Wild	Wilde voëls	Ander	Ham	Polonie	Weense wors	Spek	Soutvleis	Ander	
Daaglikse %	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Gereeld %	-	10	10	5	15	-	-	-	-	-	5	5	-	-	
2 x week %	-	30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
1 x week %	-	50	5	-	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
2 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
1 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Seide %	20	5	20	5	60	-	-	-	-	5	5	5	15	-	
Nooit %	80	-	65	90	5	100	100	100	100	95	90	95	85	100	

Tabel XIX Die gereeldheid van melk- en suiwelprodukte innamc

	Vars melk	Suur melk	Vol- poetcr	Vars afgeroom	Suur afgeroom	Afgeroomde poetcr	Gekonsen- treer	Gekonden- seer	Milk	Ander	Eotter	Room	Kaas	Eiers
Daaglikse ₣	30	-	5	5	-	-	-	70	30	-	70	-	10	10
Gereeld ₣	10	25	-	-	5	-	-	5	5	-	10	-	10	35
2 x week ₣	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	20
1 x week ₣	15	5	-	-	-	-	-	-	15	-	5	-	5	25
2 x maand ₣	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-
1 x maand ₣	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldc ₣	30	-	-	-	-	-	-	20	20	-	10	-	30	10
Nooit ₣	10	70	95	95	95	100	95	-	30	100	-	100	10	-

Tabel XX Die gereeldheid van afval- en visiname

	A F V A L										V I S						
	Lewer	Nier	Hart	Tong	Ingewande	Wors	Skaapkop	Vars:See	Vars:varswater	Gedroog	Gebak	Gerook	Kerrie	Elk			
Daaglikse %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Gereeld %	20	15	10	5	15	10	-	25	-	35	35	-	35	45			
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	10			
1 x week %	-	-	-	-	-	-	-	30	-	10	10	-	15	30			
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
1 x maand %	5	-	-	-	5	5	-	5	-	-	5	-	5	-			
Selde %	60	35	30	35	50	35	15	35	5	35	45	5	40	15			
Nooit %	15	50	60	60	30	50	85	5	95	15	5	95	5	-			

Tabel XXI Die gereeldheid van inname van neute, suiker, soetkosse, vette en olies

	N E U T E			SUIKER EN SOET-KOSSE							VETTE EN OLIES			
	Grondbone	Grondbone botter	Grondbone blatjang	Wit suiker	Bruin suiker	Stroop en konfyt	Lekkers	Voeding	Jellie	Koeldrank	Margarinen	Plantvet	Plantolie	Liervet
Daaglikse	-	-	-	100	-	5	45	-	-	5	-	5	100	10
Gereeld	15	-	-	-	-	15	25	-	-	15	-	40	-	-
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-
1 x week	-	-	5	-	-	10	10	-	5	25	-	15	-	-
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldse	50	20	-	-	-	45	15	20	35	25	30	20	-	-
Nooit	35	80	95	-	100	25	5	60	60	30	70	10	-	30

Tabel XXII Die gereeldheid van inname van geurmiddels, speserye, kruie en smere

	GEURMIDDELS										FRUIT				SPECERYE				SMEER			
	Kerrie	Knoffel	Mosterd	Peper	Rooi peper	Gemmer	Droë rissies	Jeera	Mettie	Jelbary	Koljander	Groen uie	Kerrie-blare	Heut	Melktjie	Kaneel	Gemmer	Bovril	Boter	Marmite	Vi	Wiel
Maaglik x	100	95	30	10	5	50	40	25	10	-	25	-	45	-	-	1	10	-	-	-	-	-
Dereid x	-	5	20	15	-	-	30	30	20	5	40	45	45	5	1	1	10	-	-	-	-	-
2 x week x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week x	-	-	5	5	-	10	20	10	10	10	10	10	-	-	10	15	-	-	10	-	-	-
2 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide x	-	-	25	30	-	10	10	15	20	-	15	15	10	-	-	10	10	-	-	-	-	-
Wool x	-	-	20	40	25	-	-	10	10	10	-	10	-	-	-	10	10	10	10	-	-	-

Tabel XXII Die gereeldheid van inname van geurmiddels, speserye, kruie en smere

	GEURMIDDELS										FRUIT				SPECERYE				SMEER			
	Kerrie	Knoffel	Mosterd	Peper	Rooi peper	Gemmer	Droë rissies	Jeera	Mettie	Jelbary	Koljander	Groen uie	Kerrie-blare	Heut	Melktjie	Kaneel	Gemmer	Bovril	Boter	Marmite	Vi	Wiel
Maaglik x	100	95	30	10	5	60	40	45	10	-	25	-	45	-	-	-	10	-	-	-	-	-
Dereid x	-	5	20	15	-	-	30	30	20	5	40	-	45	5	10	10	10	-	-	-	-	-
2 x week x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week x	-	-	5	5	-	10	20	10	10	10	10	10	-	-	10	15	-	-	10	-	-	-
2 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide x	-	-	25	30	-	10	10	15	20	-	15	15	10	-	-	10	10	-	-	-	-	-
Woolf x	-	-	20	40	25	-	-	10	10	10	-	10	-	-	-	10	10	10	10	-	-	-

Tabel XXIII Die gereeldheid van inname van geursels, souse, suurtjies, sop en drank

	GEURSELS			SOUSE	SUURTJIES			S O P			D R A N K E					
	Vanilla	Suur- lemoen	Amandel		Tamatie	Worcester	Atchar	Blatjang	Suurrie	foeier	Blk	Ander	Spiritus	Bier	Vrugte	Koffie en kakao
Daaglik %	-	-	-	-	-	5	-	10	-	-	-	-	-	-	10	100
Gereeld %	-	-	-	-	-	5	30	45	-	-	-	15	5	10	20	-
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week %	-	-	-	10	5	-	5	10	-	-	-	10	10	-	15	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	20	-	-	15	15	15	30	35	-	-	-	35	30	35	5	-
Nooit %	80	100	100	75	80	75	35	-	95	100	100	40	55	55	50	-

Tabel XXIV

Inname van ander voedsel niet genoemd in tabellen XVI tot XXIII niet

	Megenom van kantien en kafee								Traditionele gerechte	Alte kosse	Anter
	Kerrie en rys	Vis en skyfies	Kerrie-Vis	Vleis-pastei	Hamburger	Toebroodjies	Kors-broodjie	Anter (Chilibite)			
Daaglikse	-	-	-	-	-	-	-	-	50	-	-
Gereeld	-	10	-	5	-	-	-	10	70	-	-
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week	-	5	-	-	-	-	-	10	-	-	-
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldse	10	25	5	15	-	30	-	50	-	-	-
Nooit	90	50	95	80	100	70	100	100	-	20	100

* Sal afsonderlik bespreek word

Tabel XXVI
 Somatometrische besonderheden van Chatsworth-seuws onder 18 jaar oud

Familie nr.	Onderdom (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i g (kg)		I r i s e s (mm)		Subskapulêr (mm)					
	(1)	(11)	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil			
A	16,0	17,3	161,6	167,7	6,1	45,2	53,5	8,3	4,3	5,0	0,7	5,5	6,3	0,8
B	13,8	15,7	141,5	156,5	15,0	33,5	44,7	11,2	5,9	7,0	1,1	6,2	7,6	1,4
D	14,8	16,6	160,5	169,5	9,0	37,7	41,4	3,7	4,1	4,6	0,5	4,0	4,6	0,6
E	4,1 0,2	5,9 2,0	100,5 57,6	Permanent by familie 84,7	27,1	16,5 5,6	12,1	6,5	12,1 5,8	7,6	1,8	6,9 3,1	14,6	11,5
F	11,1 9,5 7,5	12,9 11,3 9,3	135,6 130,5 116,4	145,2 139,6 126,4	9,6 9,1 10,0	26,7 24,3 18,1	32,5 32,4 23,8	5,8 5,7 5,7	5,6 6,2 3,9	9,3 10,0 7,0	3,7 3,8 3,1	4,0 5,3 2,6	5,0 6,0 5,0	1,0 0,7 2,4
G	13,3 11,7 10,1	15,2 13,5 11,9	134,0 118,1 124,0	150,4 128,1 133,7	16,4 10,0 9,7	26,1 19,7 22,4	34,8 23,7 25,7	8,7 4,0 3,3	4,9 7,3 3,3	6,0 8,7 5,6	1,1 1,4 2,3	3,1 3,3 2,5	6,0 5,0 4,3	2,9 1,7 1,3
H	2,1	3,9	98,4	99,8	1,4	11,1	13,1	2,0	4,0	8,6	4,6	8,1	3,6	-4,5
I	7,0 4,9	8,8 6,8	109,4 100,4	118,4 111,6	9,0 11,2	17,3 14,9	20,6 17,6	3,3 2,7	10,4 8,9	10,6 8,3	0,2 -0,6	4,0 3,5	5,3 4,0	1,3 0,5
J	13,8 9,5	15,7 11,3	136,3 111,2	150,5 130,4	14,1 19,2	30,6 24,8	39,1 27,9	8,5 3,1	9,3 5,6	7,3 7,0	-2,0 1,4	4,9 3,4	5,3 7,3	0,4 3,9
K	14,8	16,6	149,9	164,7	14,8	37,4	50,8	13,4	5,9	5,0	-0,9	4,0	5,6	1,6
L	16,7 14,0 12,4	Huils verlaet 15,9 14,3	163,5 145,1 145,5	159,0 156,1	13,9 10,6	40,2 33,8 31,7	46,3 38,6	12,5 6,9	5,0 5,1 6,7	8,0 8,6	2,9 1,9	5,5 5,0 5,0	9,6 5,3	4,6 0,3
M	12,1 9,5 8,3 5,2 3,7	13,9 11,3 10,1 7,0 5,5	141,0 130,1 114,7 99,5 89,4	153,0 139,8 124,4 111,0 105,0	12,0 9,7 9,7 11,5 15,6	31,1 24,0 18,9 15,5 12,1	39,6 28,8 23,6 15,9 14,3	8,5 4,8 4,7 0,4 2,2	5,5 5,0 5,0 7,1 5,8	7,0 9,0 7,0 9,0 7,0	1,5 4,0 2,0 1,9 1,2	3,4 2,8 2,0 3,0 2,4	5,0 4,0 4,0 4,3 4,0	1,6 1,2 2,0 1,3 1,6
N	5,0	6,8	99,6	110,3	10,7	17,1	19,8	2,7	7,7	11,6	3,9	2,9	3,6	0,7
O	2,9 0,7	4,8 2,5	87,5 62,4	100,0 86,5	12,5 24,1	13,3 8,1	15,9 11,3	2,6 3,2	9,9 9,7	11,6 9,3	1,7 -0,4	5,0 4,3	5,3 3,0	0,3 -1,3
P	14,5 8,8	16,3 10,6	165,4 135,1	170,7 143,0	5,3 8,0	49,9 24,9	68,0 27,5	18,1 2,6	4,5 4,8	14,3 7,0	9,8 2,2	5,5 3,0	15,0 4,0	9,5 1,0
R	3,8 2,2	5,7 4,0	98,4 80,9	113,0 96,5	14,6 15,6	15,6 10,2	19,6 14,4	4,0 4,2	6,8 9,3	5,6 11,0	-1,2 1,7	3,2 4,9	4,0 4,6	0,8 -0,3
S	7,3 7,3 7,3	9,2 9,2 9,2	119,7 130,5 121,0	130,5 130,3	10,8 9,2	17,1 17,4	19,9 20,0	2,8 2,6	5,0 5,3	6,3 7,0	1,3 1,2	3,0 3,2	4,0 4,0	1,0 0,8
Gemiddelt	7,3	9,2	121,0	130,3	9,2	17,4	20,0	2,6	5,3	7,0	1,2	3,2	4,0	1,7

Table NVIII Somatometrie des besonde thede van Chatsworth-duffers onder 18 jaar oud

Facilie nr.	Categorie (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i c t (kg)		T r i c e p s (mm)		Subcapulär (mm)					
	(I)	(II)	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)	Verskil			
A	17,3 11,9 3,0	19,2 13,8 Huis verlaat	155,8 131,1 27,5	157,0 145,9	1,6 14,8	50,5 25,5 10,5	52,5 33,8	2,0 8,3	14,5 10,3 8,0	21,3 11,6	6,8 1,3 3,3	11,5 6,4 3,3	19,6 15,6	4,1 4,2
B	9,6 9,9	11,4 2,8	121,6 64,0	135,2 86,0	13,6 22,0	21,6 8,0	26,7 10,8	5,1 2,8	5,0 6,0	7,0 11,0	2,0 3,0	3,3 4,9	5,0 3,6	1,2 -1,3
C	14,3 10,9 5,1	16,1 12,8 6,9	146,8 126,0 96,0	152,4 135,2 105,6	5,6 9,2 9,6	33,4 21,7 13,2	38,2 25,9 15,8	4,8 4,2 2,6	5,0 6,5 5,7	8,3 9,0 6,3	3,3 2,5 0,6	5,1 4,1 3,3	7,5 5,6 3,0	2,5 1,5 -0,3
D	17,9	Huis verlaat	155,8		42,3	8,4						9,7		
E	5,2	7,0	108,0	120,7	12,7	16,5	21,6	5,1	10,2	10,0	-0,2	5,4	5,6	0,2
G	9,1 8,7 4,6	10,9 10,5 2,4	109,9 107,1 101,7	121,1 113,0 111,9	11,2 10,9 10,2	17,7 15,6 16,3	20,9 19,3 19,1	3,2 3,7 2,8	7,3 7,3 9,0	10,3 9,3 12,6	3,0 2,0 3,6	3,4 3,1 4,1	4,6 5,0 5,0	1,2 1,9 0,7
H	15,3	17,1	151,2	154,2	3,0	49,7	50,1	0,4	23,5	21,6	-1,9	12,7	11,3	-1,4
J	15,1 11,3 4,2	16,9 13,1 8,7	139,9 130,2 101,9	143,8 139,4 111,1	3,9 9,2 9,2	34,8 28,4 16,6	38,5 36,8 18,4	3,7 8,4 1,8	11,0 11,4 9,2	11,3 15,0 9,6	0,3 3,6 0,4	5,1 5,0 5,1	6,3 10,3 6,0	1,2 4,3 0,7
K	3,7	5,5	87,0	96,9	9,9	11,0	13,7	2,7	5,7	7,3	1,6	4,1	5,6	1,5
L	12,1	14,7	151,9	157,4	5,5	31,6	37,5	5,9	6,0	7,6	1,6	3,9	5,3	1,4
M	16,7	12,8	133,0	142,8	9,8	24,3	29,7	5,4	7,2	11,0	3,8	5,0	7,3	2,3
N	6,3	8,1	103,1	115,7	12,6	16,2	21,7	5,5	7,2	13,7	6,5	3,0	7,0	4,0
O	3,0	4,8	84,1	96,4	12,3	11,6	14,6	3,0	8,0	14,3	6,1	4,1	5,6	1,5
P	4,7	6,6	103,2	113,9	10,7	18,9	22,5	3,6	11,7	14,0	2,3	6,0	9,6	3,6
Q	13,2	15,0	160,6	165,9	5,3	38,9	46,4	7,5	4,4	10,7	6,3	3,9	10,0	6,1
R	15,5	17,3	146,9	146,9	0,0	42,1	43,8	1,7	9,9	14,6	4,7	8,2	18,3	10,1
S	17,1	Huis verlaat	156,6		42,7				8,0			6,0		
T	2,7	4,5	37,5	101,7	14,2	10,5	13,1	2,6	4,7	7,3	2,6	2,5	4,6	2,1
U	3,1	4,9	45,4	95,7	<u>19,3</u>	11,3	13,0	<u>1,7</u>	11,2	11,3	<u>0,1</u>	4,1	5,0	<u>0,2</u>
Gemiddeld											2,6			2,6

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesinsgrootte en inkomste

Huisgesin	Geta families in huis	Huisgesin- grootte	Geta werk- saam	N e r t n g	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige Inkomste	Totale Inkomste (R/week)	Geta werkloos	Geta skollere	Geta voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
A	2	10	3	Skoonmaker (Hoof) Tjulier (Vrou) Arbeider (seun)	8,00 3,00 13,00	-	-	24,00	3	3	1	2,40
B	2	7	3	Masjienoperateur (Hoof) Klerk (Vrou) Wolsorteerder (seun)	11,00 15,00 5,00			31,00		2	1	4,43
C	1	6	1	Kantoorassistent (Hoof)	7,50 Tydelik	7,50 Pensioen		15,00	1	2	1	2,50
D	1	5	3	Klerk (Hoof) Verpleegster (Vrou) Fabriekspakker (dogter)	8,00 11,00 5,00			24,00		1		4,80
E	1	5	1	Spoorwegarbeider (Hoof)	10,75			10,75			3	2,15
F	1	6	1	Swembad-arbeider (Hoof)	12,50			12,50	1	3		2,08
G	1	7				6,94 Indiërsake Huisvrou		6,94	1	6		0,99
H	2	9	4	Arbeider (Hoof) Operateur (Seun) Verkoopsagent (Seun) Klerk (Seun)	9,20 9,00 13,60 9,00			40,80	2	1	1	4,54
I	1	4	2	Keiner (Hoof) Masjinstste (Vrou)	12,00 5,00			17,00		1	1	4,25
J	1	8				6,50 (Hoof) Werk- loosheids- versekering		6,50	2	4	2	0,81
K	1	4			8,00 (Hoof) in- attende			8,00	2			2,00

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrooite en inkomste (vervolg)

Huisgesin in huis	Geta1 families	Huisgesin- grooite	Geta1 werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Geta1 werkloos	Geta1 skollere	Geta1 voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diersake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diersake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrooite en inkomste (vervolg)

Huisgesin	Getal families in huis	Huisgesin- grooite	Getal werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Getal werkloos	Getal skollere	Getal voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diërsake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diërsake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Familie nommer		C. E. S. I.																				Totale uitname (R/week)	
Totale Inkomste (R/week)		Melk	Eier	Brood	Kruidenterware	Speserye	Groente	Vrugte	Suiker	Vet	Alkoholiese drank en sigarette	Klere	Huur en belasting	Water en elektrisiteit	Vervoer	Brenstof in huis	Mediese onkoste	Assuransie	Opvoeding	Vermaak	Skool		
A	24,00	0,50	0,50	1,40	3,50	0,50	1,50	0,50	0,88	0,40	-	2,50	1,65	-	1,10: bus 3,00	0,10	0,63	0,00	0,50	0,50	-		
B	31,00	0,50	0,50	0,70	1,38	0,55	1,00	0,50	0,42	0,22	-	1,00	1,40	1,13	3,00: bus 0,40	0,25	1,00	0,04	-	-	-		
C	15,00	1,00	0,10	0,70	4,00	1,50	2,50	0,50	0,28	0,71	-	0,50	0,70	1,10	0,40: bus 0,05	0,25	0,70	0,11	-	-	-		
D	24,00	0,50	0,50	0,60	3,00	0,55	2,00	0,50	0,25	0,21	-	0,50	1,65	0,70	1,40: bus 0,40	0,25	0,70	0,00	-	-	-		
E	19,75	0,32	1,05	0,30	0,50	0,25	1,00	0,30	0,44	0,20	-	0,50	3,00	Ingeleent by uur 1,75: bus 0,40	-	1,00	-	1,00	-	-	Meubels 4,35		
F	12,50	0,51	0,80	0,30	1,00	4,00	0,25	2,00	0,35	0,44	-	0,65	2,65	0,50	2,13: bus 0,05	0,50	-	0,13	0,13	-	-		
G	6,94	0,28	0,53	0,08	0,35	1,25	Ingeleent by kruidenters-ware *	-	-	-	-	0,75	1,65	0,30	0,25: bus 0,20	0,15	-	0,44	-	-	-		
H	40,80	1,04	2,10	0,70	1,10	6,50	0,50	4,00	Ingeleent by groente 0,42	0,44	-	3,12	3,45	Ingeleent by uur 4,00: bus 0,05	0,63	1,52	0,50	-	-	-	Radio, stoof 3,75		
I	17,00	0,43	0,53	0,35	0,35	3,00	0,50	1,00	0,30	0,21	0,20	0,25	2,10	0,50	2,20: bus 0,20	1,25	-	0,10	-	-	-		
J	6,50	0,44	1,40	0,40	1,05	2,00	0,25	0,30	0,20	0,49	0,11	0,50	2,02	0,90	0,13: bus -	0,15	-	0,04	-	-	Winkel 0,25		
K	8,00	0,32	1,40	0,40	0,40	2,00	0,13	0,40	0,20	0,35	0,11	0,50	2,52	0,35	0,15: bus 0,20	0,15	-	0,11	-	-	Stoof 1,01		
L	12,00	0,45	1,05	0,30	1,40	2,00	0,25	1,00	0,50	0,70	-	0,25	2,02	0,20	1,00: bus 0,40	0,10	0,35	0,10	-	-	-		
M	6,50	0,24	0,55	0,60	0,70	5,00	0,15	1,50	0,25	0,21	0,44	0,20	2,02	0,83	0,20: bus 0,05	-	-	-	-	-	-		
N	9,72	0,30	0,70	0,30	0,50	2,00	-	0,50	0,20	0,35	0,22	0,10	2,02	0,50	1,25: bus 0,10	0,06	-	-	-	-	Radio, bed 1,75		
O	11,42	0,23	0,70	0,15	0,35	1,75	-	0,35	0,15	0,25	0,22	0,40	2,52	Ingeleent by uur 1,25: bus 0,05	-	-	-	-	-	-	Klere, stoof 2,75		
P	11,88	0,05	1,00	0,08	0,63	4,00	-	1,00	Ingeleent by groente 0,35	-	-	0,45	2,17	0,63	1,50: bus 0,40	0,75	-	0,25	-	-	1,25 stoof & kamera		
Q	14,75	0,70	0,5	0,30	0,35	4,00	-	1,50	-	0,42	0,22	0,60	2,02	0,50	1,20: bus 0,40	-	1,50	0,45	0,50	-	-		

Label XXXIII:

Inkomste- en uitgawestaat van die 20 Chatsworth-huisgesinne (vervolg)

Familie nommer		V O E D S E L												Totale uitgawe (R/week)													
Totale inkomste (R/week)																											
R	15,50	0,48	0,50	0,18	0,70	0,25	-	1,50	0,20	0,28	0,44	-	Klere	1,00	2,02	1,00	1,50:bus	-	0,75	-	-	-	-	-	Vermaak	Skuld	20,35
													Huur en belasting														
													Water en elektrisiteit														
													Vervoer														
													Brandst.f in huis														
													Mediese onkoste														
													Assuransie														
													Opvoeding														
S	14,00	1,20	1,05	0,30	0,70	2,50	-	1,00	0,40	0,39	0,44	-		0,63	3,33	0,75	1,50:bus	0,20	0,45	0,21	0,05	-	-	-	Stoof 1,50	16,60	
T	20,00	0,50	1,05	0,20	0,30	3,00	-	1,50	0,50	0,21	1,54	3,00	Klere	1,25	1,25	Ingesluit by huur	1,13:bus	0,05	0,25	-	-	-	-	-	Radio 2,00	17,73	
Gem. 15,61		0,52	1,09	0,34	0,68	3,42		1,55		0,37	0,33	0,29		0,79	2,78	1,63	0,14	0,33	0,34	0,28	0,06	1,29			16,23		

* Vry groente toegif op Saterdag

0,63 3,33 0,75 1,50:bus 0,20 0,45 0,21 0,05 - stoof 1,50
 1,25 1,25 Ingesluit 1,13:bus 0,05 0,25 - - Radio 2,00
 by huur
 Huweliks-
 koste 7,25

Tabel XXXV Hematologiese besonderhede van die proefpersone

Groep	Hemoglobien (g/100ml)	Differensiële Seltelling				
		Polimorfe (%)	Limfosiete (%)	Monosiete (%)	Eosinofiele (%)	Basofiele (%)
Kinders onder 2 jaar (2)*	14, 1 (13, 5-14, 7)	18	67	4	10	1
Kinders 3-5 jaar (15)	13, 3 (11, 2-14, 4)	52 (22-68)	35 (18-70)	6 (3- 9)	7 (1-12)	1 (0-3)
Kinders 6-10 jaar (16)	13, 6 (10, 8-15, 2)	62 (39-80)	25 (9-49)	6 (1-10)	6 (3-12)	0 (0-1)
Kinders 11-15 jaar (21)	14, 2 (11, 5-16, 3)	59 (25-74)	28 (14-49)	5 (3- 9)	6 (2-20)	1 (0-2)
Seuns oor 16 jaar en mans (29)	16, 4 (11, 6-21, 0)	57 (32-75)	34 (14-56)	7 (3-12)	6 (2-16)	1 (0-2)
Dogters oor 16 jaar en vroue (30)	14, 3 (12, 4-18, 2)	56 (26-85)	33 (7-62)	5 (2- 8)	5 (1-12)	1 (0-2)

* Differensiële telling slegs op een gedoen
 () onder groep dui getal proefpersone aan
 () dui die variansie aan

Tabel XXXVIII Die nutrientsamestelling van voedselseenhede : Eenheidberekening

Groep	Porsie	Kalorie (k kal)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamien A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamien C (mg/dag)
(a) Graankosse	1 eenheid	78	2,4	0,6	11	0,5	-	0,04	0,02	0,4	-
(b) Melk	1 eenheid	83	4,4	5,0	142	0,1	215	0,04	0,16	0,1	0,2
(c) Proteïen	1 eenheid	80	6,5	6,0	15	1,0	-	0,05	0,08	1,7	-
(d) Groente en vrugte	1 eenheid	51	1,6	-	18	0,9	566	0,07	0,06	6,7	11,3
(e) Suikers	1 eenheid	75	-	-	-	-	-	-	-	-	-
(f) Vette	1 eenheid	54	-	6,0	-	-	115*	-	-	-	-

Totaal	421	14,9	17,6	186	2,5	898	0,20	0,34	2,9	12,1
Totaal x 4	1684	59,6	70,4	744	10,0	3592	0,80	1,36	11,6	48,4

** Aanbevole inname-waarde: Mans	2650	65,0	73,6	700	9,0	4000	1,00	1,60	15,0	40,0
Vroue	2150	55,0	59,7	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0

* Dit word aangeneem dat botter een-helfte van die totale vet-inname daarstel.

** Suid-Afrikaanse Voedingsraad (1956). 'n Waarde wat die gemiddeld vir die inname-waardes vir persone wat 'sies matig aktief en siltien' werk verrig, is aangeneem.

Tabel XXXIX Die eenheidsbydrae van ontbyt en middagete tot die totale nutrient-inname met die uitsondering van hostelstudente

Getal studente	Mks %	Graankosse*					Tee/Koffie		M e l k**			Protein***				Vrugte			
		0 eenhede %	1 - 2 eenhede %	3 - 4 eenhede %	5 - 8 eenhede %	> 8 eenhede %	Nooit %	Ben- Twee- maal %	0 eenhede %	1 eenheid %	2 eenhede %	3 eenhede %	0 eenhede %	1 eenheid %	< 1 eenheid %		> 1 eenheid %		
	43	16	63	21	-	-	19	81	-	79	7	14	-	65	-	35	-	-	
	24	4	4	54	33	9	-	100	-	96	-	4	-	41	21	38	-	4	
	14	7	21	57	22	-	50	50	-	92	-	8	-	79	14	-	7	21	
MIDDAGETE:																			
	43	-	-	21	58	21	49	51	-	84	-	16	-	3	16	81	-	7	
	24	-	-	-	67	33	58	42	-	96	-	4	-	-	21	79	-	3	
	14	-	-	22	71	7	86	14	-	79	-	21	-	-	36	64	-	21	
VROUETE:																			
	43	-	-	7	16	72	12	44	44	74	2	19	5	-	12	60	28	7	
	24	-	-	-	8	88	-	58	42	92	-	8	-	-	17	54	29	12	
	14	-	-	7	36	57	50	36	14	72	-	21	7	-	29	64	7	43	

* 1 eenheid gelykstaande aan 1 sny brood.
 ** 1 eenheid gelykstaande aan ½ kopie melk

Tabel XL1 Die gemiddelde inname van die 6 basiese voedsels

Groep	Tydperk	Graan- produkte	Melk	Proteïen	Groente en vrugte	Suikers	Vette
Mans, hostelstudente	Totale week	10,14	3,91	4,00	3,62	7,55	8,64
	Weeksdae	10,26	3,96	4,19	3,55	7,59	8,73
	Naweeksdae	9,90	3,81	3,47	3,76	7,43	8,44
Mans, tuis-studente	Totale week	8,70	2,83	4,65	5,33	7,56	7,08
	Weeksdae	9,02	2,80	4,03	4,70	7,50	7,15
	Naweeksdae	8,11	2,84	6,31	6,85	7,15	6,88
Mans, loseerders	Totale week	9,41	2,84	5,03	4,56	7,41	7,00
	Weeksdae	9,52	2,81	4,80	4,31	7,38	7,05
	Naweeksdae	9,24	3,14	5,62	5,21	7,48	6,90
Vroue, hostelstudente	Totale week	5,46	3,95	3,07	3,99	6,58	6,46
	Weeksdae	5,52	3,99	3,00	3,96	6,34	6,40
	Naweeksdae	5,34	3,86	3,26	4,05	7,13	6,60
Vroue, tuis-studente	Totale week	5,60	2,93	4,01	4,75	9,13	5,97
	Weeksdae	5,75	2,94	3,53	4,31	9,21	5,94
	Naweeksdae	5,25	2,88	5,23	5,76	8,95	6,04

Tabel XLII

Somatomotrisie besonde-rhude en nutritiemnames van die proefgroepe

Groepe	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë	Proteïen		V e t		Kalium (mg)	Yster (mg)	Vitamiën A (IE)	Thiamien (mg)	Riboflaviën (mg)	Niasien (mg)	Vitamiën C (mg)		
					Dierlik (g)	Plant- aardig (g)	Totaal (g)	% Kalorieë									
Mans:																	
Aanbevole inname- waarde				20-25	61,9	2650		65	73,6	25	700	9,0	4000	1,00	1,60	1,50	40,0
A. <u>Hostelstudente:</u>																	
Gemiddeld	19,5	171,2	58,0	2659	36,0	37,3	73,3	101,5	34,4	791	12,7	3892	1,02	1,44	13,8	44,1	
Standaard- afwyking	1,9	5,1	6,8	452			16,3	16,3	19,2	204	3,5	989	0,25	0,34	3,8	18,5	
Betekenisvolle verskil	-			-			-	Meer		-	Meer	-	-	-	-	-	
B. <u>Tuis-studente:</u>																	
Gemiddeld	21,3	173,0	59,0	2517	37,6	34,7	72,3	90,1	32,2	665	14,1	4474	1,07	1,38	15,4	62,8	
Standaard- afwyking	2,4	5,8	9,5	645			17,1	24,9	223	3,8	1893	0,29	0,39	4,2	32,0		
Betekenisvolle verskil	Ouer			-			Meer	Meer		-	Meer	-	Minder	-	-	Meer	
C. <u>Loosenter- studente:</u>																	
Gemiddeld	19,9	172,7	59,7	2553	38,6	36,7	75,3	92,2	32,5	670	14,1	4016	1,06	1,38	15,8	53,9	
Standaard- afwyking	1,7	6,6	8,6	478			17,7	21,4	241	3,4	1445	0,26	0,41	3,9	25,4		
Betekenisvolle verskil	-			-			Meer	Meer		-	Meer	-	Minder	-	-	Meer	
Vroue:																	
Aanbevole inname- waarde				20-25	52,3	2150		55	59,7	25	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0
A. <u>Hostelstudente:</u>																	
Gemiddeld	19,1	158,5	48,2	2046	32,1	24,7	58,6	80,2	35,3	739	9,8	3859	0,89	1,31	10,6	44,3	
Standaard- afwyking	1,1	5,1	5,8	447			15,5	15,1	309	2,8	1313	0,23	0,45	2,9	23,2		
Betekenisvolle verskil	-			-			-	Meer		-	Minder	-	-	-	-		
B. <u>Tuis-studente:</u>																	
Gemiddeld	19,1	161,0	45,4	2242	34,4	25,5	59,9	77,4	31,1	621	11,3	3967	0,87	1,24	12,6	55,2	
Standaard- afwyking	1,4	5,8	5,5	524			19,8	25,3	332	3,1	1275	0,24	0,49	3,9	19,9		
Betekenisvolle verskil	-			-			-	Meer		-	-	-	-	-	-	Meer	

Tabel XLIII Die vergelyking van nutrieninames tussen die verskillende proefgroepe

G r o e p	Kalorieë	Proteïn (g)	Vet (g)	Kalsium (mg)	Yster (mg)	Vitamine A (IE)	Flavien (mg)	Riboflavin (mg)	Niasien (mg)	Vitamine C (mg)
<u>Mans:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2686	75,0	103,5	803	12,9	3870	1,03	1,47	14,2	43,2
SA	465	18,2	19,2	203	3,9	1059	0,28	0,35	4,4	19,8
Naeweeksdade : Gemiddeld	2571	69,1	96,5	769	12,2	3926	0,99	1,39	12,9	45,5
SA	464	15,0	21,0	217	3,1	1006	0,24	0,34	3,4	20,2
Betekenisvolle verskil	Meer	-	Meer	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2449	67,8	86,6	644	13,1	4099	1,00	1,29	14,0	55,4
SA	621	16,4	24,2	220	3,6	1795	0,27	0,37	4,1	31,1
Naeweeksdade : Gemiddeld	2662	83,9	98,1	709	16,8	5291	1,23	1,59	19,0	79,7
SA	810	27,4	34,0	334	5,4	2533	0,40	0,60	6,4	43,4
Betekenisvolle verskil	Minder	Minder	Minder	-	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder
<u>C. Losseerter-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2509	27,3	90,3	653	13,7	3854	1,03	1,34	15,3	51,0
SA	498	20,0	22,1	218	3,8	1412	0,29	0,42	4,5	25,4
Naeweeksdade : Gemiddeld	2638	79,2	94,5	673	15,2	4346	1,13	1,45	17,2	61,0
SA	664	26,7	30,2	437	4,3	1837	0,33	0,64	5,5	33,1
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>Vroue:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2025	56,6	79,7	744	9,7	3845	0,87	1,36	10,5	48,0
SA	480	14,8	14,7	324	2,5	1383	0,22	0,46	2,4	23,4
Naeweeksdade : Gemiddeld	2095	57,5	81,7	729	10,0	3890	0,81	1,31	10,9	48,9
SA	512	17,8	17,0	293	3,9	1537	0,26	0,44	4,4	30,3
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2205	56,5	74,9	611	10,6	3761	0,83	1,18	11,6	51,0
SA	551	18,3	25,5	356	2,6	1192	0,21	0,49	3,4	18,0
Naeweeksdade : Gemiddeld	2357	68,3	85,2	649	13,3	4582	0,99	1,39	15,3	67,3
SA	564	26,3	30,0	336	4,6	1836	0,33	0,56	5,8	33,1
Betekenisvolle verskil	-	Minder	-	-	Minder	-	-	-	-	-

Tabel XLV Die gemiddelde dagelijkse kalorie- en nutrientinname van 11 manlike studente

Proefpersoon	Kalorieë											
	Verbruik (kkal/dag)	Inname (kkal/dag)	Protein (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamen C (mg/dag)
Y. K.	2846	2236	54	68	373	573	10,35	3351	2,54	1,29	7,85	139,1
C. S.	2178	1785	57	64	100	754	10,38	2395	0,69	1,68	9,19	26,1
O. I. A	2458	2556	43	85	302	439	10,81	3423	0,99	1,11	9,95	10,5
M. S. M.	2249	1856	123	69	239	781	12,13	2584	3,20	1,54	10,47	21,5
J. V. M.	2103	1285	43	45	192	432	9,89	1819	1,08	0,99	4,33	28,3
S. A. K.	2548	1857	61	76	230	347	9,98	2832	1,14	1,56	8,62	43,6
A. E.	2746	2002	60	66	298	548	13,05	4335	0,86	1,09	10,21	64,2
M. I. K.	2143	2294	60	70	344	648	29,41	2603	1,23	1,48	12,34	95,3
S. S.	2172	2807	70	56	237	473	10,53	2237	0,75	2,46	14,29	29,3
S. U.	3024	2244	73	85	320	1099	16,66	5786	1,19	2,73	12,40	32,2
D. M. C.	3024	1457	61	55	204	651	11,69	4198	0,69	1,65	12,90	72,7
Gemiddeld	2410	2043	64	67	258	613	13,17	3233	1,31	1,59	10,20	51,1
Aanbevole inname- waarde*	3000	65	700	9,0	4000	1,0	1,6	15	40			

* Nasionale Voedingsraad (1956)

Tabel XLVI Die gemiddelde daaglikse tydbesteding aan aktiwiteite en die energieverbruik van 11 manlike studente

Proef- persoon	Slaap en in leende posisie		Sit (ontspanne posisie)		Sit (besig)		Staan (besig)		Stap (leie pas)		Was en aantrek		Trape klom		Ontspanning		Totale energieverbruik (kcal/dag)	
	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	Bereaal	Bereken
Y.K.	39,2	592	11,9	258	25,4	569	9,4	243	11,4	705	2,7	117	-	-	-	-	2456	2102
C.S.	54,8	855	3,3	65	27,4	605	2,8	83	10,0	456	1,4	80	0,1	10	0,2	21	2178	2541
O.I.A.	39,1	544	21,0	456	11,4	262	10,8	277	14,1	744	1,3	62	-	-	2,3	110	2358	3253
M.S.M.	33,4	521	15,3	269	27,2	570	9,4	238	11,3	528	2,8	77	-	-	0,6	43	2249	2830
J.V.M.	31,9	460	18,6	293	18,5	399	12,2	227	13,1	548	3,4	70	2,2	99	0,1	6	2103	2425
S.A.K.	30,2	373	5,5	89	33,6	788	11,8	289	14,9	700	1,9	92	-	-	2,1	22	2548	2516
A.E.	31,1	448	7,2	133	33,9	732	4,4	102	17,3	684	4,5	162	1,6	138	-	-	2401	2471
M.I.K.	36,0	550	12,9	249	19,9	416	2,7	61	23,1	1,308	4,9	110	0,4	42	0,1	9	2746	2486
S.S.	36,6	551	19,2	321	23,0	398	10,3	210	9,7	420	0,8	22	-	-	0,4	18	2143	2489
S.U.	30,3	381	8,3	160	39,0	784	12,5	271	7,6	494	1,7	38	0,6	42	-	-	2172	2253
D.M.C.	40,8	651	8,6	182	22,0	627	2,0	64	25,2	1,419	1,3	62	0,1	8	-	-	3024	2972
Gemiddelde	36,7	538,7	12,0	225	25,6	559,1	8,0	187,7	14,3	727,8	2,4	81,1	0,5	30,8	0,5	39,2	2410	2490

Tabel XLVII
Besonderhede met betrekking tot die geslag, ouderom, huwelikstaat, lengte, gewig, godsdiensoortuiging, taal en beroep van kinders van diabetiese ouers

Proefpersoon nr.	Familie nr.	Individu nr.	Geslag	Ouderom (jaar)	Huwelik- staat	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Vetsug	Godsdiensoortuiging	Taal	Beroep
1	33	298	V	16	Ongetroud	164	92,88	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
2	9	239	V	20	Ongetroud	152	65,77	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
3	33	316	V	33	Getroud	159	79,37	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
4	95	254	V	17	Ongetroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
5	85	312	V	40	Getroud	161	87,54	+	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
6	219	235	V	30	Getroud	161	86,63	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
7	25	383	V	49	Getroud	160	80,28	++	Moslem	Urdu	Huisvrou Nie-diabetes
8	85	387	V	30	Getroud	168	75,29	+	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
9	37	274	V	37	Getroud	157	72,57	++	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
10	33	299	V	29	Ongetroud	162	59,42	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
11	33	297	V	28	Geskei	152	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
12	22	321	V	24	Getroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
13	205	400	M	40	Getroud	165	90,26	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
14	95	284	M	35	Getroud	161	68,03	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
15	22	317	M	34	Getroud	180	78,92	-	Hindoe	Hindi	Handelaar Diabetes
16	101	345	M	15	Ongetroud	170	65,31	-	Moslem	Ojjerati	Skooler Diabetes
17	189	342	M	19	Ongetroud	171	90,71	++	Moslem	Urdu	Werkloos Nie-diabetes
18	33	306	M	34	Getroud	177	73,48	-	Hindoe	Hindi	Operateur (sienfabriek) Nie-diabetes
19	33	307	M	31	Getroud	171	67,13	-	Hindoe	Hindi	Hotellener Nie-diabetes
20	85	279	M	33	Getroud	184	75,75	-	Hindoe	Tamil	Onderwyser Nie-diabetes

Label XLVIII Die kliniese beeld van die proefpersone

Proefpersoon nr.	Glukose-toleransietoets (mg/100 ml)			Glykoseurie			Proteinurie	Bloeddruk (mm Hg)	Hemo-globien (g/100 ml)	Bloed-groep	Hart	Long	Diagnose	Taslag
	Vastend	1 uur	2 ure	Vastend	1 uur	2 ure								
1	227	408	300	Spoor	+++	++++	++	150/102/98	10,5	O	Normal	Normal	Diabetes	V
2	196	240	246	0	0	0	Nul	110/70/62	13,9	B	Normal	Normal	Diabetes	V
3	170	300	162	0	+	+	Nul	140/120/110	14,4	O	Normal	Normal	Diabetes	V
4	112	240	210	0	+	+++	Nul	80/34/30	13,6	O	Normal	Normal	Diabetes	V
5	136	240	182	0	0	0	+	120/70/62	11,5	B	Normal	Normal	Diabetes	V
6	114	147	114	Spoor	0	0	Nul	105/65/58	-	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
7	85	168	112	0	0	0	Spoor	125/90/85	12,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
8	88	130	96	0	0	0	++	-	13,5	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
9	107	113	113	0	0	0	Nul	100/78/70	13,9		Normal	Normal	Nie-diabetes	V
10	125	148	125	0	0	0	Nul	125/82/78	13,7	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
11	107	160	121	0	0	0	Nul	130/90/75	11,4	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
12	94	137	100	0	0	0	Nul	100/70/60	10,9	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
13	244	384	282	+++	+++	++++	++++	180/120/110	17,1	B	Normal	Normal	Diabetes	M
14	127	300	210	0	++	++	Nul	Vet arm 120/72/68	17,1	O	Normal	Normal	Diabetes	M
15	77	201	176	0	0	0	Nul	105/86/70	14,0	O	Normal	Normal	Diabetes	M
16	125	207	153	0	0	0	Nul	115/80/70	14,6	B	Normal	Normal	Diabetes	M
17	100	116	106	0	0	0	Nul	105/70/58	15,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
18	112	171	105	0	0	0	+	125/100/90	17,8	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
19	162	144	117	0	0	0	Nul	95/70/60	16,3	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
20	117	142	80	0	+	Spoor	Nul	140/80/72	16,2	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M

Tabel XLIX Die gemiddelde daaglikse nutriëntinnames van vroulike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kkaal/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiënsuur (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kalsium (mg/dag)
1	Diabetes 2253 (1767)	335 (311)	58 (52)	76 (35)	3542 (3966)	1,38 (1,20)	15,03 (13,77)	0,85 (0,86)	27,27	18,82 (16,66)	372 (443)
2	Diabetes 1020 (681)	141 (100)	35 (32)	32 (17)	2255 (1015)	0,51 (0,73)	7,20 (6,9)	0,50 (0,71)	20,16	9,44 (13,02)	334 (239)
3	Diabetes 2571 (1634)	393 (302)	69 (57)	76 (22)	4706 (1783)	1,28 (0,81)	15,90 (6,9)	1,54 (0,84)	12,79	19,25 (22,14)	412 (453)
4	Diabetes 1563 (1576)	202 (251)	47 (36)	57 (48)	5110 (3100)	0,71 (0,53)	7,54 (8,4)	1,16 (1,06)	14,22	9,82 (14,41)	405 (395)
5	Diabetes 1386 (1204)	201 (205)	40 (42)	44 (24)	3234 (4666)	0,72 (0,83)	6,50 (9,1)	0,75 (0,78)	34,20	12,55 (15,63)	357 (457)
Gemiddelde	1759 (1372)	254 (234)	50 (44)	57 (29)	3769 (2906)	0,92 (0,83)	10,43 (9,1)	0,96 (0,85)	21,73	13,58 (16,38)	376 (437)
6	Nie- diabetes 1846 (1734)	282 (291)	59 (57)	54 (38)	3959 (2083)	0,82 (1,14)	10,37 (11,61)	1,49 (0,81)	21,45	14,05 (21,87)	442 (412)
7	Nie- diabetes 1388 (1303)	256 (265)	30 (36)	26 (11)	2539 (1486)	0,50 (0,78)	4,62 (6,0)	0,37 (0,52)	6,92	6,79 (10,78)	223 (201)
8	Nie- diabetes 1526 (1619)	233 (250)	50 (49)	47 (47)	6375 (3233)	0,63 (0,85)	8,35 (10,2)	0,96 (0,87)	31,83	12,29 (13,68)	469 (500)
9	Nie- diabetes 1376 (1305)	195 (223)	40 (38)	48 (29)	1935 (3467)	0,68 (0,82)	7,37 (4,5)	0,77 (0,75)	19,20	12,75 (10,50)	356 (374)
10	Nie- diabetes 2311 (1352)	328 (237)	63 (65)	84 (16)	5438 (2850)	1,42 (1,17)	19,38 (13,5)	1,39 (0,78)	21,26	19,12 (24,30)	395 (546)
11	Nie- diabetes 1695 (1652)	216 (229)	59 (58)	66 (56)	3243 (3733)	0,72 (0,82)	8,44 (9,2)	0,94 (1,11)	29,55	12,89 (17,01)	328 (516)
12	Nie- diabetes 2647 (1875)	362 (348)	75 (60)	99 (27)	4512 (1700)	1,45 (1,30)	23,68 (13,1)	2,31 (1,91)	15,64	20,88 (18,31)	417 (517)
Gemiddelde	1827 (1548)	267 (163)	54 (52)	61 (32)	4000 (2650)	0,89 (0,89)	11,74 (9,7)	1,18 (0,86)	20,84	14,11 (16,64)	376 (438)
Aanbevole standaard Nasionale Voedings- raad (1956): Sitteend			65		4000	0,17	12,0	1,6	40	9	700
Totaal vir alle proefpersone : Manlik en vroulik	1793 (1460)	261 (249)	52 (48)	59 (31)	3885 (2778)	0,91 (0,86)	11,09 (9,41)	1,07 (0,86)	21,29	1385 (16,51)	376 (438)

Tabel L Die gemiddelde daaglikse nutriëntinname van manlike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kcal/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Proteïne (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Biotine (mg/dag)	Nikotiensuur (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kalsium (mg/dag)
13 Diabetics	1466 (1515)	205 (220)	61 (62)	47 (43)	3542 (3966)	0,65 (0,74)	8,15 (8,1)	0,96 (0,74)	26,35	9,54 (7,24)	403 (458)
14 Diabetics	1864 (1938)	302 (337)	59 (62)	47 (38)	2255 (1015)	1,41 (1,41)	15,05 (12,5)	0,85 (1,00)	13,59	15,65 (20,21)	389 (560)
15 Diabetics	2105 (2138)	292 (309)	75 (95)	66 (58)	4706 (1783)	1,14 (1,23)	12,10 (16,7)	1,22 (1,31)	42,02	16,24 (19,48)	504 (536)
16 Diabetics	1891 (1859)	266 (278)	55 (54)	69 (59)	5110 (3100)	0,89 (0,84)	11,31 (10,7)	0,88 (0,67)	42,79	14,22 (15,41)	477 (530)
Gemiddelde	1832 (1863)	266 (286)	63 (68)	57 (50)	5455 (3591)	1,03 (1,10)	11,65 (12,0)	0,98 (0,93)	31,31	13,91 (15,59)	443 (521)
17 Nle-diabetics	1165 (1020)	144 (197)	34 (31)	27 (12)	1535 (636)	0,79 (0,88)	6,19 (6,6)	0,47 (0,31)	3,37	8,88 (11,30)	256 (188)
18 Nle-diabetics	2723 (2082)	396 (386)	70 (58)	71 (34)	3670 (3850)	1,13 (1,56)	14,99 (10,6)	2,59 (1,00)	51,28	22,91 (17,73)	405 (497)
19 Nle-diabetics	2518 (1613)	389 (294)	69 (53)	66 (25)	3068 (3233)	1,10 (1,39)	9,75 (8,0)	1,07 (0,82)	16,15	13,45 (20,89)	450 (361)
20 Nle-diabetics	1655 (1839)	288 (247)	55 (80)	40 (59)	4256 (2650)	0,79 (0,70)	8,53 (10,5)	0,93 (0,78)	37,74	10,78 (16,13)	395 (709)
Gemiddelde	2015 (1639)	317 (281)	57 (56)	51 (33)	3132 (2592)	0,95 (1,13)	9,87 (8,9)	1,27 (0,73)	27,14	15,26 (16,51)	377 (444)
Aanbevole standaard Nationale Voedings- raad (1956) 1) Sitend 2300 11) Matig actief 3000			65 65		4000 4000	1,0 0,7	15 11	1,6 1,4	40 40	9 12	700 600
Totaal vir alle proef- persone: Manlik en 1924 vroulik	(1752)	292 (284)	60 (62)	54 (42)	4294 (3092)	0,99 (1,12)	10,76 (10,5)	1,13 (0,7)	29,23	14,59 (15,05)	410 (473)

Tabel LIII Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van Chatsworth-Indiërs uitgedruk in terme van ouderdom

	O u d e r d o m										
	(j a a r)										
Sukrosp _F -inname (g/dag)	6	6-8	9-11	12-14	15-18	19-21	22-25	26-30	31-40	41-50	50
Mans	21,2	25,5	22,7	28,2	30,9	39,4	40,0	39,9	38,4	22,6	43,9
Vroue	20,0	19,1	23,6	23,6	22,5	27,6	33,2	45,7	32,8	28,2	28,3

Tabel LIV Die gemiddelde persentasie tyd wat daaglik aan aktiwiteite bestee was

Groep	Geslag	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweeg rond		Stap (eie pas)		Werk (beroep)		Ontspanning	
		% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
Diabeties	Vroulik	38,1	625	15,8	293	1,2	32	22,6	484	6,6	262	15,5	869	0,2	17	-	-
	Manlik	38,7	686	25,9	528	3,7	112	14,5	318	4,5	227	12,4	727	-	-	35	35
Nie-diabeties	Vroulik	37,3	616	17,9	316	3,1	79	15,3	309	10,5	372	15,9	851	-	-	-	-
	Manlik	37,9	689	21,2	430	5,4	119	14,0	343	1,2	32	12,6	744	6,7	620	1,0	55

Tabel LV Die aktiwiteitspatroon van 6 lede van gesin 33

Proefpersoonnummer	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweë rond		Slap		werk (beroep)		Ontspanning	
	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
1	39,7	732	13,3	265	1,5	42	14,1	345	17,9	748	13,3	626	-	-	-	-
3	39,8	663	15,1	266	3,5	97	5,6	115	4,2	150	32,1	1504	1,2	15	-	-
10	34,1	488	18,8	310	2,9	80	14,3	232	17,7	637	12,2	557	-	-	-	-
11	41,1	693	18,8	327	2,1	51	22,9	452	3,9	156	10,9	565	-	-	-	-
13	36,1	641	21,1	423	-	-	30,1	716	-	-	2,5	456	4,2	201	-	-
19	36,2	604	21,9	438	0,6	19	18,8	221	-	-	10,4	535	22,5	1579	-	-

Tabel LVI
Vergelykende waardes tussen maksimale suurstofopname-kapasiteit van mans-
en vroue Indierstudiante en waardes uit vergelykende studies

	Suid-Afrikaanse Indiers	Suid-Afrikaanse Blankes	Suid-Afrikaanse Bantoes	Sweedse jong mans goed ge-oefen	Amerikaanse mans (Blank)	Noorweegse studente	Amerikaanse studente	Sweedse Huisvroue
	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)	(f)	(g)	(h)
Ouderdoms-groep (jaar)	21-25 (18-23)	19-24	Jong Volwas-senes	20-29	18-24	23, 4 (22, 6)	17-22	20-29
Maksimale suurstofkapasiteit (l/min.)	2,35 (1,51)	3,15	2,12	4,19	-	3,20 (2,30)	(1,78)	(2,23)
Maksimale suurstofkapasiteit (ml/kg/min.)	41,0 (32,3)	47,2	36,2	52,2	39,2-40,0	44,0 (38,0)	(29,8)	(39,9)

(a) De Waal en Booyens (1971)
 (b)(c) Wyndham en Heyns (1969)
 (d)(h) Astrand (1960)

(e) Hansen et al. (1967)
 (f) Hermansen en Andersen (1965)
 (g) Michael en Harvath (1965)

Die waardes in hakies () dui vroulike proefpersone aan

Tabel VI Die gemiddelde daagelijkse nutriëntinname van kinderen 7 - 10 jaar oud

Individu nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Protein		Vet (g/dag)	Kool- hydraat (g/dag)	Kalسيوم (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamen A (IE/dag)	Thiamien (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamen C (mg/dag)
					Dierlik (g/dag)	Plantaardig (g/dag)										
F 38 (M)	9,8	130,5	24,26	1323	19,4	36,5	49,1	241,3	375,2	800,9	12,5	4777,2	1,18	1,3	13,2	21,7
F 39 (M)	7,5	116,4	18,06	1366	20,9	21,2	46,7	189,2	332,9	488,5	9,2	3641,2	0,67	0,9	12,2	12,8
G 44 (V)	9	109,9	17,73	896	2,8	21,5	15,3	150,9	155,0	352,4	7,3	1526,3	0,57	0,6	5,2	10,8
G 45 (V)	8	107,1	15,57	800	5,3	16,2	28,8	135,0	174,9	254,8	5,7	1399,5	0,49	0,5	4,4	9,0
I 58 (M)	7	109,4	17,27	1193	9,0	19,7	32,1	200,3	200,5	472,3	10,6	2709,0	0,60	0,5	9,2	38,7
J 66 (V)	7	101,9	16,59	981	5,0	20,2	20,4	171,8	128,8	306,1	8,8	541,3	0,47	0,4	5,9	11,4
M 81 (M)	8	114,7	18,86	1435	3,8	28,4	28,5	360,8	178,1	456,3	9,7	3376,4	1,06	0,5	7,4	6,2
P 98 (M)	8	135,1	24,94	1291	8,3	30,0	26,0	225,0	260,5	599,6	11,9	2056,0	0,85	0,6	8,4	22,3
S 110 (M)	8	119,7	17,05	473	4,4	16,0	18,6	137,0	170,6	354,5	4,9	1009,4	0,43	1,2	3,0	6,1
S 111 (M)	8	121,0	17,39	799	4,8	15,4	19,2	136,8	150,3	335,3	4,9	957,8	0,45	0,3	3,3	7,2
Gemiddeld	8,3	116,6	18,77	1056		30,9	28,5	194,8	212,7	442,1	8,6	2199,4	0,68	0,7	7,2	14,6
Aanbevole daagelijkse minimum dieetstandaarde 1900					55				800		10,0	3000	0,7	1,4	10,0	40

Tabel VII Die gemiddelde daaglijkse nutrientinname van dogters 10 - 12 jaar oud

Individu nr.	Onderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïn Dierlik (g/dag)	Plantardig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IUs/dag)	Tiamien (mg/dag)	Ribo- flavien (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
A 9	11	131,1	25,45	1564	12,0	27,6	38,8	264,5	522,3	694,6	12,9	3972,0	1,01	0,95	12,9	17,2
B 16	10	121,6	21,64	1277	7,7	29,6	33,5	197,5	251,3	508,0	12,6	2012,3	0,81	0,53	7,5	29,5
C 22	11	126,0	21,70	938	9,3	22,0	20,2	142,0	148,1	382,2	6,7	2299,6	0,52	0,23	6,4	10,5
J 64	11	130,2	28,41	774	3,9	15,9	20,7	127,0	127,5	265,5	5,9	548,9	0,43	0,32	5,4	11,0
L 77	11	133,0	24,32	663	6,2	11,1	10,5	127,7	122,4	258,8	5,6	568,5	0,43	0,31	4,3	6,3
Gemiddeld	10,4	128,4	24,30	1043		29,1	24,7	171,7	234,3	421,9	8,7	1680,3	0,64	0,47	7,4	15,1
Aanbevole daaglijkse minimum daarste				2400		70			1000		12,0	3000	1,0	1,3	12,0	40

Tabel VIII Die gemiddelde daaglikse nutrientinname van dogters 13 - 15 jaar oud

Individu nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen		Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamine A (IE/dag)	Vitamine B (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamine C (mg/dag)
					Dierlik (g/dag)	Plantegroei (g/dag)										
C 21	14	146,8	33,35	951	12,2	15,3	20,1	134,5	219,4	500,2	6,5	3711,9	0,60	0,26	3,2	16,1
H 54	15	151,2	49,66	1310	7,1	23,1	37,0	191,5	230,7	558,5	9,0	3234,8	0,71	0,49	6,2	26,2
J 62	15	139,9	34,77	995	2,8	19,9	21,3	163,6	138,5	333,6	7,1	432,2	1,42	0,36	7,1	12,1
K 71	13	151,9	31,59	1140	3,2	27,6	22,4	202,0	150,1	422,2	11,3	1430,2	0,60	0,40	5,5	22,5
P 97	13	160,6	38,92	1411	14,6	26,8	25,1	256,2	323,9	685,6	10,9	2146,2	0,37	0,70	3,7	24,1
Q 101	15	146,9	42,05	1528	19,7	20,3	36,5	176,5	376,3	704,0	9,1	1664,3	0,72	0,55	12,5	31,5
Gemiddeld	14,1	149,6	38,39	1223	32,2		27,1	187,4	248,2	534,8	9,0	2116,0	0,70	0,44	7,7	23,2
Aanbevole daaglikse minimum-dieetstaa- taarte				2600		75			1000		12	3000	1,1	1,1	15	40

Tabel IX Die gemiddelde daagelijkse nutriëntinname van dogters 16 - 20 jaar oud

Individu nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Protein Dierlik (g/dag)	Plantegroei (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamin A (IE/dag)	Vitamin A (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamin C (mg/dag)
A 6	19	152,6	47,15	1450	12,7	24,0	35,7	244,7	275,6	657,0	15,4	3589,7	0,92	0,92	12,2	35,5
A 7	18	155,8	50,45	1374	11,0	25,3	29,1	242,0	244,0	580,0	10,9	3617,1	0,88	0,83	9,5	2,7
D 27	17	155,8	42,27	1242	14,4	25,3	23,4	203,7	265,4	616,7	10,7	2840,1	0,82	0,35	11,0	16,7
R 107	17	156,6	42,73	1530	7,2	26,5	45,4	227,8	244,9	549,3	11,4	5340,9	0,98	0,43	3,4	31,6
Gemiddeld	17,8	155,2	45,65	1399		26,1	33,4	229,6	257,5	600,8	12,1	3847,0	0,91	0,77	10,6	23,1
Aanbevole minimum daaglikse aanteen-				2400		70			1200		15	4000	1,0	1,8	15	+C

Tabel IX Die gemiddelde daagelijkse nutriëntinname van dochters 16 - 20 jaar oud

Individu nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne Dierlijk (g/dag)	Plantachtig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalسيوم (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Vitaminen A (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)
A 6	19	152,6	47,15	1450	12,7	24,0	35,7	244,7	275,6	657,0	15,4	3589,7	0,92	0,92	12,2	35,5
A 7	18	155,8	50,45	1374	11,0	25,3	29,1	242,0	244,0	580,0	10,9	3617,1	0,88	0,83	9,5	2,7
D 27	17	155,8	42,27	1242	14,4	25,3	23,4	203,7	265,4	616,7	10,7	2840,1	0,82	0,35	11,0	16,7
R 107	17	156,6	42,73	1530	7,2	26,5	45,4	227,8	244,9	549,3	11,4	5340,9	0,98	0,43	9,4	31,6
Gemiddeld	17,8	155,2	45,65	1399		26,1	33,4	229,6	257,5	600,8	12,1	3847,0	0,91	0,77	10,6	23,1
Aanbevole minimum daagelijkse aantake				2400		70			1200		15	4000	1,0	1,8	15	+C

Tabel X Die gemiddelde dagelijkse nutriëntinname van seuns 10 - 12 jaar oud

Individue nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen		Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalسيوم (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamine A (IE/dag)	Thiamien (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamine (mg/dag)
					Dierlik	Plantaardig										
F 37	11	135,6	26,70	1703	34,9	26,1	81,3	213,6	401,9	926,0	12,9	3511,1	1,06	0,36	13,2	15,2
G 42	11	118,1	19,66	978	2,7	22,1	15,7	167,0	164,0	376,0	8,0	1659,2	0,71	0,68	5,9	10,0
G 43	10	124,0	22,39	1019	3,0	23,1	16,5	189,4	164,8	310,1	8,3	1680,5	0,64	0,62	6,1	12,2
J 65	10	122,6	24,77	1102	3,6	23,4	18,6	199,2	143,6	326,3	9,7	722,9	0,64	0,33	6,0	9,4
M 79	12	141,1	31,14	1630	3,5	53,2	30,2	232,4	198,7	470,3	12,1	4280,9	0,80	0,52	6,3	27,0
M 80	10	130,1	24,03	1731	4,8	33,6	30,3	267,4	203,7	503,6	13,1	3257,2	0,81	0,59	8,0	19,1
Gemiddeld	10,6	128,6	24,78	1361	39,0	32,1	211,5	212,8	485,4	10,7	2518,7	0,78	0,61	8,6	15,6	
Aanbevole dagelijkse minimum dieetstandaarde				2400	65				800		12,0	3000	1,0	1,6	12,0	40

Table XI Die gemiddelde dagelijkse nutritientname van seuns 13 - 15 jaar oud

Indiv. nr.	Onderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne Dierlijk (g/dag)	Plantardig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Ijzer (mg/dag)	Vitaminen A (IU/dag)	B1-vitaminen (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitaminen B6 (mg/dag)
1	15	14	141,5	33,46	1567	12,9	30,1	49,5	257,0	268,7	71,5	15,1	2451,0	0,31	0,60	3,3
2	26	14	160,5	37,72	1602	23,0	31,4	31,3	253,3	357,7	62,0	35,6	3032,6	1,14	0,76	12,4
3	41	13	134,0	26,14	1044	3,5	22,4	16,0	172,0	182,9	400,1	6,0	1557,0	0,60	0,60	3,2
4	63	14	136,3	30,57	876	3,2	19,1	17,3	157,1	133,6	470,7	9,3	413,4	0,52	0,35	4,2
5	70	15	149,9	37,39	1428	2,2	35,1	25,5	305,1	175,9	1,9	15,9	2257,6	0,63	0,43	5,6
6	75	14	145,1	33,81	1567	11,6	26,5	15,2	242,7	169,7	553,8	11,6	1170,6	0,90	0,44	3,7
7	76	13	145,5	31,70	1002	10,9	14,5	15,3	188,6	169,7	407,2	9,0	1020,3	0,69	0,41	7,1
8	96	14	165,4	49,89	1490	7,3	39,4	24,4	266,7	331,4	736,5	13,9	2127,4	1,16	0,41	10,3
Gemiddeld	14	147,3	36,09	1322,0	36,7	24,3	231,3	227,7	540,4	14,3	1466,9	0,64	0,60	3,3	12,7	12,7
Aanbevole minimum dagelijkse dieetstandaarde				3000	75				1300		15	4000	1,2	1,3	1,3	40

Tabel XII Die gemiddelde daaglikse nutrientinname van seuns 16 - 20 jaar oud

Individue nr.	Ouderdom (jaar)	lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen Dierlik Plantaardig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Ribo- flavien (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	
A 8	16	161,6	45,22	1895	19,6	14,5	52,1	305,8	439,1	870,1	16,8	6834,3	1,55	1,63	14,8	92,3
B 14	19	153,6	48,06	1320	10,7	25,3	33,2	295,9	355,9	571,7	11,5	1867,2	0,66	0,68	7,4	34,7
H 53	20	168,0	60,70	2575	13,5	44,8	75,6	418,4	414,7	1079,6	21,5	4231,9	1,68	0,87	18,0	40,7
L 74	17	163,5	40,22	1080	8,7	21,6	14,76	206,0	184,3	437,5	10,1	846,1	0,78	0,46	7,5	14,0
Q 100	18	155,4	59,77	1836	15,7	27,9	31,70	255,0	370,8	790,7	10,7	1931,4	1,72	0,43	16,5	32,3
Gemiddeld	18	160,4	50,79	1741,3	13,7	26,8	41,5	296,2	353,0	749,9	14,1	3142,1	1,28	0,81	12,6	42,6
Aanbevole minimum daaglikse dieetstandaarde				3700	90			1300		15	4000	15,00	4,3	15,00	40	

Tab. 1 XII Du o' middelde daaglikse nutriënt-inname van volwassen man

Individuele nr.	Beroep	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewicht (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne Lichaamlik (g/dag)	Plantarig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Ystere (mg/dag)	Vitamine A (i.u./dag)	Vitamine B (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamine C (mg/dag)	
A 1	Skoonmaker	58	162,7	51,73	2311	25,6	32,9	72,2	373,0	477,1	1144,5	22,7	744,4	1,50	2,22	32,7	47,3	
A 2	Arbeider	28	170,3	51,05	1164	15,1	25,7	52,2	270,7	344,1	772,1	16,2	424,3	1,11	1,11	15,2	21,5	
B 11	Masjienoperator	58	163,2	59,43	1865	8,7	40,8	34,4	337,8	355,7	786,1	12,0	361,9	1,36	0,53	14,7	48,3	
B 13	Molsorteerster	26	160,3	64,43	1711	13,9	32,6	43,3	272,0	349,4	777,2	14,8	3305,5	1,23	0,77	14,0	46,2	
C 12	Klerk	64	165,1	63,01	2743	12,0	34,2	35,6	259,0	340,6	800,6	15,6	3379,7	1,13	0,49	13,5	40,4	
C 20	Werkloos	35	154,1	44,43	1539	17,2	29,3	36,5	245,0	329,8	1414,8	12,0	396,6	1,17	0,38	13,0	24,5	
C 24	Klerk	53	164,0	59,65	1498	19,3	24,1	31,0	259,5	347,6	717,3	12,1	3044,2	0,62	0,76	10,5	14,6	
E 29	Arbeider	30	170,5	57,10	1397	0,8	21,6	28,9	249,3	342,5	645,0	9,2	3656,8	0,57	0,64	11,6	21,7	
F 34	Swembad-arbeider	39	164,5	55,80	1440	10,8	29,0	41,2	218,3	259,4	667,2	11,2	4147,5	3,12	1,64	11,7	24,9	
F 36	Werkloos	39	163,9	61,19	1572	24,0	49,1	45,8	226,7	360,1	861,1	15,2	5195,7	0,73	1,15	14,2	37,1	
H 47	Arbeider	62	163,0	48,64	1745	19,7	28,2	39,1	295,4	554,3	929,5	15,6	2631,2	1,09	1,00	11,1	15,2	
H 49	Masjienis	35	164,9	63,24	1704	16,1	35,9	38,2	272,2	267,7	682,9	12,6	4907,1	1,22	0,72	12,2	22,8	
H 51	Verkoopsman	30	160,4	49,87	1363	24,4	22,6	34,3	219,5	303,8	532,9	10,7	3544,4	0,86	1,05	8,9	11,5	
H 52	Klerk	24	169,2	50,63	1350	14,7	22,0	30,7	232,4	431,6	677,1	11,5	11381,7	0,47	0,63	8,0	12,8	
I 56	Kelner	32	166,4	55,28	1961	41,7	20,3	55,0	272,5	990,4	1144,4	9,8	4265,9	1,03	1,50	9,3	21,3	
J 60	Werkloos	46	147,6	56,59	1452	4,4	27,4	29,3	261,0	223,9	463,8	12,2	567,1	0,45	0,35	7,0	17,3	
K 68	Werkloos	53	*	*	1104	3,3	24,6	20,7	202,4	171,1	326,6	14,3	1271,5	0,65	0,49	3,6	13,0	
L 72	Spinner	57	162,9	65,68	1902	5,2	47,1	22,8	370,1	258,0	572,9	29,6	925,5	0,90	0,64	9,4	16,1	
N 85	Arbeider	28	155,4	68,75	1496	10,0	26,8	48,5	215,7	342,1	721,0	13,5	3407,8	0,86	0,54	10,4	7,3	
O 89	Klerk	27	171,5	59,94	1012	19,2	13,1	14,9	186,3	189,2	610,9	9,3	887,3	0,68	0,84	9,3	9,7	
P 94	Arbeider	36	164,8	59,72	1612	11,3	38,0	39,9	263,4	326,9	778,4	15,4	2681,3	0,99	0,77	9,4	23,3	
R 102	Kelner	38	162,3	52,27	1848	23,8	25,5	70,5	268,8	354,3	748,0	12,8	9864,5	0,94	0,73	10,0	41,7	
S 108	Toonbankbediende	36	168,6	64,72	1050	9,3	22,2	16,5	193,1	278,2	515,5	8,7	983,0	2,87	0,47	6,5	15,6	
T 113	Klerk	32	167,6	57,33	1710	31,7	32,6	58,2	265,3	526,1	878,1	16,4	2049,1	0,71	1,31	12,0	33,6	
Gemiddeld		40,3	163,8	57,41	1606	45,1	39,2	260,1	361,1	761,2	14,1	3764,5	1,12	0,90	11,5	24,5		
Aanbevole minimum daaglikse dieetstandaarde:																		
	Sittend				2300	65				700			9,0	4000	0,8	1,60	12	40
	Matig aktief				3000	65				700			9,0	4000	1,0	1,60	15	40

* Persoon bediënd.

Tabel XIV Die gemiddelde dagelijkse nutriëntinnamen van volwassen vrouw

Individuele nr.	Beroep	Onderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewicht (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne Dierlijk (g/dag)	Proteïne Plantaarlijk (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalسيوم (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Vitaminen B1 (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)
A 2	Huisvrouw	45	148,8	65,00	1366	21,1	22,9	41,3	249,8	213,7	740,6	11,6	5346,4	0,92	1,57	16,2	16,1
A 4	Huisvrouw	21	157,0	43,08	1365	8,9	21,5	33,9	246,0	298,8	573,3	11,7	1424,2	0,89	0,72	11,1	41,2
A 5	Huisvrouw	23	150,8	50,45	1355	12,4	24,6	39,4	263,0	294,6	751,0	14,1	3707,1	1,29	1,35	7,1	36,7
B 12*	Klerk	42	146,5	58,29	990	8,5	19,4	16,3	184,0	218,3	496,4	8,0	2150,4	0,86	0,48	7,6	38,8
C 19	Huisvrouw	60	142,4	47,21	1049	8,3	17,7	23,9	180,9	231,8	471,4	7,7	2718,8	0,74	0,28	7,9	20,0
D 25	Huisvrouw	42	164,1	56,81	1322	18,3	13,3	27,6	226,1	265,1	614,8	10,7	2313,3	0,89	0,34	9,3	16,2
D 26	Verpleegster	21	164,8	48,52													
E 30	Huisvrouw	29	154,6	67,78	972	6,4	13,2	18,2	184,5	240,8	346,9	4,9	1950,5	0,78	0,34	5,2	35,3
F 35	Huisvrouw	35	153,5	70,80	1690	30,2	30,2	42,7	265,1	438,2	874,3	12,8	4164,7	1,44	1,54	15,8	22,6
G 40	Huisvrouw	33	139,4	28,75	776	5,1	11,6	15,4	128,9	159,1	271,9	4,5	1556,2	0,33	0,29	3,7	11,1
H 48*	Huisvrouw	55,5	144,3	80,22	1104	11,2	18,6	33,2	171,9	156,1	458,2	10,0	3311,5	0,65	0,47	8,4	16,5
H 50	Huisvrouw	23	157,8	55,28	1221	6,5	26,8	26,6	211,3	207,1	533,6	12,6	6514,0	0,79	0,41	8,7	24,8
I 57	Vasjleniste	38	144,2	48,98	1196	4,2	23,8	19,8	222,5	219,2	543,0	9,5	1554,9	0,91	0,49	8,9	16,7
J 61	Huisvrouw	39	147,6	56,59	1072	4,3	22,2	24,0	187,1	159,1	338,1	10,9	481,5	0,43	0,35	6,5	17,3
K 69	Huisvrouw	37	145,7	70,57	1479	3,2	36,2	27,0	270,4	159,4	445,6	19,7	2572,4	0,68	0,48	6,6	18,4
L 73	Huisvrouw	50	157,6	69,43	1026	8,4	21,1	15,9	190,0	167,6	399,8	11,3	944,3	0,67	0,46	7,4	12,4
M 78	Huisvrouw	41	148,3	60,80	1585	2,6	31,3	17,5	242,1	172,8	363,6	16,3	4731,9	0,58	0,41	1,2	30,1
N 86	Huisvrouw	25	149,9	72,50	1049	4,9	21,0	27,1	174,5	171,8	498,5	8,6	2719,1	0,69	0,35	6,7	3,5
O 90	Huisvrouw	25	155,1	46,82	1072	21,9	10,0	16,7	199,1	187,1	527,0	8,7	924,0	0,58	0,89	8,2	8,5
P 95	Huisvrouw	43	165,7	53,52	883	3,8	21,3	13,3	165,2	197,2	437,6	7,2	1110,7	0,63	0,51	8,0	18,9
Q 99	Huisvrouw	53	141,2	45,91	1927	24,1	29,6	47,0	236,0	489,8	933,5	11,8	1936,9	0,96	0,56	12,7	38,1
R 103	Huisvrouw	30	152,3	46,14	1689	12,4	27,1	43,3	263,7	335,8	665,7	10,7	6219,0	1,38	0,56	9,7	24,7
R 106	Pensioenaris	86			1884	14,0	29,7	57,5	286,7	382,2	770,3	13,8	6049,8	1,15	0,75	19,7	22,8
S 109	Huisvrouw	33	151,0	55,00	751	8,1	12,9	18,3	126,0	169,9	381,5	5,7	949,0	2,38	0,38	4,4	5,9
T 114	Huisvrouw	29	154,1	55,68	1538	23,8	25,1	36,5	230,5	374,8	746,1	12,3	3380,0	1,04	1,42	13,8	37,3
Gemiddeld			151,6	56,42	1265	33,5		28,4	212,7	246,3	594,3	10,6	2863,8	0,90	0,64	9,0	22,2
Aanbevolde dagelijkse minimum dieetstandaarde:		Sittend			2000	55				600		12	4000	0,7	1,4	11,0	40
		Matig actief			2300	55				600		12	4000	0,8	1,4	12,0	

Tabel XV
Dieetstekorte gemeet teen die aanbevole minimum-daaglikse dieetstandaarde van die
Nasionale Voedingsraad (1956)

Onderdom (jaar)	% van aanbevole standaarde	Kalorie (%)	Proteïen (%)	Kalsium (%)	Yster (%)	Vitamine A (%)	Tiamien (%)	Riboflaavin (%)	Niasien (%)	Vitamine C (%)
1 - 3	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(2) 25,0 (5) 62,5 (1) 12,5	(7) 87,5 (1) 12,5	(8) 100,0	(3) 37,5 (2) 25,0 (3) 37,5	(3) 37,5 (2) 25,0 (1) 12,5 (2) 25,0	(1) 12,5 (1) 12,5 (3) 37,5 (3) 37,5	(7) 87,5 (1) 12,5	(3) 37,5 (2) 25,0 (2) 25,0 (1) 12,5	(6) 75,0 (2) 25,0
4 - 6	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(2) 16,7 (9) 75,0 (1) 8,3	(11) 91,7 (1) 8,3	(12) 100,0	(1) 8,3 (7) 58,3 (2) 16,6 (2) 16,6	(3) 25,0 (3) 25,0 (4) 33,3 (2) 16,6	(10) 83,4 (2) 16,6	(12) 100,0	(12) 100,0	(9) 75,0 (1) 8,3 (2) 16,6
7 - 10	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(4) 40,0 (5) 50,0 (1) 10,0	(5) 50,0 (3) 30,0 (1) 10,0 (1) 10,0	(10) 100,0	(2) 20,0 (2) 20,0 (3) 30,0 (3) 30,0	(4) 40,0 (2) 20,0 (1) 10,0 (3) 30,0	(5) 50,0 (2) 20,0 (3) 30,0	(7) 70,0 (1) 10,0 (2) 20,0	(3) 30,0 (3) 30,0 (2) 20,0 (2) 20,0	(7) 70,0 (2) 20,0 (1) 10,0
10 - 12	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(6) 54,6 (5) 45,4	(6) 54,6 (3) 27,3 (2) 18,1	(9) 81,9 (2) 18,1	(2) 18,1 (3) 27,3 (1) 9,1 (5) 45,4	(3) 27,3 (3) 27,3 (1) 9,1 (4) 36,3	(2) 18,1 (4) 36,5 (3) 27,3 (2) 18,1	(9) 81,9 (2) 18,1	(3) 27,3 (6) 54,6	(9) 81,9 (2) 18,1
13 - 15	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(8) 57,2 (6) 42,8	(8) 57,2 (6) 42,8	(14) 100,0	(6) 42,8 (5) 42,8 (5) 35,7 (3) 21,5	(6) 42,8 (5) 35,7 (1) 7,2 (2) 14,3	(1) 7,1 (8) 57,2 (4) 28,6 (1) 7,1	(14) 100,0	(6) 42,8 (6) 42,8 (2) 14,4	(6) 42,8 (5) 35,7 (3) 21,5
16 - 20	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(3) 33,3 (6) 66,7	(5) 55,6 (4) 44,4	(9) 100,0	(4) 44,4 (2) 22,2 (3) 33,4	(3) 33,4 (1) 11,1 (2) 22,2 (3) 33,3	(1) 11,1 (1) 11,1 (4) 44,4 (3) 33,4	(7) 77,8 (2) 22,2	(1) 11,1 (4) 44,4 (2) 22,4 (1) 11,1	(3) 33,3 (4) 44,5 (2) 22,2
Volwas- series	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(8) 16,7 (27) 56,3 (11) 22,9 (2) 4,1	(12) 25,0 (22) 45,8 (12) 25,0 (2) 4,2	(35) 72,9 (8) 16,7 (4) 8,3 (1) 2,1	(3) 6,3 (5) 10,4 (10) 20,8 (30) 62,5	(15) 31,3 (8) 16,7 (10) 20,7 (15) 31,3	(1) 2,1 (3) 6,3 (11) 22,9 (33) 68,7	(31) 64,5 (9) 18,8 (3) 6,3 (5) 10,4	(5) 10,4 (13) 27,1 (17) 35,4 (13) 27,1	(21) 43,8 (11) 22,9 (11) 20,8 (6) 12,5

() Dit die getal proefpersone aan.

Tabel XVI Die gereeldheid van brood- en graanvoedselinname

	Mielies		Kafer- koring	Koring	Brood		Hawer	Gepolleeerde Rys		Rog	Sago	Onbyl-grangereg			
	Groen Meel	Rys	Pap	Wit- meel	Groen meel	Wit Bruin graan	Vol Meel	Vooraf gekook	Stoom behandelde	Wit Meel		P/Toasties	R/vlokkies	Wheet-bix	Pro-nutro
Daaglikse %	-	20 25	-	5	-	90 35	-	5	60	10	-	-	-	-	5
Gereeld %	25	25 30	-	5	-	20 10	15	-	-	10	10	-	-	-	10
2 x week %	-	5	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-
1 x week %	10	15 10	-	5	-	5 5	-	-	15	-	-	-	-	-	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	65	35	10	85	5	5 10	10	5	10	55	-	15	5	5	5
Nooit %	-	- 35	90	- 95	-	35 80	80	95	10	25	100	40	85	95	80

Tabel XVII Die gereeldheid van koeke-, pastei- en ander graanvoedselinnam

	F e u l g e w a s s e									
	Macaroni	Spaghetti	Beskuitjies	Beskuit	Skons	Vetkoek	Kluitjies	Soetkoekies	Ander	
Daaglikse %	-	-	15	-	5	-	-	-	-	-
Gereeld %	5	-	10	-	15	-	-	-	-	40
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10
1 x week %	-	-	50	-	5	-	-	-	-	40
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-
Selde %	5	5	20	-	5	-	-	-	5	10
Nooit %	90	95	5	100	65	100	100	100	95	-

Tabel XVIII Die gereeldheid van vleisinname

	V A R S : R O U										K O U L				
	Bees	Skaap	Bok	Vark	Hoender	Wild	Wilde voëls	Ander	Ham	Polonie	Weense wors	Spek	Soutvleis	Ander	
Daaglikse %	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Gereeld %	-	10	10	5	15	-	-	-	-	-	5	5	-	-	
2 x week %	-	30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
1 x week %	-	50	5	-	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
2 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
1 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Selde %	20	5	20	5	60	-	-	-	-	5	5	5	15	-	
Nooit %	80	-	65	90	5	100	100	100	100	95	90	95	85	100	

Tabel XIX Die gereeldheid van melk- en suiwelprodukte innamc

	Vars melk	Suur melk	Vol- poetcr	Vars afgeroom	Suur afgeroom	Afgeroomde poetcr	Gekonsen- treer	Gekonden- seer	Milk	Ander	Eotter	Room	Kaas	Eiers
Daaglikse	30	-	5	5	-	-	-	70	30	-	70	-	10	10
Gereeld	10	25	-	-	5	-	-	5	5	-	10	-	10	35
2 x week	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	20
1 x week	15	5	-	-	-	-	-	-	15	-	5	-	5	25
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide	30	-	-	-	-	-	-	20	20	-	10	-	30	10
Woolt	10	70	95	95	95	100	95	-	30	100	-	100	10	-

Tabel XX Die gereeldheid van afval- en visiname

	A F V A L										V I S					
	Lewer	Nier	Hart	Tong	Ingewande	Wors	Skaapkop	Vars:See	Vars:varswater	Gedroog	Gebak	Gerook	Kerrie	Elk		
Daaglikse	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Gereeld	20	15	10	5	15	10	-	25	-	35	35	-	35	45		
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	10		
1 x week	-	-	-	-	-	-	-	30	-	10	10	-	15	30		
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
1 x maand	5	-	-	-	5	5	-	5	-	-	5	-	5	-		
Selde	60	35	30	35	50	35	15	35	5	35	45	5	40	15		
Nooit	15	50	60	60	30	50	85	5	95	15	5	95	5	-		

Tabel XXI Die gereeldheid van inname van neute, suiker, soetkosse, vette en olies

	N E U T E			SUIKER EN SOET-KOSSE							VETTE EN OLIES			
	Grondbone	Grondbone botter	Grondbone bladjang	Wit suiker	Bruin suiker	Stroop en konjyt	Leekers	Voeding	Jellie	Koeldrank	Margarinen	Plantvet	Plantolie	Lievet
Daaglikse Ɔ	-	-	-	100	-	5	45	-	-	5	-	5	100	10
Gereeld Ɔ	15	-	-	-	-	15	25	-	-	15	-	40	-	-
2 x week Ɔ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-
1 x week Ɔ	-	-	5	-	-	10	10	-	-	25	-	15	-	-
2 x maand Ɔ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand Ɔ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde Ɔ	50	20	-	-	-	45	15	20	35	25	30	20	-	-
Nooit Ɔ	35	80	95	-	100	25	5	60	60	30	70	10	-	30

Tabel XXII

Die gereeldheid van inname van geurmiddels, speserye, kruie en smere

	GEURMIDDELS										FRUIT				SPECERYE				SMEER			
	Kerrie	Knoffel	Mosterd	Peper	Rooi peper	Gemmer	Droë rissies	Jeera	Mettie	Jelbary	Koljander	Groen uie	Kerrie-blare	Heut	Melktjie	Kaneel	Gemmer	Bovril	Boter	Marmite	Vi	Wiel
Maaglik x	100	95	30	10	5	60	40	45	10	-	25	-	45	-	-	-	10	-	-	-	-	-
Dereid x	-	-	20	15	-	-	30	30	20	5	40	-	45	5	-	10	10	-	-	-	-	-
2 x week x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week x	-	-	5	5	-	10	20	10	10	10	10	10	-	-	10	15	-	-	10	-	-	-
2 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide x	-	-	25	30	-	10	10	15	20	-	15	15	10	-	-	10	10	-	-	-	-	-
Nooit x	-	-	20	40	25	-	-	10	10	10	-	10	-	-	-	10	10	10	-	-	-	-

Tabel XXII

Die gereeldheid van inname van geurmiddels, speserye, kruie en smere

	GEURMIDDELS										FRUIT				SPECERYE				SMEER			
	Kerrie	Knoffel	Mosterd	Peper	Rooi peper	Gemmer	Droë rissies	Jeera	Mettie	Jelbary	Koljander	Groen uie	Kerrie-blare	Heut	Melktjie	Kaneel	Gemmer	Bovril	Boter	Marmite	Vi	Wiel
Maaglik x	100	95	30	10	5	50	40	25	10	-	25	-	45	-	-	-	10	-	-	-	-	-
Dereid x	-	5	20	15	-	-	30	30	20	5	40	-	45	5	10	10	10	-	-	-	-	-
2 x week x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week x	-	-	5	5	-	10	20	10	10	10	10	10	-	-	10	15	-	-	10	-	-	-
2 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide x	-	-	25	30	-	10	10	15	20	-	15	15	10	-	-	10	10	-	-	-	-	-
Wool x	-	-	20	40	25	-	-	10	10	10	-	10	-	-	-	10	10	10	-	-	-	-

Tabel XXIII Die gereeldheid van inname van geursels, souse, suurtjies, sop en drank

	GEURSELS			SOUSE	SUURTJIES			S O P			D R A N K E					
	Vanilla	Suur- lemoen	Amandel		Tamatie	Worcester	Atchar	Blatjang	Suurrie	foeier	Blk	Ander	Spiritus	Bier	Vrugte	Koffie en kakao
Daaglik %	-	-	-	-	-	5	-	10	-	-	-	-	-	-	10	100
Gereeld %	-	-	-	-	-	5	30	45	-	-	-	15	5	10	20	-
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week %	-	-	-	-	10	5	5	10	-	-	-	10	10	-	15	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	20	-	-	-	15	15	30	35	-	-	-	35	30	35	5	-
Nooit %	80	100	100	100	75	80	75	35	-	95	100	100	40	55	55	50

Tabel XXIV

Inname van ander voedsel niet genoemd in tabellen XVI tot XXIII niet

	Megenom van kantien en kafee							Traditionele gerechte	Alte kosse	Anter
	Kerrie en rys	Vis en skyfies	Kerrie-Vis	Vleis-pastei	Hamburger	Toebroodjies	Kors-broodjie (Chilibite)			
Daaglikse	-	-	-	-	-	-	-	50	-	-
Gereeld	-	10	-	5	-	-	-	70	-	-
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldse	10	25	5	15	-	30	-	-	-	-
Nooit	90	50	95	80	100	70	100	-	20	100

* Sal afsonderlik bespreek word

Tabel XXVI
 Somatometrische besonderheden van Chatsworth-seuws onder 18 jaar oud

Familie nr.	Onderdom (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i g (kg)		I r i s e s (mm)		Subskapulêr (mm)					
	(1)	(11)	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil			
A	16,0	17,3	161,6	167,7	6,1	45,2	53,5	8,3	4,3	5,0	0,7	5,5	6,3	0,8
B	13,8	15,7	141,5	156,5	15,0	33,5	44,7	11,2	5,9	7,0	1,1	6,2	7,6	1,4
D	14,8	16,6	160,5	169,5	9,0	37,7	41,4	3,7	4,1	4,6	0,5	4,0	4,6	0,6
E	4,1 0,2	5,9 2,0	100,5 57,6	Permanent by familie 84,7 27,1		16,5 5,6	12,1	6,5	12,1 5,8	7,6	1,8	6,9 3,1	14,6	11,5
F	11,1 9,5 7,5	12,9 11,3 9,3	135,6 130,5 116,4	145,2 139,6 126,4	9,6 9,1 10,0	26,7 24,3 18,1	32,5 32,4 23,8	5,8 5,7 5,7	5,6 6,2 3,9	9,3 10,0 7,0	3,7 3,8 3,1	4,0 5,3 2,6	5,0 6,0 5,0	1,0 0,7 2,4
G	13,3 11,7 10,1	15,2 13,5 11,9	134,0 118,1 124,0	150,4 128,1 133,7	16,4 10,0 9,7	26,1 19,7 22,4	34,8 23,7 25,7	8,7 4,0 3,3	4,9 7,3 3,3	6,0 8,7 5,6	1,1 1,4 2,3	3,1 3,3 2,5	6,0 5,0 4,3	2,9 1,7 1,3
H	2,1	3,9	98,4	99,8	1,4	11,1	13,1	2,0	4,0	8,6	4,6	8,1	3,6	-4,5
I	7,0 4,9	8,8 6,8	109,4 100,4	118,4 111,6	9,0 11,2	17,3 14,9	20,6 17,6	3,3 2,7	10,4 8,9	10,6 8,3	0,2 -0,6	4,0 3,5	5,3 4,0	1,3 0,5
J	13,8 9,5	15,7 11,3	136,3 111,2	150,5 130,4	14,1 19,2	30,6 24,8	39,1 27,9	8,5 3,1	9,3 5,6	7,3 7,0	-2,0 1,4	4,9 3,4	5,3 7,3	0,4 3,9
K	14,8	16,6	149,9	164,7	14,8	37,4	50,8	13,4	5,9	5,0	-0,9	4,0	5,6	1,6
L	16,7 14,0 12,4	Huis verlaet 15,9 14,3	163,5 145,1 145,5	159,0 156,1	13,9 10,6	40,2 33,8 31,7	46,3 38,6	12,5 6,9	5,0 5,1 6,7	8,0 8,6	2,9 1,9	5,5 5,0 5,0	9,6 5,3	4,6 0,3
M	12,1 9,5 8,3 5,2 3,7	13,9 11,3 10,1 7,0 5,5	141,0 130,1 114,7 99,5 89,4	153,0 139,8 124,4 111,0 105,0	12,0 9,7 9,7 11,5 15,6	31,1 24,0 18,9 15,5 12,1	39,6 28,8 23,6 15,9 14,3	8,5 4,8 4,7 0,4 2,2	5,5 5,0 5,0 7,1 5,8	7,0 9,0 7,0 9,0 7,0	1,5 4,0 2,0 1,9 1,2	3,4 2,8 2,0 3,0 2,4	5,0 4,0 4,0 4,3 4,0	1,6 1,2 2,0 1,3 1,6
N	5,0	6,8	99,6	110,3	10,7	17,1	19,8	2,7	7,7	11,6	3,9	2,9	3,6	0,7
O	2,9 0,7	4,8 2,5	87,5 62,4	100,0 86,5	12,5 24,1	13,3 8,1	15,9 11,3	2,6 3,2	9,9 9,7	11,6 9,3	1,7 -0,4	5,0 4,3	5,3 3,0	0,3 -1,3
P	14,5 8,8	16,3 10,6	165,4 135,1	170,7 143,0	5,3 8,0	49,9 24,9	68,0 27,5	18,1 2,6	4,5 4,8	14,3 7,0	9,8 2,2	5,5 3,0	15,0 4,0	9,5 1,0
R	3,8 2,2	5,7 4,0	98,4 80,9	113,0 96,5	14,6 15,6	15,6 10,2	19,6 14,4	4,0 4,2	6,8 9,3	5,6 11,0	-1,2 1,7	3,2 4,9	4,0 4,6	0,8 -0,3
S	7,3 7,3 7,3	9,2 9,2 9,2	119,7 130,5 121,0	130,5 130,3	10,8 9,2	17,1 17,4	19,9 20,0	2,8 2,6	5,0 5,3	6,3 7,0	1,3 1,2	3,0 3,2	4,0 4,0	1,0 0,8
Gemiddelt	7,3	9,2	121,0	130,3	9,2	17,4	20,0	2,6	5,3	7,0	1,2	3,2	4,0	1,7

Table NVIII Somatometrie des besonde thede van Chatsworth-duyters onder 18 jaar oud

Facilie nr.	Criterium (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i c t (kg)		T r i c e p s (mm)		Subcapulær (mm)					
	(I)	(II)	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)	Verskil			
A	17,3 11,9 3,0	19,2 13,8 Huis verlaat	155,8 131,1 27,5	157,0 145,9	1,6 14,8	50,5 25,5 10,5	52,5 33,8	2,0 8,3	14,5 10,3 8,0	21,3 11,6	6,8 1,3	11,5 6,4 3,3	19,6 15,6	4,1 4,2
B	9,6 9,9	11,4 2,8	121,6 64,0	135,2 86,0	13,6 22,0	21,6 8,0	26,7 10,8	5,1 2,8	5,0 6,0	7,0 11,0	2,0 3,0	3,3 4,9	5,0 3,6	1,2 -1,3
C	14,3 10,9 5,1	16,1 12,8 6,9	146,8 126,0 96,0	152,4 135,2 105,6	5,6 9,2 9,6	33,4 21,7 13,2	38,2 25,9 15,8	4,8 4,2 2,6	5,0 6,5 5,7	8,3 9,0 6,3	3,3 2,5 0,6	5,1 4,1 3,3	7,5 5,6 3,0	2,5 1,5 -0,3
D	17,9	Huis verlaat	155,8		42,3	8,4						9,7		
E	5,2	7,0	108,0	120,7	12,7	16,5	21,6	5,1	10,2	10,0	-0,2	5,4	5,6	0,2
G	9,1 8,7 4,5	10,9 10,5 2,4	109,9 107,1 101,7	121,1 113,0 111,9	11,2 10,9 10,2	17,7 15,6 16,3	20,9 19,3 19,1	3,2 3,7 2,8	7,3 7,3 9,0	10,3 9,3 12,6	3,0 2,0 3,6	3,4 3,1 4,1	4,6 5,0 5,0	1,2 1,9 0,7
H	15,3	17,1	151,2	154,2	3,0	49,7	50,1	0,4	23,5	21,6	-1,9	12,7	11,3	-1,4
J	15,1 11,3 4,2	16,9 13,1 8,7	139,9 130,2 101,9	143,8 139,4 111,1	3,9 9,2 9,2	34,8 28,4 16,6	38,5 36,8 18,4	3,7 8,4 1,8	11,0 11,4 9,2	11,3 15,0 9,6	0,3 3,6 0,4	5,1 5,0 5,1	6,3 10,3 6,0	1,2 4,3 0,7
K	12,1	14,7	151,9	157,4	5,5	31,6	37,5	5,9	6,0	7,6	1,6	3,9	5,3	1,4
L	16,7	12,8	133,0	142,8	9,8	24,3	29,7	5,4	7,2	11,0	3,8	5,0	7,3	2,3
M	6,3	8,1	103,1	115,7	12,6	16,2	21,7	5,5	7,2	13,7	6,5	3,0	7,0	4,0
N	3,0	4,8	84,1	96,4	12,3	11,6	14,6	3,0	8,0	14,3	6,1	4,1	5,6	1,5
O	4,7	6,6	103,2	113,9	10,7	18,9	22,5	3,6	11,7	14,0	2,3	6,0	9,6	3,6
P	13,2	15,0	160,6	165,9	5,3	38,9	46,4	7,5	4,4	10,7	6,3	3,9	10,0	6,1
Q	15,5	17,3	146,9	146,9	0,0	42,1	43,8	1,7	9,9	14,6	4,7	8,2	18,3	10,1
R	17,1	Huis verlaat	156,6		42,7	8,0						6,0		
S	2,7	4,5	37,5	101,7	14,2	10,5	13,1	2,6	4,7	7,3	2,6	2,5	4,6	2,1
T	3,1	4,9	45,4	95,7	<u>19,3</u>	11,3	13,0	<u>1,7</u>	11,2	11,3	<u>0,1</u>	4,1	5,0	<u>0,2</u>
Gemiddeld											2,6			2,6

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesinsgrootte en inkomste

Huisgesin	Geta1 families in huis	Huisgesin- grootte	Geta1 werk- saam	N e r t n g	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige Inkomste	Totale Inkomste (R/week)	Geta1 werkloos	Geta1 skollere	Geta1 voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
A	2	10	3	Skoonmaker (Hoof) Tjulier (Vrou) Arbeider (seun)	8,00 3,00 13,00	-	-	24,00	3	3	1	2,40
B	2	7	3	Masjienoperateur (Hoof) Klerk (Vrou) Wolsorteerder (seun)	11,00 15,00 5,00			31,00		2	1	4,43
C	1	6	1	Kantoorassistent (Hoof)	7,50 Tydelik	7,50 Pensioen		15,00	1	2	1	2,50
D	1	5	3	Klerk (Hoof) Verpleegster (Vrou) Fabriekspakker (dogter)	8,00 11,00 5,00			24,00		1		4,80
E	1	5	1	Spoorwegarbeider (Hoof)	10,75			10,75			3	2,15
F	1	6	1	Swembad-arbeider (Hoof)	12,50			12,50	1	3		2,08
G	1	7				6,94 Indiërsake Huisvrou		6,94	1	6		0,99
H	2	9	4	Arbeider (Hoof) Operateur (Seun) Verkoopsagent (Seun) Klerk (Seun)	9,20 9,00 13,60 9,00			40,80	2	1	1	4,54
I	1	4	2	Keiner (Hoof) Masjinstste (Vrou)	12,00 5,00			17,00		1	1	4,25
J	1	8				6,50 (Hoof) Werk- loosheids- versekering		6,50	2	4	2	0,81
K	1	4			8,00 (Hoof) in- komste			8,00	2			2,00

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrooite en inkomste (vervolg)

Huisgesin	Geta1 families in huis	Huisgesin- grooite	Geta1 werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Geta1 werkloos	Geta1 skollere	Geta1 voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diërsake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sioenaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diërsake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrooite en inkomste (vervolg)

Huisgesin	Getaal families in huis	Huisgesin- grooite	Getaal werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Getaal werkloos	Getaal skollere	Getaal voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diersake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diersake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Familie nommer		F O B S I													Totale uitname (R/week)							
Totale Inkomste (R/week)		Melk	Eier	Brood	Kruidentersware	Speserye	Groente	Vrugte	Suiker	Vet	Alkoholiese drank en sigarette	Klere	Huur en belasting	Water en elektrisiteit	Vervoer	Branstof in huis	Mediese onkoste	Assuransie	Opvoeding	Vermaak	Skool	
A	24,00	0,40	1,00	0,50	1,40	3,50	0,50	1,50	0,50	0,88	0,40	-	2,50	1,65	-	1,10:bus 3,00	0,10	0,63	0,50	2,50	0,50	-
B	31,00	0,40	0,50	0,70	1,30	0,35	1,00	0,50	0,42	0,22	-	2,50	1,65	1,13	3,00:bus	0,10	0,25	1,00	0,64	-	-	
C	15,00	1,00	1,10	0,70	4,00	1,50	2,50	0,50	0,23	0,71	-	2,50	1,65	1,13	0,40:bus	0,05	0,25	0,50	0,11	-	-	
D	24,00	0,50	0,70	0,60	3,00	0,25	2,00	0,50	0,25	0,21	-	0,50	1,65	0,73	1,40:bus	0,10	0,25	0,50	-	-	-	
E	10,75	0,32	1,05	0,50	0,50	0,25	1,00	0,30	0,44	0,20	-	0,50	3,00	Ingesluit by huur	1,75:bus	0,10	-	1,00	-	-	Handels 4,35	
F	12,50	0,51	0,80	0,50	1,00	4,00	0,25	2,00	0,35	0,44	-	0,63	2,63	0,50	2,13:bus	0,05	0,50	-	0,13	0,13	-	
G	6,94	0,28	0,53	0,08	0,35	1,25	Ingesluit by kruidenters- ware	-	-	-	-	-	0,75	1,65	0,33	0,25:bus	0,20	0,15	-	0,44	-	
H	40,80	1,04	2,10	0,70	1,10	6,50	0,50	4,00	Ingesluit by groente	0,42	0,44	-	3,12	3,45	Ingesluit by huur	2,00:Motor 4,00:bus	0,05	0,63	1,52	0,50	-	Radio, stoof 3,75
I	17,00	0,43	0,53	0,35	0,35	3,00	0,50	1,00	0,30	0,21	0,20	-	0,25	2,10	0,50	2,20:bus	0,20	1,25	-	0,10	-	13,47
J	6,50	0,44	1,40	0,40	1,05	2,00	0,25	0,30	0,20	0,49	0,11	0,35	0,50	2,02	0,90	0,13:bus	-	0,15	-	0,04	-	11,01
K	8,00	0,32	1,40	0,40	0,40	2,00	0,13	0,40	0,20	0,35	0,11	0,50	0,50	2,52	0,35	0,15:bus	0,20	0,15	-	0,11	-	11,20
L	12,00	0,45	1,05	0,30	1,40	2,00	0,25	1,00	0,50	0,70	-	0,35	0,25	2,02	0,20	1,00:bus	0,40	0,10	0,35	0,10	-	12,42
M	6,50	0,24	0,55	0,60	0,70	5,00	0,15	1,50	0,25	0,21	0,44	-	0,20	2,02	0,83	0,20:bus	0,05	-	-	-	-	12,94
N	9,72	0,30	0,70	0,30	0,50	2,00	-	0,50	0,20	0,35	0,22	-	0,10	2,02	0,50	1,25:bus	0,10	0,06	-	-	-	10,84
O	11,42	0,23	0,70	0,15	0,35	1,75	-	0,35	0,15	0,25	0,22	-	0,40	2,52	Ingesluit by huur	1,25:bus	0,05	-	-	-	-	11,12
P	11,88	0,05	1,00	0,08	0,63	4,00	-	1,00	Ingesluit by groente	0,35	-	-	0,45	2,17	0,63	1,50:bus	0,40	0,75	-	0,25	-	14,51
Q	14,75	0,70	0,50	0,30	0,35	4,00	-	1,50	-	0,42	0,22	0,35	0,60	2,02	0,50	1,20:bus	0,10	-	1,50	0,65	0,50	17,65

Label XXXIII:

Inkomste- en uitgawestaat van die 20 Chatsworth-huisgesinne (vervolg)

Familie nommer		V O E D S E L																														
Totale inkomste (R/week)																																
R	15,50	0,48	0,50	0,18	0,70	0,25	-	1,50	0,20	0,28	0,44	-	1,00	2,02	1,00	1,50:bus	-	0,75	-	-	-	-	1,50:bus	0,20	0,45	0,21	0,05	-	-	-	Radio 2,00	20,35
S	14,00	1,20	1,05	0,30	0,70	2,50	-	1,00	0,40	0,39	0,44	-	0,63	3,33	0,75	1,50:bus	0,20	0,45	0,21	0,05	-	-	Stoof 1,50	16,60								
T	20,00	0,50	1,05	0,20	0,30	3,00	-	1,50	0,50	0,21	1,54	3,00	1,25	1,25	Ingesluit by huur	1,13:bus	0,05	0,25	-	-	-	-	Radio 2,00	17,73								
Gem.	15,61	0,52	1,09	0,34	0,68	3,42	1,55	0,37	0,33	0,29	0,79	2,78	1,63	0,14	0,33	0,34	0,28	0,06	1,29	16,23												

* Vir groente toegif op Saterdag

Tabel XXXV Hematologiese besonderhede van die proefpersone

Groep	Hemoglobien (g/100ml)	Polimorfe (%)	Differensiële Limfosiete (%)	Monosiete (%)	Seltelling Eosinofiele (%)	Basofiele (%)
Kinders onder 2 jaar (2)*	14, 1 (13, 5-14, 7)	18	67	4	10	1
Kinders 3-5 jaar (15)	13, 3 (11, 2-14, 4)	52 (22-68)	35 (18-70)	6 (3- 9)	7 (1-12)	1 (0-3)
Kinders 6-10 jaar (16)	13, 6 (10, 8-15, 2)	62 (39-80)	25 (9-49)	6 (1-10)	6 (3-12)	0 (0-1)
Kinders 11-15 jaar (21)	14, 2 (11, 5-16, 3)	59 (25-74)	28 (14-49)	5 (3- 9)	6 (2-20)	1 (0-2)
Seuns oor 16 jaar en mans (29)	16, 4 (11, 6-21, 0)	57 (32-75)	34 (14-56)	7 (3-12)	6 (2-16)	1 (0-2)
Dogters oor 16 jaar en vroue (30)	14, 3 (12, 4-18, 2)	56 (26-85)	33 (7-62)	5 (2- 8)	5 (1-12)	1 (0-2)

* Differensiële telling slegs op een gedoen
 () onder groep dui getal proefpersone aan
 () dui die variansie aan

Tabel XXXVIII Die nutriëntsamestelling van voedselseenhede : Eenheidberekening

Groep	Porsie	Kalorie (k kal)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
(a) Graankosse	1 eenheid	78	2,4	0,6	11	0,5	-	0,04	0,02	0,4	-
(b) Melk	1 eenheid	83	4,4	5,0	142	0,1	215	0,04	0,16	0,1	0,2
(c) Proteïen	1 eenheid	80	6,5	6,0	15	1,0	-	0,05	0,08	1,7	-
(d) Groente en vrugte	1 eenheid	51	1,6	-	18	0,9	566	0,07	0,06	6,7	11,3
(e) Suikers	1 eenheid	75	-	-	-	-	-	-	-	-	-
(f) Vette	1 eenheid	54	-	6,0	-	-	115*	-	-	-	-

Totaal	421	14,9	17,6	186	2,5	898	0,20	0,34	2,9	12,1
Totaal x 4	1684	59,6	70,4	744	10,0	3592	0,80	1,36	11,6	48,4

** Aanbevole inname-waarde: Mans	2650	65,0	73,6	700	9,0	4000	1,00	1,60	15,0	40,0
Vroue	2150	55,0	59,7	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0

* Dit word aangeneem dat botter een-helfte van die totale vet-inname daarstel.

** Suid-Afrikaanse Voedingsraad (1956). 'n Waarde wat die gemiddeld vir die inname-waardes vir persone wat 'sties matig aktief en siltien' werk verrig, is aangeneem.

Tabel XXXIX Die eenheidsbydrae van ontbyt en middagete tot die totale nutrient-inname met die uitsondering van hostelstudente

Oetel studente	Mks %	Graankosse*					Tee/Koffie		M e l k**			Protein***				Vrugte		
		0 eenhede %	1 - 2 eenhede %	3 - 4 eenhede %	5 - 8 eenhede %	> 8 eenhede %	Nooit %	Ben- Twee- maal %	0 eenhede %	1 eenheid %	2 eenhede %	3 eenhede %	0 eenhede %	1 eenheid %	< 1 eenheid %		> 1 eenheid %	
	43	16	63	21	-	-	19	81	-	79	7	14	-	65	-	35	-	
	24	4	4	54	33	9	-	100	-	96	-	4	-	41	21	38	-	
	14	7	21	57	22	-	50	50	-	92	-	8	-	79	14	-	7	
MIDDAGETE:																		
	43	-	-	21	58	21	49	51	-	84	-	16	-	3	16	81	-	
	24	-	-	-	67	33	58	42	-	96	-	4	-	-	21	79	-	
	14	-	-	22	71	7	86	14	-	79	-	21	-	-	36	64	-	
VROUETE:																		
	43	-	-	7	16	72	12	44	44	74	2	19	5	-	12	60	28	
	24	-	-	-	8	88	-	58	42	92	-	8	-	-	17	54	29	
	14	-	-	7	36	57	50	36	14	72	-	21	7	-	29	64	7	

* 1 eenheid gelykstaande aan 1 sny brood.
 ** 1 eenheid gelykstaande aan ½ kopie melk

Tabel XL1 Die gemiddelde inname van die 6 basiese voedsels

Groep	Tydperk	Graan- produkte	Melk	Proteïen	Groente en vrugte	Suikers	Vette
Mans, hostelstudente	Totale week	10,14	3,91	4,00	3,62	7,55	8,64
	Weeksdae	10,26	3,96	4,19	3,55	7,59	8,73
	Naweeksdae	9,90	3,81	3,47	3,76	7,43	8,44
Mans, tuis-studente	Totale week	8,70	2,83	4,65	5,33	7,56	7,08
	Weeksdae	9,02	2,80	4,03	4,70	7,50	7,15
	Naweeksdae	8,11	2,84	6,31	6,85	7,15	6,88
Mans, loseerders	Totale week	9,41	2,84	5,03	4,56	7,41	7,00
	Weeksdae	9,52	2,81	4,80	4,31	7,38	7,05
	Naweeksdae	9,24	3,14	5,62	5,21	7,48	6,90
Vroue, hostelstudente	Totale week	5,46	3,95	3,07	3,99	6,58	6,46
	Weeksdae	5,52	3,99	3,00	3,96	6,34	6,40
	Naweeksdae	5,34	3,86	3,26	4,05	7,13	6,60
Vroue, tuis-studente	Totale week	5,60	2,93	4,01	4,75	9,13	5,97
	Weeksdae	5,75	2,94	3,53	4,31	9,21	5,94
	Naweeksdae	5,25	2,88	5,23	5,76	8,95	6,04

Tabel XLII

Somatomotrisie besonde-rhude en nutritientnames van die proefgroepe

Groepe	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë	Proteïen		V e t		Kalium (mg)	Yster (mg)	Vitamiën A (IE)	Niamien (mg)	Ribo-flavien (mg)	Niasien (mg)	Vitamiën C (mg)		
					Dierlik (g)	Plant- aardig (g)	Totaal (g)	\$ Kalorieë									
Mans:																	
Aanbevole inname- waarde				20-25	61,9	2650		65	73,6	25	700	9,0	4000	1,00	1,60	1,50	40,0
A. Hostelstudente:																	
Gemiddeld	19,5	171,2	58,0	2659	36,0	37,3	73,3	101,5	34,4	791	12,7	3892	1,02	1,44	13,8	44,1	
Standaard- afwyking	1,9	5,1	6,8	452			16,3	16,3	19,2	204	3,5	989	0,25	0,34	3,8	18,5	
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	-	Meer	-	Meer	-	-	-	-	-	
B. Tuis-studente:																	
Gemiddeld	21,3	173,0	59,0	2517	37,6	34,7	72,3	90,1	32,2	665	14,1	4474	1,07	1,38	15,4	62,8	
Standaard- afwyking	2,4	5,8	9,5	645			17,1	24,9	223	3,8	1893	0,29	0,39	4,2	32,0		
Betekenisvolle verskil	Ouer			-			Meer	Meer	-	Meer	-	-	Minder	-	-	Meer	
C. Losseer- studente:																	
Gemiddeld	19,9	172,7	59,7	2553	38,6	36,7	75,3	92,2	32,5	670	14,1	4016	1,06	1,38	15,8	53,9	
Standaard- afwyking	1,7	6,6	8,6	478			17,7	21,4	241	3,4	1445	0,26	0,41	3,9	25,4		
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	Meer	-	Meer	-	-	Minder	-	-	Meer	
Vroue:																	
Aanbevole inname- waarde				20-25	52,3	2150		55	59,7	25	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0
A. Hostelstudente:																	
Gemiddeld	19,1	158,5	48,2	2046	32,1	24,7	58,6	80,2	35,3	739	9,8	3859	0,89	1,31	10,6	44,3	
Standaard- afwyking	1,1	5,1	5,8	447			15,5	15,1	309	2,8	1313	0,23	0,45	2,9	23,2		
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	-	Minder	-	Minder	-	-	-	-		
B. Tuis-studente:																	
Gemiddeld	19,1	161,0	45,4	2242	34,4	25,5	59,9	77,4	31,1	621	11,3	3967	0,87	1,24	12,6	55,2	
Standaard- afwyking	1,4	5,8	5,5	524			19,8	25,3	332	3,1	1275	0,24	0,49	3,9	19,9		
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	-	-	-	-	-	-	-	-	Meer	

Tabel XLIII Die vergelyking van nutrieninnames tussen die verskillende proefgroepe

G r o e p	Kalorieë	Proteïn (g)	Vet (g)	Kalsium (mg)	Yster (mg)	Vitamine A (IE)	Flavien (mg)	Riboflavin (mg)	Niasien (mg)	Vitamine C (mg)
<u>Mans:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2686	75,0	103,5	803	12,9	3870	1,03	1,47	14,2	43,2
SA	465	18,2	19,2	203	3,9	1059	0,28	0,35	4,4	19,8
Naeweeksdade : Gemiddeld	2571	69,1	96,5	769	12,2	3926	0,99	1,39	12,9	45,5
SA	464	15,0	21,0	217	3,1	1006	0,24	0,34	3,4	20,2
Betekenisvolle verskil	Meer	-	Meer	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2449	67,8	86,6	644	13,1	4099	1,00	1,29	14,0	55,4
SA	621	16,4	24,2	220	3,6	1795	0,27	0,37	4,1	31,1
Naeweeksdade : Gemiddeld	2662	83,9	98,1	709	16,8	5291	1,23	1,59	19,0	79,7
SA	810	27,4	34,0	334	5,4	2533	0,40	0,60	6,4	43,4
Betekenisvolle verskil	Minder	Minder	Minder	-	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder
<u>C. Losseer- studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2509	27,3	90,3	653	13,7	3854	1,03	1,34	15,3	51,0
SA	498	20,0	22,1	218	3,8	1412	0,29	0,42	4,5	25,4
Naeweeksdade : Gemiddeld	2638	79,2	94,5	673	15,2	4346	1,13	1,45	17,2	61,0
SA	664	26,7	30,2	437	4,3	1837	0,33	0,64	5,5	33,1
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>Vroue:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2025	56,6	79,7	744	9,7	3845	0,87	1,36	10,5	48,0
SA	480	14,8	14,7	324	2,5	1383	0,22	0,46	2,4	23,4
Naeweeksdade : Gemiddeld	2095	57,5	81,7	729	10,0	3890	0,81	1,31	10,9	48,9
SA	512	17,8	17,0	293	3,9	1537	0,26	0,44	4,4	30,3
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2205	56,5	74,9	611	10,6	3761	0,83	1,18	11,6	51,0
SA	551	18,3	25,5	356	2,6	1192	0,21	0,49	3,4	18,0
Naeweeksdade : Gemiddeld	2357	68,3	85,2	649	13,3	4582	0,99	1,39	15,3	67,3
SA	564	26,3	30,0	336	4,6	1836	0,33	0,56	5,8	33,1
Betekenisvolle verskil	-	Minder	-	-	Minder	-	-	-	-	-

Tabel XLV Die gemiddelde dagelijkse kalorie- en nutrientinname van 11 manlike studente

Proefpersoon	Kalorieë											
	Verbruik (kkal/dag)	Inname (kkal/dag)	Protein (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamen C (mg/dag)
Y. K.	2846	2236	54	68	373	573	10,35	3351	2,54	1,29	7,85	139,1
C. S.	2178	1785	57	64	100	754	10,38	2395	0,69	1,68	9,19	26,1
O. I. A	2458	2556	43	85	302	439	10,81	3423	0,99	1,11	9,95	10,5
M. S. M.	2249	1856	123	69	239	781	12,13	2584	3,20	1,54	10,47	21,5
J. V. M.	2103	1285	43	45	192	432	9,89	1819	1,08	0,99	4,33	28,3
S. A. K.	2548	1857	61	76	230	347	9,98	2832	1,14	1,56	8,62	43,6
A. E.	2746	2002	60	66	298	548	13,05	4335	0,86	1,09	10,21	64,2
M. I. K.	2143	2294	60	70	344	648	29,41	2603	1,23	1,48	12,34	95,3
S. S.	2172	2807	70	56	237	473	10,53	2237	0,75	2,46	14,29	29,3
S. U.	3024	2244	73	85	320	1099	16,66	5786	1,19	2,73	12,40	32,2
D. M. C.	3024	1457	61	55	204	651	11,69	4198	0,69	1,65	12,90	72,7
Gemiddeld	2410	2043	64	67	258	613	13,17	3233	1,31	1,59	10,20	51,1
Aanbevole inname- waarde*	3000	65	700	9,0	4000	1,0	1,6	15	40			

* Nasionale Voedingsraad (1956)

Tabel XLVI Die gemiddelde daaglikse tydbesteding aan aktiwiteite en die energieverbruik van 11 manlike studente

Proef- persoon	Slaap en in leende posisie		Sit (ontspanne posisie)		Sit (besig)		Staan (besig)		Stap (leie pas)		Was en aantrek		Trape klom		Ontspanning		Totale energieverbruik (kcal/dag)	
	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	Bereaal	Bereken
Y.K.	39,2	592	11,9	258	25,4	569	9,4	243	11,4	705	2,7	117	-	-	-	-	2456	2109
C.S.	54,8	855	3,3	65	27,4	605	2,8	83	10,0	456	1,4	80	0,1	10	0,2	21	2178	2541
O.I.A.	39,1	544	21,0	456	11,4	262	10,8	277	14,1	744	1,3	62	-	-	2,3	110	2358	3253
M.S.M.	33,4	521	15,3	269	27,2	570	9,4	238	11,3	528	2,8	77	-	-	0,6	43	2249	2830
J.V.M.	31,9	460	18,6	293	18,5	399	12,2	227	13,1	548	3,4	70	2,2	99	0,1	6	2103	2425
S.A.K.	30,2	373	5,5	89	33,6	788	11,8	289	14,9	700	1,9	92	-	-	2,1	22	2548	2516
A.E.	31,1	448	7,2	133	33,9	732	4,4	102	17,3	684	4,5	162	1,6	138	-	-	2401	2471
M.I.K.	36,0	550	12,9	249	19,9	416	2,7	61	23,1	1,308	4,9	110	0,4	42	0,1	9	2746	2486
S.S.	36,6	551	19,2	321	23,0	398	10,3	210	9,7	420	0,8	22	-	-	0,4	18	2143	2489
S.U.	30,3	381	8,3	160	39,0	784	12,5	271	7,6	494	1,7	38	0,6	42	-	-	2172	2253
D.M.C.	40,8	651	8,6	182	22,0	627	2,0	64	25,2	1,419	1,3	62	0,1	8	-	-	3024	2972
Gemiddelde	36,7	538,7	12,0	225	25,6	559,1	8,0	187,7	14,3	727,8	2,4	81,1	0,5	30,8	0,5	39,2	2410	2490

Tabel XLVII
Besonderhede met betrekking tot die geslag, ouderom, huwelikstaat, lengte, gewig, godsdiensooruiging, taal en beroep van kinders van diabetiese ouers

Proefpersoon nr.	Familie nr.	Individu nr.	Geslag	Ouderom (jaar)	Huwelik- staat	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Vetsug	Godsdiensooruiging	Taal	Beroep
1	33	298	V	16	Ongetroud	164	92,88	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
2	9	239	V	20	Ongetroud	152	65,77	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
3	33	316	V	33	Getroud	159	79,37	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
4	95	254	V	17	Ongetroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
5	85	312	V	40	Getroud	161	87,54	+	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
6	219	235	V	30	Getroud	161	86,63	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
7	25	383	V	49	Getroud	160	80,28	++	Moslem	Urdu	Huisvrou Nie-diabetes
8	85	387	V	30	Getroud	168	75,29	+	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
9	37	274	V	37	Getroud	157	72,57	++	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
10	33	299	V	29	Ongetroud	162	59,42	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
11	33	297	V	28	Geskei	152	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
12	22	321	V	24	Getroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
13	205	400	M	40	Getroud	165	90,26	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
14	95	284	M	35	Getroud	161	68,03	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
15	22	317	M	34	Getroud	180	78,92	-	Hindoe	Hindi	Handelaar Diabetes
16	101	345	M	15	Ongetroud	170	65,31	-	Moslem	Ojjerati	Skooler Diabetes
17	189	342	M	19	Ongetroud	171	90,71	++	Moslem	Urdu	Werkloos Nie-diabetes
18	33	306	M	34	Getroud	177	73,48	-	Hindoe	Hindi	Operateur (sienfabriek) Nie-diabetes
19	33	307	M	31	Getroud	171	67,13	-	Hindoe	Hindi	Hotellener Nie-diabetes
20	85	279	M	33	Getroud	184	75,75	-	Hindoe	Tamil	Onderwyser Nie-diabetes

Label XLVIII Die kliniese beeld van die proefpersone

Proefpersoon nr.	Glukose-toleransietoets (mg/100 ml)			Glykoseurie			Proteinurie	Bloeddruk (mm Hg)	Hemo-globien (g/100 ml)	Bloed-groep	Hart	Long	Diagnose	Taslag
	Vastend	1 uur	2 ure	Vastend	1 uur	2 ure								
1	227	408	300	Spoor	+++	++++	++	150/102/98	10,5	O	Normal	Normal	Diabetes	V
2	196	240	246	0	0	0	Nul	110/70/62	13,9	B	Normal	Normal	Diabetes	V
3	170	300	162	0	+	+	Nul	140/120/110	14,4	O	Normal	Normal	Diabetes	V
4	112	240	210	0	+	+++	Nul	80/34/30	13,6	O	Normal	Normal	Diabetes	V
5	136	240	182	0	0	0	+	120/70/62	11,5	B	Normal	Normal	Diabetes	V
6	114	147	114	Spoor	0	0	Nul	105/65/58	-	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
7	85	168	112	0	0	0	Spoor	125/90/85	12,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
8	88	130	96	0	0	0	++	-	13,5	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
9	107	113	113	0	0	0	Nul	100/78/70	13,9		Normal	Normal	Nie-diabetes	V
10	125	148	125	0	0	0	Nul	125/82/78	13,7	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
11	107	160	121	0	0	0	Nul	130/90/75	11,4	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
12	94	137	100	0	0	0	Nul	100/70/60	10,9	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
13	244	384	282	+++	+++	++++	++++	180/120/110	17,1	B	Normal	Normal	Diabetes	M
14	127	300	210	0	++	++	Nul	Vet arm 120/72/68	17,1	O	Normal	Normal	Diabetes	M
15	77	201	176	0	0	0	Nul	105/86/70	14,0	O	Normal	Normal	Diabetes	M
16	125	207	153	0	0	0	Nul	115/80/70	14,6	B	Normal	Normal	Diabetes	M
17	100	116	106	0	0	0	Nul	105/70/58	15,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
18	112	171	105	0	0	0	+	125/100/90	17,8	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
19	162	144	117	0	0	0	Nul	95/70/60	16,3	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
20	117	142	80	0	+	Spoor	Nul	140/80/72	16,2	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M

Tabel XLIX Die gemiddelde daaglikse nutriëntinnames van vroulike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kkaal/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiënsuur (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kalsium (mg/dag)
1	Diabetes 2253 (1767)	335 (311)	58 (52)	76 (35)	3542 (3966)	1,38 (1,20)	15,03 (13,77)	0,85 (0,86)	27,27	18,82 (16,66)	372 (443)
2	Diabetes 1020 (681)	141 (100)	35 (32)	32 (17)	2255 (1015)	0,51 (0,73)	7,20 (6,9)	0,50 (0,71)	20,16	9,44 (13,02)	334 (239)
3	Diabetes 2571 (1634)	393 (302)	69 (57)	76 (22)	4706 (1783)	1,28 (0,81)	15,90 (6,9)	1,54 (0,84)	12,79	19,25 (22,14)	412 (453)
4	Diabetes 1563 (1576)	202 (251)	47 (36)	57 (48)	5110 (3100)	0,71 (0,53)	7,54 (8,4)	1,16 (1,06)	14,22	9,82 (14,41)	405 (395)
5	Diabetes 1386 (1204)	201 (205)	40 (42)	44 (24)	3234 (4666)	0,72 (0,83)	6,50 (9,1)	0,75 (0,78)	34,20	12,55 (15,63)	357 (457)
Gemiddelde	1759 (1372)	254 (234)	50 (44)	57 (29)	3769 (2906)	0,92 (0,83)	10,43 (9,1)	0,96 (0,85)	21,73	13,58 (16,38)	376 (437)
6	Me- diabetes 1846 (1734)	282 (291)	59 (57)	54 (38)	3959 (2083)	0,82 (1,14)	10,37 (11,61)	1,49 (0,81)	21,45	14,05 (21,87)	442 (412)
7	Me- diabetes 1388 (1303)	256 (265)	30 (36)	26 (11)	2539 (1486)	0,50 (0,78)	4,62 (6,0)	0,37 (0,52)	6,92	6,79 (10,78)	223 (201)
8	Me- diabetes 1526 (1619)	233 (250)	50 (49)	47 (47)	6375 (3233)	0,63 (0,85)	8,35 (10,2)	0,96 (0,87)	31,83	12,29 (13,68)	469 (500)
9	Me- diabetes 1376 (1305)	195 (223)	40 (38)	48 (29)	1935 (3467)	0,68 (0,82)	7,37 (4,5)	0,77 (0,75)	19,20	12,75 (10,50)	356 (374)
10	Me- diabetes 2311 (1352)	328 (237)	63 (65)	84 (16)	5438 (2850)	1,42 (1,17)	19,38 (13,5)	1,39 (0,78)	21,26	19,12 (24,30)	395 (546)
11	Me- diabetes 1695 (1652)	216 (229)	59 (58)	66 (56)	3243 (3733)	0,72 (0,82)	8,44 (9,2)	0,94 (1,11)	29,55	12,89 (17,01)	328 (516)
12	Me- diabetes 2647 (1875)	362 (348)	75 (60)	99 (27)	4512 (1700)	1,45 (1,30)	23,68 (13,1)	2,31 (1,91)	15,64	20,88 (18,31)	417 (517)
Gemiddelde	1827 (1548)	267 (163)	54 (52)	61 (32)	4000 (2650)	0,89 (0,89)	11,74 (9,7)	1,18 (0,86)	20,84	14,11 (16,64)	376 (438)
Aanbevole standaard Nasionale Voedings- raad (1956): Sitteend			65		4000	0,17	12,0	1,6	40	9	700
Totaal vir alle proefpersone : Manlik en vroulik	1793 (1460)	261 (249)	52 (48)	59 (31)	3885 (2778)	0,91 (0,86)	11,09 (9,41)	1,07 (0,86)	21,29	1385 (16,51)	376 (438)

Tabel L Die gemiddelde daaglikse nutriëntinname van manlike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieën (kcal/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Proteïne (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiensuur (mg/dag)	Riboflaviënen (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kalsium (mg/dag)
13 Diabetes	1466 (1515)	205 (220)	61 (62)	47 (43)	3542 (3966)	0,65 (0,74)	8,15 (8,1)	0,96 (0,74)	26,85	9,54 (7,24)	403 (458)
14 Diabetes	1864 (1938)	302 (337)	59 (62)	47 (38)	2255 (1015)	1,41 (1,41)	15,05 (12,5)	0,85 (1,00)	13,59	15,65 (20,21)	389 (560)
15 Diabetes	2105 (2138)	292 (309)	75 (95)	66 (58)	4706 (1783)	1,14 (1,23)	12,10 (16,7)	1,22 (1,31)	42,02	16,24 (19,48)	504 (536)
16 Diabetes	1891 (1859)	266 (278)	55 (54)	69 (59)	5110 (3100)	0,89 (0,84)	11,31 (10,7)	0,88 (0,67)	42,79	14,22 (15,41)	477 (530)
Gemiddelde	1832 (1863)	266 (286)	63 (68)	57 (50)	5455 (3591)	1,03 (1,10)	11,65 (12,0)	0,98 (0,93)	31,31	13,91 (15,59)	443 (521)
17 Niet-diabetes	1165 (1020)	144 (197)	34 (31)	27 (12)	1535 (636)	0,79 (0,88)	6,19 (6,6)	0,47 (0,31)	3,37	8,88 (11,30)	256 (188)
18 Niet-diabetes	2723 (2082)	396 (386)	70 (58)	71 (34)	3670 (3850)	1,13 (1,56)	14,99 (10,6)	2,59 (1,00)	51,28	22,91 (17,73)	405 (497)
19 Niet-diabetes	2518 (1613)	389 (294)	69 (53)	66 (25)	3068 (3233)	1,10 (1,39)	9,75 (8,0)	1,07 (0,82)	16,15	15,45 (20,39)	450 (361)
20 Niet-diabetes	1655 (1839)	288 (247)	55 (80)	40 (59)	4256 (2650)	0,79 (0,70)	8,53 (10,5)	0,93 (0,78)	37,74	10,78 (16,13)	395 (709)
Gemiddelde	2015 (1639)	317 (281)	57 (56)	51 (33)	3132 (2592)	0,95 (1,13)	9,87 (8,9)	1,27 (0,73)	27,14	15,26 (16,51)	377 (444)
Aanbevole standaard Nationale Voedings- raad (1956) 1) Sitend 11) Matig actief	2300 3000		65 65		4000 4000	1,0 0,7	15 11	1,6 1,4	40 40	9 12	700 600
Totaal vür alle proef- personen: Manlik en 1924 vrouwlik	(1752)	292 (284)	60 (62)	54 (42)	4294 (3092)	0,99 (1,12)	10,76 (10,5)	1,13 (0,7)	29,23	14,59 (16,05)	410 (473)

Table 1. Mean values of the 100 subjects in the study

Proefpersoon nr.	Criterion	Kalorie-inname (kcal/dag)	Koolhydraten (g/dag)	Overlyn (g/dag)	Verlyn (g/dag)	Sukrose-inname (g/dag)	Samenvatting na 2 jaar
Nie-diabetikers							
1	16	2253	335,2	103	732	25,5	9,12
2	20	1020	140,5	41	130	1,3	0,69
3	33	2571	392,5	29	364	22,7	8,29
4	17	1563	202,4	14	136	-	-
5	40	1336	200,9	85	166	6,3	2,30
Gemiddeld		1759	254,3	55	179	14,0	4,08
Nie-diabetiese vroue							
6	30	1846	281,8	42	240	42,0	15,33
7	49	1398	255,6	80	176	44,7	17,78
8	30	1526	233,0	68	165	44,3	16,39
9	37	1376	195,1	67	128	Saccharien	-
10	29	2311	327,6	124	204	27,4	10,01
11	28	2647	361,9	182	180	1,8	0,66
12	24	1695	215,9	11	205	23,9	8,72
Gemiddeld		1827	267,8	82	185	31,5	9,74
Manlike diabetikers							
13	40	1466	204,5	23	188	Saccharien	-
14	35	1864	301,9	138	164	14,5	5,29
15	34	2105	292,3	27	265	12,2	4,45
16	15	1891	265,6	80	185	32,7	12,01
Gemiddeld		1832	266,1	67	201	19,9	7,44
Nie-diabetiese mans							
17	19	1165	193,5	25	169	11,5	4,20
18	34	2723	396,2	35	351	19,1	6,97
19	31	2518	389,4	18	371	36,1	13,18
20	33	1655	288,1	48	240	43,7	15,95
Gemiddeld		2015	316,8	32	285	27,6	10,09
Gemiddeld vir groep							
		1848	273,7	58	215	20,7	7,57

Tabel LIII Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van Chatsworth-Indiërs uitgedruk in terme van ouderdom

	O u d e r d o m (j a a r)										
	6	6-8	9-11	12-14	15-18	19-21	22-25	26-30	31-40	41-50	50
Sukrosp _F -inname (g/dag)											
Mans	21,2	25,5	22,7	28,2	30,9	39,4	40,0	39,9	38,4	22,6	43,9
Vroue	20,0	19,1	23,6	23,6	22,5	27,6	33,2	45,7	32,8	28,2	28,3

Tabel LIV Die gemiddelde persentasie tyd wat daaglik aan aktiwiteite bestee was

Groep	Geslag	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweeg rond		Stap (eie pas)		Werk (beroep)		Ontspanning	
		% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
Diabeties	Vroulik	38,1	625	15,8	293	1,2	32	22,6	484	6,6	262	15,5	869	0,2	17	-	-
	Manlik	38,7	686	25,9	528	3,7	112	14,5	318	4,5	227	12,4	727	-	-	35	35
Nie-diabeties	Vroulik	37,3	616	17,9	316	3,1	79	15,3	309	10,5	372	15,9	851	-	-	-	-
	Manlik	37,9	689	21,2	430	5,4	119	14,0	343	1,2	32	12,6	744	6,7	620	1,0	55

Tabel LV Die aktiwiteitspatroon van 6 lede van gesin 33

Proefpersoonnummer	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweë rond		Slap		werk (beroep)		Ontspanning	
	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
1	39,7	732	13,3	265	1,5	42	14,1	345	17,9	748	13,3	626	-	-	-	-
3	39,8	663	15,1	266	3,5	97	5,6	115	4,2	150	32,1	1504	1,2	15	-	-
10	34,1	488	18,8	310	2,9	80	14,3	232	17,7	637	12,2	557	-	-	-	-
11	41,1	693	18,8	327	2,1	51	22,9	452	3,9	156	10,9	565	-	-	-	-
13	36,1	641	21,1	423	-	-	30,1	716	-	-	2,5	456	4,2	201	-	-
19	36,2	604	21,9	438	0,6	19	18,8	221	-	-	10,4	535	22,5	1579	-	-

Tabel LVI
Vergelykende waardes tussen maksimale suurstofopname-kapasiteit van mans-
en vroue Indierstudiante en waardes uit vergelykende studies

	Suid-Afrikaanse Indiers	Suid-Afrikaanse Blankes	Suid-Afrikaanse Bantoes	Sweedse jong mans goed ge-oefen	Amerikaanse mans (Blank)	Noorweegse studente	Amerikaanse studente	Sweedse Huisvroue
	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)	(f)	(g)	(h)
Ouderdoms-groep (jaar)	21-25 (18-23)	19-24	Jong Volwas-senes	20-29	18-24	23, 4 (22, 6)	17-22	20-29
Maksimale suurstofkapaiteit (l/min.)	2,35 (1,51)	3,15	2,12	4,19	-	3,20 (2,30)	(1,78)	(2,23)
Maksimale suurstofkapaiteit (ml/kg/min.)	41,0 (32,3)	47,2	36,2	52,2	39,2-40,0	44,0 (38,0)	(29,8)	(39,9)

(a) De Waal en Booyens (1971)
 (b)(c) Wyndham en Heyns (1969)
 (d)(h) Astrand (1960)

(e) Hansen et al. (1967)
 (f) Hermansen en Andersen (1965)
 (g) Michael en Harvath (1965)

Die waardes in hakies () dui vroulike proefpersone aan

Tabel X Die gemiddelde dagelijkse nutriëntinname van seuns 10 - 12 jaar oud

Individue nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen		Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamine A (IE/dag)	Thiamien (mg/dag)	Ribo- flavien (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamine (mg/dag)
					Dierlik (g/dag)	Plantegroei (g/dag)										
F 37	11	135,6	26,70	1703	34,9	26,1	81,3	213,6	401,9	926,0	12,9	3511,1	1,06	0,36	13,2	15,0
G 42	11	118,1	19,66	978	2,7	22,1	15,7	167,0	164,0	376,0	8,0	1659,2	0,71	0,68	5,9	10,0
G 43	10	124,0	22,39	1019	3,0	23,1	16,5	189,4	164,8	310,1	8,3	1680,5	0,64	0,62	6,1	12,2
J 65	10	122,6	24,77	1102	3,6	23,4	18,6	199,2	143,6	326,3	9,7	722,9	0,64	0,33	6,0	9,4
M 79	12	141,1	31,14	1630	3,5	53,2	30,2	232,4	198,7	470,3	12,1	4280,9	0,80	0,52	6,3	27,0
M 80	10	130,1	24,03	1731	4,8	33,6	30,3	267,4	203,7	503,6	13,1	3257,2	0,81	0,59	8,0	19,1
Gemiddeld	10,6	128,6	24,78	1361	39,0	32,1	211,5	212,8	485,4	10,7	2518,7	0,78	0,61	8,6	15,6	
Aanbevole dagelijkse minimum dieetstan- daarde				2400	65				800		12,0	3000	1,0	1,6	12,0	40

Table XI Die gemiddelde dagelijkse nutritientinname van seuns 13 - 15 jaar oud

Individuele gegevens	Omvang (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne Dierlijk (g/dag)	Planten (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Ijzer (mg/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Vitaminen B1 (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)
1	15	14	141,5	33,46	1567	12,9	30,1	49,5	257,0	268,7	71,5	15,1	2451,0	0,31	0,60	3,3
2	26	14	160,5	37,72	1602	23,0	31,4	31,3	253,3	357,7	62,0	35,6	3032,6	1,14	0,76	12,4
3	41	13	134,0	26,14	1044	3,5	22,4	16,0	178,0	182,9	60,1	8,0	1557,0	0,60	0,60	3,2
4	63	14	136,3	30,57	876	3,2	19,1	17,3	157,1	133,6	67,7	9,3	413,4	0,52	0,35	4,2
5	70	15	149,9	37,39	1428	2,2	35,1	25,5	305,1	175,9	1,9	15,9	2257,6	0,63	0,43	5,6
6	75	14	145,1	33,81	1567	11,6	26,5	15,2	242,7	169,9	55,8	11,6	1170,6	0,90	0,44	8,7
7	76	13	145,5	31,70	1002	10,9	14,5	15,3	188,6	169,7	40,7	9,0	1020,3	0,69	0,41	7,1
8	96	14	165,4	49,89	1490	7,3	39,4	24,4	266,7	331,4	73,5	13,9	2127,4	1,16	0,41	10,3
Gemiddeld	14	147,3	36,09	1322,0	36,7	24,3	231,3	267,7	540,4	14,3	1466,9	0,64	0,60	7,1	12,7	
Aanbevole minimum dagelijkse dieetstandaarde				3000	75				1300		15	4000	1,2	1,3	10	40

Tabel XII Die gemiddelde daaglikse nutrientinname van seuns 16 - 20 jaar oud

Individue nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen Dierlik (g/dag)	Plantenaartig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Ysfer (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Ribo- flavien (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
A 8	16	161,6	45,22	1895	19,6	14,5	52,1	305,8	439,1	870,1	16,8	6834,3	1,55	1,63	14,8	92,3
B 14	19	153,6	48,06	1320	10,7	25,3	33,2	295,9	355,9	571,7	11,5	1867,2	0,66	0,68	7,4	34,7
H 53	20	168,0	60,70	2575	13,5	44,8	75,6	418,4	414,7	1079,6	21,5	4231,9	1,68	0,87	18,0	40,7
L 74	17	163,5	40,22	1080	8,7	21,6	14,76	206,0	184,3	437,5	10,1	846,1	0,78	0,46	7,5	14,0
Q 100	18	155,4	59,77	1836	15,7	27,9	31,70	255,0	370,8	790,7	10,7	1931,4	1,72	0,43	16,5	32,3
Gemiddeld	18	160,4	50,79	1741,3	13,7	26,8	41,5	296,2	353,0	749,9	14,1	3142,1	1,28	0,81	12,6	42,5
Aanbevole minimum daaglikse dieetstandaarde				3700	90				1300		15	4000	15,00	4,3	15,00	40

Tabel III De gemiddelde dagelijkse nutriëntname van volwassen man

Individuele nr.	Beroep	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewicht (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne (g/dag)	Plantarig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Ystere (mg/dag)	Vitamine A (i.u./dag)	Vitamine B (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamine C (mg/dag)	
A 1	Skoonmaker	58	162,7	51,73	2311	25,6	32,9	72,2	373,0	477,1	1144,5	22,7	744,4	1,50	2,22	32,7	47,3	
A 2	Arbeider	28	170,3	51,05	1164	15,1	25,7	52,2	270,7	344,1	772,1	16,2	424,3	1,11	1,11	15,2	21,5	
B 11	Masjienoperator	58	163,2	59,43	1865	8,7	40,8	34,4	337,8	355,7	786,1	12,0	301,9	1,36	0,53	14,7	48,3	
B 13	Molsorteerder	26	160,3	64,43	1711	13,9	32,6	43,3	272,0	349,4	777,2	14,8	3305,5	1,23	0,77	14,0	46,2	
C 12	Klerk	64	165,1	63,01	2743	12,0	34,2	35,6	259,0	340,6	800,6	15,6	3379,7	1,13	0,49	13,5	40,4	
C 20	Werkloos	35	154,1	44,43	1539	17,2	29,3	36,5	245,0	329,8	1414,8	12,0	396,6	1,17	0,38	13,0	24,5	
C 24	Klerk	53	164,0	59,65	1498	19,3	24,1	31,0	259,5	347,6	717,3	12,1	3044,2	0,62	0,76	10,5	14,6	
E 29	Arbeider	30	170,5	57,10	1397	0,8	21,6	28,9	249,3	342,5	645,0	9,2	3656,8	0,57	0,64	11,6	21,7	
F 34	Swembad-arbeider	39	164,5	55,80	1440	10,8	29,0	41,2	218,3	259,4	667,2	11,2	4147,5	3,12	1,64	11,7	24,9	
F 36	Werkloos	39	163,9	61,19	1572	24,0	49,1	45,8	226,7	360,1	861,1	15,2	5195,7	0,73	1,15	14,2	37,1	
H 47	Arbeider	62	163,0	48,64	1745	19,7	28,2	39,1	295,4	554,3	929,5	15,6	2631,2	1,09	1,00	11,1	15,2	
H 49	Masjienis	35	164,9	63,24	1704	16,1	35,9	38,2	272,2	267,7	682,9	12,6	4907,1	1,22	0,72	12,2	22,8	
H 51	Verkoopsman	30	160,4	49,87	1363	24,4	22,6	34,3	219,5	303,8	532,9	10,7	3544,4	0,86	1,05	8,9	11,5	
H 52	Klerk	24	169,2	50,63	1350	14,7	22,0	30,7	232,4	431,6	677,1	11,5	11381,7	0,47	0,63	8,0	12,8	
I 56	Kelner	32	166,4	55,28	1961	41,7	20,3	55,0	272,5	990,4	1144,4	9,8	4265,9	1,03	1,50	9,3	21,3	
J 60	Werkloos	46	147,6	56,59	1452	4,4	27,4	29,3	261,0	223,9	463,8	12,2	567,1	0,45	0,35	7,0	17,3	
K 68	Werkloos	53	*	*	1104	3,3	24,6	20,7	202,4	171,1	326,6	14,3	1271,5	0,65	0,49	3,6	13,0	
L 72	Spinner	57	162,9	65,68	1902	5,2	47,1	22,8	370,1	258,0	572,9	29,6	925,5	0,90	0,64	9,4	16,1	
N 85	Arbeider	28	155,4	68,75	1496	10,0	26,8	48,5	215,7	342,1	721,0	13,5	3407,8	0,86	0,54	10,4	7,3	
O 89	Klerk	27	171,5	59,94	1012	19,2	13,1	14,9	186,3	189,2	610,9	9,3	887,3	0,68	0,84	9,3	9,7	
P 94	Arbeider	36	164,8	59,72	1612	11,3	38,0	39,9	263,4	326,9	778,4	15,4	2681,3	0,99	0,77	9,4	23,3	
R 102	Kelner	38	162,3	52,27	1848	23,8	25,5	70,5	268,8	354,3	748,0	12,8	9864,5	0,94	0,73	10,0	41,7	
S 108	Toonbankbediende	36	168,6	64,72	1050	9,3	22,2	16,5	193,1	278,2	515,5	8,7	983,0	2,87	0,47	6,5	15,6	
T 113	Klerk	32	167,6	57,33	1710	31,7	32,6	58,2	265,3	526,1	878,1	16,4	2049,1	0,71	1,31	12,0	33,6	
Gemiddeld		40,3	163,8	57,41	1606	45,1	39,2	260,1	361,1	761,2	14,1	3764,5	1,12	0,90	11,5	24,5		
Aanbevole minimum daglikse dieetstandaarde:																		
Sittend					2300	65				700			9,0	4000	0,8	1,60	12	40
Matig aktief					3000	65				700			9,0	4000	1,0	1,60	15	40

* Persoon bediend.

Tabel XIV Die gemiddelde dagelijkse nutriëntinnamen van volwassen vrouw

Individuele nr.	Beroep	Onderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewicht (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne Dierlijk (g/dag)	Proteïne Plantaarlijk (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalسيوم (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Vitaminen B1 (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)
A 2	Huisvrouw	45	148,8	65,00	1366	21,1	22,9	41,3	249,8	213,7	740,6	11,6	5346,4	0,92	1,57	16,2	16,1
A 4	Huisvrouw	21	157,0	43,08	1365	8,9	21,5	33,9	246,0	298,8	573,3	11,7	1424,2	0,89	0,72	11,1	41,2
A 5	Huisvrouw	23	150,8	50,45	1355	12,4	24,6	39,4	263,0	294,6	751,0	14,1	3707,1	1,29	1,35	7,1	36,7
B 12*	Klerk	42	146,5	58,29	990	8,5	19,4	16,3	184,0	218,3	496,4	8,0	2150,4	0,86	0,48	7,6	38,8
C 19	Huisvrouw	60	142,4	47,21	1049	8,3	17,7	23,9	180,9	231,8	471,4	7,7	2718,8	0,74	0,28	7,9	20,0
D 25	Huisvrouw	42	164,1	56,81	1322	18,3	13,3	27,6	226,1	265,1	614,8	10,7	2313,3	0,89	0,34	9,3	16,2
D 26	Verpleegster	21	164,8	48,52													
E 30	Huisvrouw	29	154,6	67,78	972	6,4	13,2	18,2	184,5	240,8	346,9	4,9	1950,5	0,78	0,34	5,2	35,3
F 35	Huisvrouw	35	153,5	70,80	1690	30,2	30,2	42,7	265,1	438,2	874,3	12,8	4164,7	1,44	1,54	15,8	22,6
G 40	Huisvrouw	33	139,4	28,75	776	5,1	11,6	15,4	128,9	159,1	271,9	4,5	1556,2	0,33	0,29	3,7	11,1
H 48*	Huisvrouw	55,5	144,3	80,22	1104	11,2	18,6	33,2	171,9	156,1	458,2	10,0	3311,5	0,65	0,47	8,4	16,5
H 50	Huisvrouw	23	157,8	55,28	1221	6,5	26,8	26,6	211,3	207,1	533,6	12,6	6514,0	0,79	0,41	8,7	24,8
I 57	Vasjieniste	38	144,2	48,98	1196	4,2	23,8	19,8	222,5	219,2	543,0	9,5	1554,9	0,91	0,49	8,9	16,7
J 61	Huisvrouw	39	147,6	56,59	1072	4,3	22,2	24,0	187,1	159,1	338,1	10,9	481,5	0,43	0,35	6,5	17,3
K 69	Huisvrouw	37	145,7	70,57	1479	3,2	36,2	27,0	270,4	159,4	445,6	19,7	2572,4	0,68	0,48	6,6	18,4
L 73	Huisvrouw	50	157,6	69,43	1026	8,4	21,1	15,9	190,0	167,6	399,8	11,3	944,3	0,67	0,46	7,4	12,4
M 78	Huisvrouw	41	148,3	60,80	1585	2,6	31,3	17,5	242,1	172,8	363,6	16,3	4731,9	0,58	0,41	1,2	30,1
N 86	Huisvrouw	25	149,9	72,50	1049	4,9	21,0	27,1	174,5	171,8	498,5	8,6	2719,1	0,69	0,35	6,7	3,5
O 90	Huisvrouw	25	155,1	46,82	1072	21,9	10,0	16,7	199,1	187,1	527,0	8,7	924,0	0,58	0,89	8,2	8,5
P 95	Huisvrouw	43	165,7	53,52	883	3,8	21,3	13,3	165,2	197,2	437,6	7,2	1110,7	0,63	0,51	8,0	18,9
Q 99	Huisvrouw	53	141,2	45,91	1927	24,1	29,6	47,0	236,0	489,8	933,5	11,8	1936,9	0,96	0,56	12,7	38,1
R 103	Huisvrouw	30	152,3	46,14	1689	12,4	27,1	43,3	263,7	335,8	665,7	10,7	6219,0	1,38	0,56	9,7	24,7
R 106	Pensioenaris	86			1884	14,0	29,7	57,5	286,7	382,2	770,3	13,8	6049,8	1,15	0,75	19,7	22,8
S 109	Huisvrouw	33	151,0	55,00	751	8,1	12,9	18,3	126,0	169,9	381,5	5,7	949,0	2,38	0,38	4,4	5,9
T 114	Huisvrouw	29	154,1	55,68	1538	23,8	25,1	36,5	230,5	374,8	746,1	12,3	3380,0	1,04	1,42	13,8	37,3
Gemiddeld			151,6	56,42	1265	33,5		28,4	212,7	246,3	594,3	10,6	2863,8	0,90	0,64	9,0	22,2
Aanbevolde dagelijkse minimum steekstaandaarde:		Sittend			2000	55				600		12	4000	0,7	1,4	11,0	40
		Matig actief			2300	55				600		12	4000	0,8	1,4	12,0	

Tabel XV
Dieetstekorte gemeet teen die aanbevole minimum-daaglikse dieetstandaarde van die
Nasionale Voedingsraad (1956)

Onderdom (jaar)	% van aanbevole standaarde	Kalorie (%)	Proteïen (%)	Kalsium (%)	Yster (%)	Vitamine A (%)	Tiamien (%)	Riboflaavin (%)	Niasien (%)	Vitamine C (%)
1 - 3	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(2) 25,0 (5) 62,5 (1) 12,5	(7) 87,5 (1) 12,5	(8) 100,0	(3) 37,5 (2) 25,0 (3) 37,5	(3) 37,5 (2) 25,0 (1) 12,5 (2) 25,0	(1) 12,5 (1) 12,5 (3) 37,5 (3) 37,5	(7) 87,5 (1) 12,5	(3) 37,5 (2) 25,0 (2) 25,0 (1) 12,5	(6) 75,0 (2) 25,0
4 - 6	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(2) 16,7 (9) 75,0 (1) 8,3	(11) 91,7 (1) 8,3	(12) 100,0	(1) 8,3 (7) 58,3 (2) 16,6 (2) 16,6	(3) 25,0 (3) 25,0 (4) 33,3 (2) 16,6	(10) 83,4 (2) 16,6	(12) 100,0	(12) 100,0	(9) 75,0 (1) 8,3 (2) 16,6
7 - 10	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(4) 40,0 (5) 50,0 (1) 10,0	(5) 50,0 (3) 30,0 (1) 10,0 (1) 10,0	(10) 100,0	(2) 20,0 (2) 20,0 (3) 30,0 (3) 30,0	(4) 40,0 (2) 20,0 (1) 10,0 (3) 30,0	(5) 50,0 (2) 20,0 (3) 30,0	(7) 70,0 (1) 10,0 (2) 20,0	(3) 30,0 (3) 30,0 (2) 20,0 (2) 20,0	(7) 70,0 (2) 20,0 (1) 10,0
10 - 12	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(6) 54,6 (5) 45,4	(6) 54,6 (3) 27,3 (2) 18,1	(9) 81,9 (2) 18,1	(2) 18,1 (3) 27,3 (1) 9,1 (5) 45,4	(3) 27,3 (3) 27,3 (1) 9,1 (4) 36,3	(2) 18,1 (4) 36,5 (3) 27,3 (2) 18,1	(9) 81,9 (2) 18,1	(3) 27,3 (6) 54,6	(9) 81,9 (2) 18,1
13 - 15	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(8) 57,2 (6) 42,8	(8) 57,2 (6) 42,8	(14) 100,0	(6) 42,8 (5) 42,8 (5) 35,7 (3) 21,5	(6) 42,8 (5) 35,7 (1) 7,2 (2) 14,3	(1) 7,1 (8) 57,2 (4) 28,6 (1) 7,1	(14) 100,0	(6) 42,8 (6) 42,8 (2) 14,4	(6) 42,8 (5) 35,7 (3) 21,5
16 - 20	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(3) 33,3 (6) 66,7	(5) 55,6 (4) 44,4	(9) 100,0	(4) 44,4 (2) 22,2 (3) 33,4	(3) 33,4 (1) 11,1 (2) 22,2 (3) 33,3	(1) 11,1 (1) 11,1 (4) 44,4 (3) 33,4	(7) 77,8 (2) 22,2	(1) 11,1 (4) 44,4 (2) 22,4 (1) 11,1	(3) 33,3 (4) 44,5 (2) 22,2
Volwas- series	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(8) 16,7 (27) 56,3 (11) 22,9 (2) 4,1	(12) 25,0 (22) 45,8 (12) 25,0 (2) 4,2	(35) 72,9 (8) 16,7 (4) 8,3 (1) 2,1	(3) 6,3 (5) 10,4 (10) 20,8 (30) 62,5	(15) 31,3 (8) 16,7 (10) 20,7 (15) 31,3	(1) 2,1 (3) 6,3 (11) 22,9 (33) 68,7	(31) 64,5 (9) 18,8 (3) 6,3 (5) 10,4	(5) 10,4 (13) 27,1 (17) 35,4 (13) 27,1	(21) 43,8 (11) 22,9 (11) 20,8 (6) 12,5

() Dit die getal proefpersone aan.

Tabel XVI Die gereeldheid van brood- en graanvoedselinnam

	Mielies		Kaffer- koring	Koring	Brood		Hawer		Gepolleeerde Rys		Rog	Sago	Onbyl-grangereg			
	Groen Meel	Rys			Pap	Wit- meel	Groen meel	Wit Bruin graan	Vol	Meel gekoek			Stoom behandelde	Wit	Meel	P/Toasties
Daaglikse %	-	20 25	-	5	-	90 35	-	5	-	60	10	-	-	-	-	5
Gereeld %	25	25 30	-	5	-	20 10	15	-	10	-	10	-	10	-	-	10
2 x week %	-	5	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-
1 x week %	10	15 10	-	5	-	5 5	-	-	-	15	-	-	-	-	-	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	65	35	10	85	5	5 10	10	5	55	10	55	-	55	15	5	5
Nooit %	-	- 35	90	- 95	-	35 80	80 95	10	25	100	40	85	95	95	95	80

Tabel XVII Die gereeldheid van koeke-, pastei- en ander graanvoedselinnam

	Macaroni Spaghetti Beskuttjies Beskutt Skons Vetkoek Kluitjies Soetkoekies Ander								F e u l g e w a s s e				
									Droë bone	Droë ertjies	lensies	Ander	
Daaglikse %	-	-	15	-	5	-	-	-	-	5	5	-	-
Gereeld %	5	-	10	-	15	-	-	-	40	30	-	-	-
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	10	25	-	-	-
1 x week %	-	-	50	-	5	-	-	-	40	35	30	-	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	5	5	20	-	5	-	-	-	10	-	25	-	-
Nooit %	90	95	5	100	65	100	100	100	-	5	40	100	-

Tabel XVIII Die gereeldheid van vleisinname

	V A R S : R O U										K O U L				
	Bees	Skaap	Bok	Vark	Hoender	Wild	Wilde voëls	Ander	Ham	Polonie	Weense wors	Spek	Soutvleis	Ander	
Daaglikse %	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Gereeld %	-	10	10	5	15	-	-	-	-	-	5	5	-	-	
2 x week %	-	30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
1 x week %	-	50	5	-	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
2 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
1 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Seide %	20	5	20	5	60	-	-	-	-	5	5	5	15	-	
Nooit %	80	-	65	90	5	100	100	100	100	95	90	95	85	100	

Tabel XIX Die gereeldheid van melk- en suiwelprodukte innamc

	Vars melk	Suur melk	Vol- poetcr	Vars afgeroom	Suur afgeroom	Afgeroomde poetcr	Gekonsen- treer	Gekonden- seer	Milk	Ander	Eotter	Room	Kaas	Eiers
Daaglikse	30	-	5	5	-	-	-	70	30	-	70	-	10	10
Gereeld	10	25	-	-	5	-	-	5	5	-	10	-	10	35
2 x week	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	20
1 x week	15	5	-	-	-	-	-	-	15	-	5	-	5	25
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide	30	-	-	-	-	-	-	20	20	-	10	-	30	10
Woolt	10	70	95	95	95	100	95	-	30	100	-	100	10	-

Tabel XX Die gereeldheid van afval- en visiname

	A F V A L										V I S						
	Lewer	Nier	Hart	Tong	Ingewande	Wors	Skaapkop	Vars:See	Vars:varswater	Gedroog	Gebak	Gerook	Kerrie	Elik			
Daaglikse	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Gereeld	20	15	10	5	15	10	-	25	-	35	35	-	35	45			
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	10			
1 x week	-	-	-	-	-	-	-	30	-	10	10	-	15	30			
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
1 x maand	5	-	-	-	5	5	-	5	-	-	5	-	5	-			
Selde	60	35	30	35	50	35	15	35	5	35	45	5	40	15			
Nooit	15	50	60	60	30	50	85	5	95	15	5	95	5	-			

Tabel XXI Die gereeldheid van inname van neute, suiker, soetkosse, vette en olies

	N E U T E			SUIKER EN SOET-KOSSE							VETTE EN OLIES			
	Grondbone	Grondbone botter	Grondbone bladjang	Wit suiker	Bruin suiker	Stroop en konjyt	Leekers	Voeding	Jellie	Koeldrank	Margarien	Plantvet	Plantolie	Liervet
Daaglikse	-	-	-	100	-	5	45	-	-	5	-	5	100	10
Gereeld	15	-	-	-	-	15	25	-	-	15	-	40	-	-
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-
1 x week	-	-	5	-	-	10	10	-	-	25	-	15	-	-
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldse	50	20	-	-	-	45	15	20	35	25	30	20	-	-
Nooit	35	80	95	-	100	25	5	60	60	30	70	10	-	30

Tabel XXII

Die gereeldheid van inname van geurmiddels, speserye, kruie en smere

	GEURMIDDELS										FRUIT				SPECERYE				SMEER			
	Kerrie	Knoffel	Mosterd	Peper	Rooi peper	Gemmer	Droë rissies	Jeera	Mettie	Jelbary	Koljander	Groen uie	Kerrie-blare	Heut	Melktjie	Kaneel	Gemmer	Bovril	Boter	Marmite	Vi	Wiel
Maaglik x	100	95	30	10	5	50	40	25	10	-	25	-	45	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Dereid x	-	-	20	15	-	-	30	30	20	5	40	-	45	5	-	-	-	-	-	-	-	-
2 x week x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week x	-	-	5	5	-	10	20	10	10	10	10	10	-	-	10	15	-	-	10	-	-	-
2 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide x	-	-	25	30	-	10	10	15	20	-	15	15	10	-	-	10	10	-	-	-	-	-
Nooit x	-	-	20	40	25	-	-	10	10	10	-	10	-	-	-	10	10	10	-	-	-	-

Tabel XXII

Die gereeldheid van inname van geurmiddels, speserye, kruie en smere

	GEURMIDDELS										FRUIT				SPECERYE				SMEER			
	Kerrie	Knoffel	Mosterd	Peper	Rooi peper	Gemmer	Droë rissies	Jeera	Mettie	Jelbary	Koljander	Groen uie	Kerrie-blare	Heut	Melktjie	Kaneel	Gemmer	Bovril	Boter	Marmite	Vi	Wiel
Maaglik x	100	95	30	10	5	50	40	25	10	-	25	-	45	-	-	-	10	-	-	-	-	-
Dereid x	-	5	20	15	-	-	30	30	20	5	40	-	45	5	10	10	10	-	-	-	-	-
2 x week x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week x	-	-	5	5	-	10	20	10	10	10	10	10	-	-	10	15	-	-	10	-	-	-
2 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide x	-	-	25	30	-	10	10	15	20	-	15	15	10	-	-	10	10	-	-	-	-	-
Woolf x	-	-	20	40	25	-	-	10	10	10	-	10	-	-	-	10	10	10	10	-	-	-

Tabel XXIII Die gereeldheid van inname van geursels, souse, suurtjies, sop en drank

	GEURSELS			SOUSE	SUURTJIES			S O P			D R A N K E					
	Vanilla	Suur- lemoen	Amandel		Tamatie	Worcester	Atchar	Blatjang	Suurrie	foeier	Blk	Ander	Spiritus	Bier	Vrugte	Koffie en kakao
Daaglik %	-	-	-	-	-	5	-	10	-	-	-	-	-	-	10	100
Gereeld %	-	-	-	-	-	5	30	45	-	-	-	15	5	10	20	-
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week %	-	-	-	-	10	5	5	10	-	-	-	10	10	-	15	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	20	-	-	-	15	15	30	35	-	-	-	35	30	35	5	-
Nooit %	80	100	100	100	75	80	75	35	-	95	100	100	40	55	55	50

Tabel XXIV

Inname van ander voedsel niet genoemd in tabellen XVI tot XXIII niet

	Megenom van kantien en kafee							Traditionele gerechte	Alte kosse	Anter
	Kerrie en rys	Vis en skyfies	Kerrie-Vis	Vleis-pastei	Hamburger	Toebroodjies	Kors-broodjie (Chilibite)			
Daaglikse	-	-	-	-	-	-	-	50	-	-
Gereeld	-	10	-	5	-	-	-	70	-	-
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldse	10	25	5	15	-	30	-	-	-	-
Nooit	90	50	95	80	100	70	100	-	20	100

* Sal afsonderlik bespreek word

Tabel XXVI Somatometrische besonderheden van Chatsworth-seuws onder 18 jaar oud

Familie nr.	Onderdom (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i g (kg)		I r i s e s (mm)		Subskapulêr (mm)					
	(1)	(11)	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil			
A	16,0	17,3	161,6	167,7	6,1	45,2	53,5	8,3	4,3	5,0	0,7	5,5	6,3	0,8
B	13,8	15,7	141,5	156,5	15,0	33,5	44,7	11,2	5,9	7,0	1,1	6,2	7,6	1,4
D	14,8	16,6	160,5	169,5	9,0	37,7	41,4	3,7	4,1	4,6	0,5	4,0	4,6	0,6
E	4,1 0,2	5,9 2,0	100,5 57,6	Permanent by familie 84,7 27,1		16,5 5,6	12,1	6,5	12,1 5,8	7,6	1,8	6,9 3,1	14,6	11,5
F	11,1 9,5 7,5	12,9 11,3 9,3	135,6 130,5 116,4	145,2 139,6 126,4	9,6 9,1 10,0	26,7 24,3 18,1	32,5 32,4 23,8	5,8 5,7 5,7	5,6 6,2 3,9	9,3 10,0 7,0	3,7 3,8 3,1	4,0 5,3 2,6	5,0 6,0 5,0	1,0 0,7 2,4
G	13,3 11,7 10,1	15,2 13,5 11,9	134,0 118,1 124,0	150,4 128,1 133,7	16,4 10,0 9,7	26,1 19,7 22,4	34,8 23,7 25,7	8,7 4,0 3,3	4,9 7,3 3,3	6,0 8,7 5,6	1,1 1,4 2,3	3,1 3,3 2,5	6,0 5,0 4,3	2,9 1,7 1,3
H	2,1	3,9	98,4	99,8	1,4	11,1	13,1	2,0	4,0	8,6	4,6	8,1	3,6	-4,5
I	7,0 4,9	8,8 6,8	109,4 100,4	118,4 111,6	9,0 11,2	17,3 14,9	20,6 17,6	3,3 2,7	10,4 8,9	10,6 8,3	0,2 -0,6	4,0 3,5	5,3 4,0	1,3 0,5
J	13,8 9,5	15,7 11,3	136,3 111,2	150,5 130,4	14,1 19,2	30,6 24,8	39,1 27,9	8,5 3,1	9,3 5,6	7,3 7,0	-2,0 1,4	4,9 3,4	5,3 7,3	0,4 3,9
K	14,8	16,6	149,9	164,7	14,8	37,4	50,8	13,4	5,9	5,0	-0,9	4,0	5,6	1,6
L	16,7 14,0 12,4	Huls verlaet 15,9 14,3		163,5 145,1 145,5	159,0 156,1	40,2 33,8 31,7	46,3 38,6	12,5 6,9	5,0 5,1 6,7	8,0 8,6	2,9 1,9	5,5 5,0 5,0	9,6 5,3	4,6 0,3
M	12,1 9,5 8,3 5,2 3,7	13,9 11,3 10,1 7,0 5,5	141,0 130,1 114,7 99,5 89,4	153,0 139,8 124,4 111,0 105,0	12,0 9,7 9,7 11,5 15,6	31,1 24,0 18,9 15,5 12,1	39,6 28,8 23,6 15,9	8,5 4,8 4,7 0,4 2,2	5,5 5,0 5,0 7,1 5,8	7,0 9,0 7,0 9,0 7,0	1,5 4,0 2,0 1,9 1,2	3,4 2,8 2,0 3,0 2,4	5,0 4,0 4,0 4,3 4,0	1,6 1,2 2,0 1,3 1,6
N	5,0	6,8	99,6	110,3	10,7	17,1	19,8	2,7	7,7	11,6	3,9	2,9	3,6	0,7
O	2,9 0,7	4,8 2,5	87,5 62,4	100,0 86,5	12,5 24,1	13,3 8,1	15,9 11,3	2,6 3,2	9,9 9,7	11,6 9,3	1,7 -0,4	5,0 4,3	5,3 3,0	0,3 -1,3
P	14,5 8,8	16,3 10,6	165,4 135,1	170,7 143,0	5,3 8,0	49,9 24,9	68,0 27,5	18,1 2,6	4,5 4,8	14,3 7,0	9,8 2,2	5,5 3,0	15,0 4,0	9,5 1,0
R	3,8 2,2	5,7 4,0	98,4 80,9	113,0 96,5	14,6 15,6	15,6 10,2	19,6 14,4	4,0 4,2	6,8 9,3	5,6 11,0	-1,2 1,7	3,2 4,9	4,0 4,6	0,8 -0,3
S	7,3 7,3 7,3	9,2 9,2 9,2	119,7 130,5 121,0	130,5 130,3	10,8 9,2	17,1 17,4	19,9 20,0	2,8 2,6	5,0 5,3	6,3 7,0	1,3 1,2	3,0 3,2	4,0 4,0	1,0 0,8
Gemiddelt	7,3	9,2	121,0	130,3	9,2	17,4	20,0	2,6	5,3	7,0	1,2	3,2	4,0	1,7

Table NVIII Somatometrie des besonde theede van Chatsworth-duffers onder 18 jaar oud

Facilie nr.	Categorie (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i c t (kg)		T r i c e p s (mm)		Subcapulær (mm)	
	(I)	(II)	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)

A	17,3	19,2	155,8	157,0	1,6	50,5	52,5	2,0	14,5	21,3	6,8	11,5	19,6	8,1
	11,9	13,8	131,1	145,9	14,8	25,5	33,8	8,3	10,3	11,6	1,3	6,4	15,6	9,2
	3,0	Huiss verlaet	87,5			10,5			8,0			3,3		

B	9,6	11,4	121,6	135,2	13,6	21,6	26,7	5,1	5,0	7,0	2,0	3,3	5,0	1,2
	9,9	2,8	64,0	86,0	22,0	8,0	10,8	2,8	6,0	11,0	3,0	4,9	3,6	-1,3

C	14,3	16,1	146,8	152,4	5,6	33,4	38,2	4,8	5,0	8,3	3,3	5,1	7,5	2,5
	10,9	12,8	126,0	135,2	9,2	21,7	25,9	4,2	6,5	9,0	2,5	4,1	5,6	1,5
	5,1	6,9	96,0	105,6	9,6	13,2	15,8	2,6	5,7	6,3	0,6	3,3	3,0	-0,3

D	17,9	Huiss verlaet	155,8			42,3			8,4			9,7		
---	------	------------------	-------	--	--	------	--	--	-----	--	--	-----	--	--

E	5,2	7,0	108,0	120,7	12,7	16,5	21,6	5,1	10,2	10,0	-0,2	5,4	5,6	0,2
---	-----	-----	-------	-------	------	------	------	-----	------	------	------	-----	-----	-----

G	9,1	10,9	109,9	121,1	11,2	17,7	20,9	3,2	7,3	10,3	3,0	3,4	4,6	1,2
	6,7	10,5	107,1	113,0	10,9	15,6	19,3	3,7	7,3	9,3	2,0	3,1	5,0	1,9
	4,6	2,4	101,7	111,9	10,2	16,3	19,1	2,8	9,0	12,6	3,6	4,1	5,0	0,7

H	14,3	17,1	151,2	154,2	3,0	49,7	50,1	0,4	23,5	21,6	-1,9	12,7	11,3	-1,4
---	------	------	-------	-------	-----	------	------	-----	------	------	------	------	------	------

J	15,1	16,9	139,9	143,8	3,9	34,8	38,5	3,7	11,0	11,3	0,3	5,1	6,3	1,2
	11,3	13,1	130,2	139,4	9,2	28,4	36,8	8,4	11,4	15,0	3,6	5,0	10,3	4,3
	6,8	8,7	101,9	111,1	9,2	16,6	18,4	1,8	9,2	9,6	0,4	5,1	6,0	0,7
	3,7	5,5	87,0	96,9	9,9	11,0	13,7	2,7	5,7	7,3	1,6	4,1	5,6	1,5

K	12,1	14,7	151,9	157,4	5,5	31,6	37,5	5,9	6,0	7,6	1,6	3,9	5,3	1,4
---	------	------	-------	-------	-----	------	------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

L	10,7	12,8	133,0	142,8	9,8	24,3	29,7	5,4	7,2	11,0	3,8	5,0	7,3	2,3
	6,3	8,1	103,1	115,7	12,6	16,2	21,7	5,5	7,2	13,7	6,5	3,0	7,0	4,0
	3,0	4,8	84,1	96,4	12,3	11,6	14,6	3,0	8,0	14,3	6,1	4,1	5,6	1,5
	4,7	6,6	103,2	113,9	10,7	18,9	22,5	3,6	11,7	14,0	2,3	6,0	9,6	3,6
	13,2	15,0	160,6	165,9	5,3	38,9	46,4	7,5	4,4	10,7	6,3	3,9	10,0	6,1
	15,5	17,3	146,9	146,9	0,0	42,1	43,8	1,7	9,9	14,6	4,7	8,2	18,3	10,1
	17,1	Huiss verlaet	156,6			42,7			8,0			6,0		
	2,7	4,5	37,5	101,7	14,2	10,5	13,1	2,6	4,7	7,3	2,6	2,5	4,6	2,1
	3,1	4,9	45,4	95,7	<u>19,3</u>	11,3	13,0	<u>1,7</u>	11,2	11,3	<u>0,1</u>	4,1	5,0	<u>0,2</u>
					0,4			0,4			2,6			0,6

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesinsgrootte en inkomste

Huisgesin	Geta families in huis	Huisgesin- grootte	Geta werk- saam	N e r t n g	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige Inkomste	Totale Inkomste (R/week)	Geta werkloos	Geta skollere	Geta voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
A	2	10	3	Skoonmaker (Hoof) Tjulier (Vrou) Arbeider (seun)	8,00 3,00 13,00	-	-	24,00	3	3	1	2,40
B	2	7	3	Masjienoperateur (Hoof) Klerk (Vrou) Wolsorteerder (seun)	11,00 15,00 5,00			31,00		2	1	4,43
C	1	6	1	Kantoorassistent (Hoof)	7,50 Tydelik	7,50 Pensioen		15,00	1	2	1	2,50
D	1	5	3	Klerk (Hoof) Verpleegster (Vrou) Fabriekspakker (dogter)	8,00 11,00 5,00			24,00		1		4,80
E	1	5	1	Spoorwegarbeider (Hoof)	10,75			10,75			3	2,15
F	1	6	1	Swembad-arbeider (Hoof)	12,50			12,50	1	3		2,08
G	1	7				6,94 Indiërsake Huisvrou		6,94	1	6		0,99
H	2	9	4	Arbeider (Hoof) Operateur (Seun) Verkoopsagent (Seun) Klerk (Seun)	9,20 9,00 13,60 9,00			40,80	2	1	1	4,54
I	1	4	2	Keiner (Hoof) Masjinstste (Vrou)	12,00 5,00			17,00		1	1	4,25
J	1	8				6,50 (Hoof) Werk- loosheids- versekering		6,50	2	4	2	0,81
K	1	4			8,00 (Hoof) in- sake			8,00	2			2,00

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrootte en inkomste (vervolg)

Huisgesin in huis	Getal families	Huisgesin- grootte	Getal werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Getal werkloos	Getal skollere	Getal voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diërsake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diërsake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrootte en inkomste (vervolg)

Huisgesin in huis	Getal families	Huisgesin- grootte	Getal werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Getal werkloos	Getal skollere	Getal voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diërsake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diërsake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Familie nommer		C. E. S. I.																				
Totale Inkomste (R/week)		Melk	Eier	Brood	Kruisenerware	Speserye	Groente	Vrugte	Suiker	Vet	Alkoholiese drank en sigarette	Klere	Huur en belasting	Water en elektrisiteit	Vervoer	Brenstof in huis	Mediese onkoste	Assuransie	Opvoeding	Vermaak	Skool	Totale uitname (R/week)
A	24,00	0,50	0,50	1,40	3,50	0,50	1,50	0,50	0,88	0,40	-	2,50	1,65	-	1,10: bus 3,00	0,10	0,63	0,00	0,50	0,50	-	2,00
B	31,00	0,50	0,50	0,70	1,38	0,55	1,00	0,50	0,42	0,22	-	1,00	1,40	1,13	3,00: bus 0,40	0,25	1,00	0,04	-	-	-	1,00
C	15,00	1,00	0,10	0,70	4,00	1,50	2,50	0,50	0,28	0,71	-	0,50	1,65	1,10	0,40: bus 0,05	0,25	0,75	0,11	-	-	-	1,00
D	24,00	0,50	0,50	0,60	3,00	0,55	2,00	0,50	0,25	0,21	-	0,50	1,65	0,75	1,40: bus 0,40	0,25	0,75	0,00	-	-	-	1,00
E	19,75	0,32	1,05	0,35	0,50	0,25	1,00	0,30	0,44	0,20	-	0,50	3,00	Ingeleent by uur 1,75: bus 0,40	-	1,00	-	-	-	-	Meubels 4,35	15,51
F	12,50	0,51	0,80	0,30	1,00	4,00	0,25	2,00	0,35	0,44	-	0,65	2,65	0,50	2,13: bus 0,05	0,50	-	0,13	0,13	-	-	16,87
G	6,94	0,28	0,53	0,08	0,35	1,25	Ingeleent by kruidenters-ware *	-	-	-	-	0,75	1,65	0,30	0,25: bus 0,20	0,15	-	0,44	-	-	-	7,03
H	40,80	1,04	2,10	0,70	1,10	6,50	0,50	4,00	Ingeleent by groente 0,42	0,44	-	3,12	3,45	Ingeleent by uur 4,00: bus 0,05	0,63	1,52	0,50	-	-	-	Radio, stoof 3,75	15,82
I	17,00	0,43	0,53	0,35	0,35	3,00	0,50	1,00	0,20	0,21	0,20	0,25	2,10	0,50	2,20: bus 0,20	1,25	-	0,10	-	-	-	13,47
J	6,50	0,44	1,40	0,40	1,05	2,00	0,25	0,30	0,20	0,49	0,11	0,50	2,02	0,90	0,13: bus -	0,15	-	0,04	-	-	Winkel 0,25	11,01
K	8,00	0,32	1,40	0,40	0,40	2,00	0,13	0,40	0,20	0,35	0,11	0,50	2,52	0,35	0,15: bus 0,20	0,15	-	0,11	-	-	Stoof 1,01	11,20
L	12,00	0,45	1,05	0,30	1,40	2,00	0,25	1,00	0,50	0,70	-	0,25	2,02	0,20	1,00: bus 0,40	0,10	0,35	0,10	-	-	-	12,42
M	6,50	0,24	0,55	0,60	0,70	5,00	0,15	1,50	0,25	0,21	0,44	0,20	2,02	0,83	0,20: bus 0,05	-	-	-	-	-	-	12,94
N	9,72	0,30	0,70	0,30	0,50	2,00	-	0,50	0,20	0,35	0,22	0,10	2,02	0,50	1,25: bus 0,10	0,06	-	-	-	-	Radio, bed 1,75	10,84
O	11,42	0,23	0,70	0,15	0,35	1,75	-	0,35	0,15	0,25	0,22	0,40	2,52	Ingeleent by uur 1,25: bus 0,05	-	-	-	-	-	-	Klere, stoof 2,75	11,12
P	11,88	0,05	1,00	0,08	0,63	4,00	-	1,00	Ingeleent by groente 0,35	-	-	0,45	2,17	0,63	1,50: bus 0,40	0,75	-	0,25	-	-	1,25 stoof & kamera	14,51
Q	14,75	0,70	0,55	0,30	0,35	4,00	-	1,50	-	0,42	0,22	0,60	2,02	0,50	1,20: bus 0,40	-	1,50	0,45	0,50	-	-	17,65

Label XXXIII

Inkomste- en uitgawestaat van die 20 Chatsworth-huisgesinne (vervolg)

Familie nommer		V O E D S E L												Totale uitgawe (R/week)													
Totale inkomste (R/week)																											
R	15,50	0,48	0,50	0,18	0,70	0,25	-	1,50	0,20	0,28	0,44	-	Klere	1,00	2,02	1,00	1,50:bus	-	0,75	-	-	-	-	-	Vermaak	Skuld	20,35
													Huur en belasting														
													Water en elektrisiteit														
													Vervoer														
													Brandst.f in huis														
													Mediese onkoste														
													Assuransie														
													Opvoeding														
S	14,00	1,20	1,05	0,30	0,70	2,50	-	1,00	0,40	0,39	0,44	-		0,63	3,33	0,75	1,50:bus	0,20	0,45	0,21	0,05	-	-	-	Stoof 1,50		16,60
T	20,00	0,50	1,05	0,20	0,30	3,00	-	1,50	0,50	0,21	1,54	3,00	Klere	1,25	1,25	Ingesluit by huur	1,13:bus	0,05	0,25	-	-	-	-	-	Radio 2,00		17,73
Gem. 15,61		0,52	1,09	0,34	0,68	3,42		1,55		0,37	0,33	0,29		0,79	2,78	1,63	0,14	0,33	0,34	0,28	0,06	1,29				16,23	

* Vir groente toegif op Saterdag

Hebberis, Huweliks-koste 7,25

Tabel XXXV Hematologiese besonderhede van die proefpersone

Groep	Hemoglobien (g/100ml)	Differensiële Seltelling				
		Polimorfe (%)	Limfosiete (%)	Monosiete (%)	Eosinofiele (%)	Basofiele (%)
Kinders onder 2 jaar (2)*	14, 1 (13, 5-14, 7)	18	67	4	10	1
Kinders 3-5 jaar (15)	13, 3 (11, 2-14, 4)	52 (22-68)	35 (18-70)	6 (3- 9)	7 (1-12)	1 (0-3)
Kinders 6-10 jaar (16)	13, 6 (10, 8-15, 2)	62 (39-80)	25 (9-49)	6 (1-10)	6 (3-12)	0 (0-1)
Kinders 11-15 jaar (21)	14, 2 (11, 5-16, 3)	59 (25-74)	28 (14-49)	5 (3- 9)	6 (2-20)	1 (0-2)
Seuns oor 16 jaar en mans (29)	16, 4 (11, 6-21, 0)	57 (32-75)	34 (14-56)	7 (3-12)	6 (2-16)	1 (0-2)
Dogters oor 16 jaar en vroue (30)	14, 3 (12, 4-18, 2)	56 (26-85)	33 (7-62)	5 (2- 8)	5 (1-12)	1 (0-2)

* Differensiële telling slegs op een gedoen
 () onder groep dui getal proefpersone aan
 () dui die variansie aan

Tabel XXXVIII Die nutriëntsamestelling van voedselseenhede : Eenheidberekening

Groep	Porsie	Kalorie (k kal)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
(a) Graankosse	1 eenheid	78	2,4	0,6	11	0,5	-	0,04	0,02	0,4	-
(b) Melk	1 eenheid	83	4,4	5,0	142	0,1	215	0,04	0,16	0,1	0,2
(c) Proteïen	1 eenheid	80	6,5	6,0	15	1,0	-	0,05	0,08	1,7	-
(d) Groente en vrugte	1 eenheid	51	1,6	-	18	0,9	566	0,07	0,06	6,7	11,3
(e) Suikers	1 eenheid	75	-	-	-	-	-	-	-	-	-
(f) Vette	1 eenheid	54	-	6,0	-	-	115*	-	-	-	-

Totaal	421	14,9	17,6	186	2,5	898	0,20	0,34	2,9	12,1
Totaal x 4	1684	59,6	70,4	744	10,0	3592	0,80	1,36	11,6	48,4

** Aanbevole inname-waarde: Mans	2650	65,0	73,6	700	9,0	4000	1,00	1,60	15,0	40,0
Vroue	2150	55,0	59,7	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0

* Dit word aangeneem dat botter een-halfte van die totale vet-inname daarstel.

** Suid-Afrikaanse Voedingsraad (1956). 'n Waarde wat die gemiddeld vir die inname-waardes vir persone wat 'sties matig aktief en siltien' werk verrig, is aangeneem.

Tabel XXXIX Die eenheidsbydrae van ontbyt en middagete tot die totale nutrient-inname met die uitsondering van hostelstudente

Oetel studente	Mks %	Graankosse*					Tee/Koffie		M e l k**			Protein***				Vrugte			
		0 eenhede %	1 - 2 eenhede %	3 - 4 eenhede %	5 - 8 eenhede %	> 8 eenhede %	Nooit %	Ben- maal Twee- maal %	0 eenhede %	1 eenheid %	2 eenhede %	3 eenhede %	0 eenhede %	1 eenheid %	< 1 eenheid %		> 1 eenheid %		
	43	16	63	21	-	-	19	81	-	79	7	14	-	65	-	35	-	-	
	24	4	4	54	33	9	-	100	-	96	-	4	-	41	21	38	-	4	
	14	7	21	57	22	-	50	50	-	92	-	8	-	79	14	-	7	21	
MIDDAGETE:																			
	43	-	-	21	58	21	49	51	-	84	-	16	-	3	16	81	-	7	
	24	-	-	-	67	33	58	42	-	96	-	4	-	-	21	79	-	3	
	14	-	-	22	71	7	86	14	-	79	-	21	-	-	36	64	-	21	
Vroue tuis																			
	43	-	-	7	16	72	12	44	44	74	2	19	5	-	12	60	28	7	
	24	-	-	-	8	88	-	58	42	92	-	8	-	-	17	54	29	12	
	14	-	-	7	36	57	50	36	14	72	-	21	7	-	29	64	7	43	

* 1 eenheid gelykstaande aan 1 sny brood.
 ** 1 eenheid gelykstaande aan ½ kopie melk

Tabel XL1 Die gemiddelde inname van die 6 basiese voedsels

Groep	Tydperk	Graan- produkte	Melk	Proteïen	Groente en vrugte	Suikers	Vette
Mans, hostelstudente	Totale week	10,14	3,91	4,00	3,62	7,55	8,64
	Weeksdae	10,26	3,96	4,19	3,55	7,59	8,73
	Naweeksdade	9,90	3,81	3,47	3,76	7,43	8,44
Mans, tuis-studente	Totale week	8,70	2,83	4,65	5,33	7,56	7,08
	Weeksdae	9,02	2,80	4,03	4,70	7,50	7,15
	Naweeksdade	8,11	2,84	6,31	6,85	7,15	6,88
Mans, loseerders	Totale week	9,41	2,84	5,03	4,56	7,41	7,00
	Weeksdae	9,52	2,81	4,80	4,31	7,38	7,05
	Naweeksdade	9,24	3,14	5,62	5,21	7,48	6,90
Vroue, hostelstudente	Totale week	5,46	3,95	3,07	3,99	6,58	6,46
	Weeksdae	5,52	3,99	3,00	3,96	6,34	6,40
	Naweeksdade	5,34	3,86	3,26	4,05	7,13	6,60
Vroue, tuis-studente	Totale week	5,60	2,93	4,01	4,75	9,13	5,97
	Weeksdae	5,75	2,94	3,53	4,31	9,21	5,94
	Naweeksdade	5,25	2,88	5,23	5,76	8,95	6,04

Tabel XLII

Somatomotrisie besonde-rhude en nutritiemnames van die proefgroepe

Groepe	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë	Proteïen		V e t		Kalium (mg)	Yster (mg)	Vitamiën A (IE)	Thiamien (mg)	Riboflaviën (mg)	Niasien (mg)	Vitamiën C (mg)		
					Dierlik (g)	Plant- aardig (g)	Totaal (g)	\$								Kalorieë	
Mans:																	
Aanbevole inname- waarde				20-25	61,9	2650		65	73,6	25	700	9,0	4000	1,00	1,60	1,50	40,0
A. Hostelstudente:																	
Gemiddeld	19,5	171,2	58,0	2659	36,0	37,3	73,3	101,5	34,4	791	12,7	3892	1,02	1,44	13,8	44,1	
Standaard- afwyking	1,9	5,1	6,8	452			16,3	16,3	19,2	204	3,5	989	0,25	0,34	3,8	18,5	
Betekenisvolle verskil	-			-			-	Meer		-	Meer	-	-	-	-	-	
B. Tuis-studente:																	
Gemiddeld	21,3	173,0	59,0	2517	37,6	34,7	72,3	90,1	32,2	665	14,1	4474	1,07	1,38	15,4	62,8	
Standaard- afwyking	2,4	5,8	9,5	645			17,1	24,9	223	3,8	1893	0,29	0,39	4,2	32,0		
Betekenisvolle verskil	Ouer			-			Meer	Meer		-	Meer	-	-	Minder	-	Meer	
C. Losseer- studente:																	
Gemiddeld	19,9	172,7	59,7	2553	38,6	36,7	75,3	92,2	32,5	670	14,1	4016	1,06	1,38	15,8	53,9	
Standaard- afwyking	1,7	6,6	8,6	478			17,7	21,4	241	3,4	1445	0,26	0,41	3,9	25,4		
Betekenisvolle verskil	-			-			Meer	Meer		-	Meer	-	-	Minder	-	Meer	
Vroue:																	
Aanbevole inname- waarde				20-25	52,3	2150		55	59,7	25	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0
A. Hostelstudente:																	
Gemiddeld	19,1	158,5	48,2	2046	32,1	24,7	58,6	80,2	35,3	739	9,8	3859	0,89	1,31	10,6	44,3	
Standaard- afwyking	1,1	5,1	5,8	447			15,5	15,1	309	2,8	1313	0,23	0,45	2,9	23,2		
Betekenisvolle verskil	-			-			-	Meer		-	Minder	-	-	-	-		
B. Tuis-studente:																	
Gemiddeld	19,1	161,0	45,4	2242	34,4	25,5	59,9	77,4	31,1	621	11,3	3967	0,87	1,24	12,6	55,2	
Standaard- afwyking	1,4	5,8	5,5	524			19,8	25,3	332	3,1	1275	0,24	0,49	3,9	19,9		
Betekenisvolle verskil	-			-			-	Meer		-	-	-	-	-	-	Meer	

Tabel XLIII Die vergelyking van nutrieninames tussen die verskillende proefgroepe

G r o e p	Kalorieë	Proteïn (g)	Vet (g)	Kalsium (mg)	Yster (mg)	Vitamine A (IE)	Flavien (mg)	Riboflavin (mg)	Niasien (mg)	Vitamine C (mg)
<u>Mans:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2686	75,0	103,5	803	12,9	3870	1,03	1,47	14,2	43,2
SA	465	18,2	19,2	203	3,9	1059	0,28	0,35	4,4	19,8
Naweeksdade : Gemiddeld	2571	69,1	96,5	769	12,2	3926	0,99	1,39	12,9	45,5
SA	464	15,0	21,0	217	3,1	1006	0,24	0,34	3,4	20,2
Betekenisvolle verskil	Meer	-	Meer	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2449	67,8	86,6	644	13,1	4099	1,00	1,29	14,0	55,4
SA	621	16,4	24,2	220	3,6	1795	0,27	0,37	4,1	31,1
Naweeksdade : Gemiddeld	2662	83,9	98,1	709	16,8	5291	1,23	1,59	19,0	79,7
SA	810	27,4	34,0	334	5,4	2533	0,40	0,60	6,4	43,4
Betekenisvolle verskil	Minder	Minder	Minder	-	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder
<u>C. Losseerter-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2509	27,3	90,3	653	13,7	3854	1,03	1,34	15,3	51,0
SA	498	20,0	22,1	218	3,8	1412	0,29	0,42	4,5	25,4
Naweeksdade : Gemiddeld	2638	79,2	94,5	673	15,2	4346	1,13	1,45	17,2	61,0
SA	664	26,7	30,2	437	4,3	1837	0,33	0,64	5,5	33,1
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>Vroue:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2025	56,6	79,7	744	9,7	3845	0,87	1,36	10,5	48,0
SA	480	14,8	14,7	324	2,5	1383	0,22	0,46	2,4	23,4
Naweeksdade : Gemiddeld	2095	57,5	81,7	729	10,0	3890	0,81	1,31	10,9	48,9
SA	512	17,8	17,0	293	3,9	1537	0,26	0,44	4,4	30,3
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2205	56,5	74,9	611	10,6	3761	0,83	1,18	11,6	51,0
SA	551	18,3	25,5	356	2,6	1192	0,21	0,49	3,4	18,0
Naweeksdade : Gemiddeld	2357	68,3	85,2	649	13,3	4582	0,99	1,39	15,3	67,3
SA	564	26,3	30,0	336	4,6	1836	0,33	0,56	5,8	33,1
Betekenisvolle verskil	-	Minder	-	-	Minder	-	-	-	-	-

Tabel XLV Die gemiddelde dagelijkse kalorie- en nutrientinname van 11 manlike studente

Proefpersoon	Kalorieë											
	Verbruik (kkal/dag)	Inname (kkal/dag)	Protein (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamen C (mg/dag)
Y. K.	2846	2236	54	68	373	573	10,35	3351	2,54	1,29	7,85	139,1
C. S.	2178	1785	57	64	100	754	10,38	2395	0,69	1,68	9,19	26,1
O. I. A	2458	2556	43	85	302	439	10,81	3423	0,99	1,11	9,95	10,5
M. S. M.	2249	1856	123	69	239	781	12,13	2584	3,20	1,54	10,47	21,5
J. V. M.	2103	1285	43	45	192	432	9,89	1819	1,08	0,99	4,33	28,3
S. A. K.	2548	1857	61	76	230	347	9,98	2832	1,14	1,56	8,62	43,6
A. E.	2746	2002	60	66	298	548	13,05	4335	0,86	1,09	10,21	64,2
M. I. K.	2143	2294	60	70	344	648	29,41	2603	1,23	1,48	12,34	95,3
S. S.	2172	2807	70	56	237	473	10,53	2237	0,75	2,46	14,29	29,3
S. U.	3024	2244	73	85	320	1099	16,66	5786	1,19	2,73	12,40	32,2
D. M. C.	3024	1457	61	55	204	651	11,69	4198	0,69	1,65	12,90	72,7
Gemiddeld	2410	2043	64	67	258	613	13,17	3233	1,31	1,59	10,20	51,1
Aanbevole inname- waarde*	3000	65	700	9,0	4000	1,0	1,6	15	40			

* Nasionale Voedingsraad (1956)

Tabel XLVI Die gemiddelde daaglikse tydbesteding aan aktiwiteite en die energieverbruik van 11 manlike studente

Proef- persoon	Slaap en in leende posisie		Sit (ontspanne posisie)		Sit (besig)		Staan (besig)		Stap (leie pas)		Was en aantrek		Trape klom		Ontspanning		Totale energieverbruik (kcal/dag)	
	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	Bereaal	Bereken
Y.K.	39,2	592	11,9	258	25,4	569	9,4	243	11,4	705	2,7	117	-	-	-	-	2436	2102
C.S.	54,8	855	3,3	65	27,4	605	2,8	83	10,0	456	1,4	80	0,1	10	0,2	21	2178	2541
O.I.A.	39,1	544	21,0	456	11,4	262	10,8	277	14,1	744	1,3	62	-	-	2,3	110	2358	3253
M.S.M.	33,4	521	15,3	269	27,2	570	9,4	238	11,3	528	2,8	77	-	-	0,6	43	2249	2830
J.V.M.	31,9	460	18,6	293	18,5	399	12,2	227	13,1	548	3,4	70	2,2	99	0,1	6	2103	2425
S.A.K.	30,2	373	5,5	89	33,6	788	11,8	289	14,9	700	1,9	92	-	-	2,1	22	2548	2516
A.E.	31,1	448	7,2	133	33,9	732	4,4	102	17,3	684	4,5	162	1,6	138	-	-	2401	2471
M.I.K.	36,0	550	12,9	249	19,9	416	2,7	61	23,1	1,308	4,9	110	0,4	42	0,1	9	2746	2486
S.S.	36,6	551	19,2	321	23,0	398	10,3	210	9,7	420	0,8	22	-	-	0,4	18	2143	2489
S.U.	30,3	381	8,3	160	39,0	784	12,5	271	7,6	494	1,7	38	0,6	42	-	-	2172	2253
D.M.C.	40,8	651	8,6	182	22,0	627	2,0	64	25,2	1,419	1,3	62	0,1	8	-	-	3024	2972
Gemiddelde	36,7	538,7	12,0	225	25,6	559,1	8,0	187,7	14,3	727,8	2,4	81,1	0,5	30,8	0,5	39,2	2410	2490

Tabel XLVII
Besonderhede met betrekking tot die geslag, ouderom, huwelikstaat, lengte, gewig, godsdiensooruiging, taal en beroep van kinders van diabetiese ouers

Proefpersoon nr.	Familie nr.	Individu nr.	Geslag	Ouderom (jaar)	Huwelik- staat	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Vetsug	Godsdienst- ooruiging	Taal	Beroep
1	33	298	V	16	Ongetroud	164	92,88	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
2	9	239	V	20	Ongetroud	152	65,77	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
3	33	316	V	33	Getroud	159	79,37	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
4	95	254	V	17	Ongetroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
5	85	312	V	40	Getroud	161	87,54	+	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
6	219	235	V	30	Getroud	161	86,63	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
7	25	383	V	49	Getroud	160	80,28	++	Moslem	Urdu	Huisvrou Nie-diabetes
8	85	387	V	30	Getroud	168	75,29	+	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
9	37	274	V	37	Getroud	157	72,57	++	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
10	33	299	V	29	Ongetroud	162	59,42	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
11	33	297	V	28	Geskei	152	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
12	22	321	V	24	Getroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
13	205	400	M	40	Getroud	165	90,26	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
14	95	284	M	35	Getroud	161	68,03	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
15	22	317	M	34	Getroud	180	78,92	-	Hindoe	Hindi	Handelaar Diabetes
16	101	345	M	15	Ongetroud	170	65,31	-	Moslem	Ojjerati	Skooler Diabetes
17	189	342	M	19	Ongetroud	171	90,71	++	Moslem	Urdu	Werkloos Nie-diabetes
18	33	306	M	34	Getroud	177	73,48	-	Hindoe	Hindi	Operateur (skoenfabriek) Nie-diabetes
19	33	307	M	31	Getroud	171	67,13	-	Hindoe	Hindi	Hotellener Nie-diabetes
20	85	279	M	33	Getroud	184	75,75	-	Hindoe	Tamil	Onderyser Nie-diabetes

Label XLVIII Die kliniese beeld van die proefpersone

Proefpersoon nr.	Glukose-toleransietoets (mg/100 ml)			Glykoseurie			Proteinurie	Bloeddruk (mm Hg)	Hemo-globien (g/100 ml)	Bloed-groep	Hart	Long	Diagnose	Taslag
	Vastend	1 uur	2 ure	Vastend	1 uur	2 ure								
1	227	408	300	Spoor	+++	+++	++	150/102/98	10,5	O	Normal	Normal	Diabetes	V
2	196	240	246	0	0	0	Nul	110/70/62	13,9	B	Normal	Normal	Diabetes	V
3	170	300	162	0	+	+	Nul	140/120/110	14,4	O	Normal	Normal	Diabetes	V
4	112	240	210	0	+	+++	Nul	80/34/30	13,6	O	Normal	Normal	Diabetes	V
5	136	240	182	0	0	0	+	120/70/62	11,5	B	Normal	Normal	Diabetes	V
6	114	147	114	Spoor	0	0	Nul	105/65/58	-	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
7	85	168	112	0	0	0	Spoor	125/90/85	12,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
8	88	130	96	0	0	0	++	-	13,5	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
9	107	113	113	0	0	0	Nul	100/78/70	13,9		Normal	Normal	Nie-diabetes	V
10	125	148	125	0	0	0	Nul	125/82/78	13,7	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
11	107	160	121	0	0	0	Nul	130/90/75	11,4	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
12	94	137	100	0	0	0	Nul	100/70/60	10,9	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
13	244	384	282	+++	+++	+++	+++	180/120/110	17,1	B	Normal	Normal	Diabetes	M
14	127	300	210	0	++	++	Nul	Vet arm 120/72/68	17,1	O	Normal	Normal	Diabetes	M
15	77	201	176	0	0	0	Nul	105/86/70	14,0	O	Normal	Normal	Diabetes	M
16	125	207	153	0	0	0	Nul	115/80/70	14,6	B	Normal	Normal	Diabetes	M
17	100	116	106	0	0	0	Nul	105/70/58	15,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
18	112	171	105	0	0	0	+	125/100/90	17,8	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
19	162	144	117	0	0	0	Nul	95/70/60	16,3	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
20	117	142	80	0	+	Spoor	Nul	140/80/72	16,2	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M

Tabel XLIX Die gemiddelde daaglikse nutriëntinnames van vroulike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kkaal/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiënsuur (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kaalsium (mg/dag)
1	Diabetes 2253 (1767)	335 (311)	58 (52)	76 (35)	3542 (3966)	1,38 (1,20)	15,03 (13,77)	0,85 (0,86)	27,27	18,82 (16,66)	372 (443)
2	Diabetes 1020 (681)	141 (100)	35 (32)	32 (17)	2255 (1015)	0,51 (0,73)	7,20 (6,9)	0,50 (0,71)	20,16	9,44 (13,02)	334 (239)
3	Diabetes 2571 (1634)	393 (302)	69 (57)	76 (22)	4706 (1783)	1,28 (0,81)	15,90 (6,9)	1,54 (0,84)	12,79	19,25 (22,14)	412 (453)
4	Diabetes 1563 (1576)	202 (251)	47 (36)	57 (48)	5110 (3100)	0,71 (0,53)	7,54 (8,4)	1,16 (1,06)	14,22	9,82 (14,41)	405 (395)
5	Diabetes 1386 (1204)	201 (205)	40 (42)	44 (24)	3234 (4666)	0,72 (0,83)	6,50 (9,1)	0,75 (0,78)	34,20	12,55 (15,63)	357 (457)
Gemiddelde	1759 (1372)	254 (234)	50 (44)	57 (29)	3769 (2906)	0,92 (0,83)	10,43 (9,1)	0,96 (0,85)	21,73	13,58 (16,38)	376 (437)
6	Me- diabetes 1846 (1734)	282 (291)	59 (57)	54 (38)	3959 (2083)	0,82 (1,14)	10,37 (11,61)	1,49 (0,81)	21,45	14,05 (21,87)	442 (412)
7	Me- diabetes 1388 (1303)	256 (265)	30 (36)	26 (11)	2539 (1486)	0,50 (0,78)	4,62 (6,0)	0,37 (0,52)	6,92	6,79 (10,78)	223 (201)
8	Me- diabetes 1526 (1619)	233 (250)	50 (49)	47 (47)	6375 (3233)	0,63 (0,85)	8,35 (10,2)	0,96 (0,87)	31,83	12,29 (13,68)	469 (500)
9	Me- diabetes 1376 (1305)	195 (223)	40 (38)	48 (29)	1935 (3467)	0,68 (0,82)	7,37 (4,5)	0,77 (0,75)	19,20	12,75 (10,50)	356 (374)
10	Me- diabetes 2311 (1352)	328 (237)	63 (65)	84 (16)	5438 (2850)	1,42 (1,17)	19,38 (13,5)	1,39 (0,78)	21,26	19,12 (24,30)	395 (546)
11	Me- diabetes 1695 (1652)	216 (229)	59 (58)	66 (56)	3243 (3733)	0,72 (0,82)	8,44 (9,2)	0,94 (1,11)	29,55	12,89 (17,01)	328 (516)
12	Me- diabetes 2647 (1875)	362 (348)	75 (60)	99 (27)	4512 (1700)	1,45 (1,30)	23,68 (13,1)	2,31 (1,91)	15,64	20,88 (18,31)	417 (517)
Gemiddelde	1827 (1548)	267 (163)	54 (52)	61 (32)	4000 (2650)	0,89 (0,89)	11,74 (9,7)	1,18 (0,86)	20,84	14,11 (16,64)	376 (438)
Aanbevole standaard Nasionale Voedings- raad (1956): Sitteend			65		4000	0,17	12,0	1,6	40	9	700
Totaal vir alle proefpersone : Manlik en vroulik	1793 (1460)	261 (249)	52 (48)	59 (31)	3885 (2778)	0,91 (0,86)	11,09 (9,41)	1,07 (0,86)	21,29	1385 (16,51)	376 (438)

Tabel L Die gemiddelde daagelijkse nutrientinname van manlike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kcal/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiensuur (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kalsium (mg/dag)
13	Diabetics 1466 (1515)	205 (220)	61 (62)	47 (43)	3542 (3966)	0,65 (0,74)	8,15 (8,1)	0,96 (0,74)	26,85	9,54 (7,24)	403 (458)
14	Diabetics 1864 (1938)	302 (337)	59 (62)	47 (38)	2255 (1015)	1,41 (1,41)	15,05 (12,5)	0,85 (1,00)	13,59	15,65 (20,21)	389 (560)
15	Diabetics 2105 (2138)	292 (309)	75 (95)	66 (58)	4706 (1783)	1,14 (1,23)	12,10 (16,7)	1,22 (1,31)	42,02	16,24 (19,48)	504 (536)
16	Diabetics 1891 (1859)	266 (278)	55 (54)	69 (59)	5110 (3100)	0,89 (0,84)	11,31 (10,7)	0,88 (0,67)	42,79	14,22 (15,41)	477 (530)
Gemiddelde											
	1832 (1865)	266 (286)	63 (68)	57 (50)	5455 (3591)	1,03 (1,10)	11,65 (12,0)	0,98 (0,93)	31,31	13,91 (15,59)	443 (521)
17	Me- diabetics 1165 (1020)	144 (197)	34 (31)	27 (12)	1535 (636)	0,79 (0,88)	6,19 (6,6)	0,47 (0,31)	3,37	8,88 (11,30)	256 (188)
18	Me- diabetics 2723 (2082)	396 (386)	70 (58)	71 (34)	3670 (3850)	1,13 (1,56)	14,99 (10,6)	2,59 (1,00)	51,28	22,91 (17,73)	405 (497)
19	Me- diabetics 2518 (1613)	389 (294)	69 (53)	66 (25)	3068 (3233)	1,10 (1,39)	9,75 (8,0)	1,07 (0,82)	16,15	15,45 (20,89)	450 (361)
20	Me- diabetics 1655 (1839)	288 (247)	55 (80)	40 (59)	4256 (2650)	0,79 (0,70)	8,53 (10,5)	0,93 (0,78)	37,74	10,78 (16,13)	395 (709)
Gemiddelde											
	2015 (1639)	317 (281)	57 (56)	51 (33)	3132 (2592)	0,95 (1,13)	9,87 (8,9)	1,27 (0,73)	27,14	15,26 (16,51)	377 (444)
Aanbevole standaardie Nasionale Voedings- raad (1956)											
1)	Sittend 2300		65		4000	1,0	15	1,6	40	9	700
11)	Matig aktief 3000		65		4000	0,7	11	1,4	40	12	600
Totaal vir alle proef- persone: Manlik en 1924 (1752)											
Vroulik		292 (284)	60 (62)	54 (42)	4294 (3092)	0,99 (1,12)	10,76 (10,5)	1,13 (0,5)	29,23	14,59 (16,05)	410 (473)

Tabel LIII Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van Chatsworth-Indiërs uitgedruk in terme van ouderdom

Sukrosp _F -inname (g/dag)	O u d e r d o m (j a a r)											
	6	6-8	9-11	12-14	15-18	19-21	22-25	26-30	31-40	41-50	50	
Mans	21,2	25,5	22,7	28,2	30,9	39,4	40,0	39,9	38,4	22,6	43,9	
Vroue	20,0	19,1	23,6	23,6	22,5	27,6	33,2	45,7	32,8	28,2	28,3	

Tabel LIV Die gemiddelde persentasie tyd wat daaglik aan aktiwiteite bestee was

Groep	Geslag	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweeg rond		Stap (eie pas)		Werk (beroep)		Ontspanning	
		% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
Diabeties	Vroulik	38,1	625	15,8	293	1,2	32	22,6	484	6,6	262	15,5	869	0,2	17	-	-
	Manlik	38,7	686	25,9	528	3,7	112	14,5	318	4,5	227	12,4	727	-	-	35	35
Nie-diabeties	Vroulik	37,3	616	17,9	316	3,1	79	15,3	309	10,5	372	15,9	851	-	-	-	-
	Manlik	37,9	689	21,2	430	5,4	119	14,0	343	1,2	32	12,6	744	6,7	620	1,0	55

Tabel LV Die aktiwiteitspatroon van 6 lede van gesin 33

Proefpersoonnummer	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Stande (besig)		Stande en beweë rond		Slap		werk (beroep)		Ontspanning	
	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
1	39,7	732	13,3	265	1,5	42	14,1	345	17,9	748	13,3	626	-	-	-	-
3	39,8	663	15,1	266	3,5	97	5,6	115	4,2	150	32,1	1504	1,2	15	-	-
10	34,1	488	18,8	310	2,9	80	14,3	232	17,7	637	12,2	557	-	-	-	-
11	41,1	693	18,8	327	2,1	51	22,9	452	3,9	156	10,9	565	-	-	-	-
13	36,1	641	21,1	423	-	-	30,1	716	-	-	2,5	456	4,2	201	-	-
19	36,2	604	21,9	438	0,6	19	18,8	221	-	-	10,4	535	22,5	1579	-	-

Tabel LVI
Vergelykende waardes tussen maksimale suurstofopname-kapasiteit van mans-
en vroue Indierstudiante en waardes uit vergelykende studies

	Suid-Afrikaanse Indiers	Suid-Afrikaanse Blankes	Suid-Afrikaanse Bantoes	Sweedse jong mans goed ge-oefen	Amerikaanse mans (Blank)	Noorweegse studente	Amerikaanse studente	Sweedse Huisvroue
	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)	(f)	(g)	(h)
Ouderdoms-groep (jaar)	21-25 (18-23)	19-24	Jong Volwas-senes	20-29	18-24	23, 4 (22, 6)	17-22	20-29
Maksimale suurstofkapaiteit (l/min.)	2,35 (1,51)	3,15	2,12	4,19	-	3,20 (2,30)	(1,78)	(2,23)
Maksimale suurstofkapaiteit (ml/kg/min.)	41,0 (32,3)	47,2	36,2	52,2	39,2-40,0	44,0 (38,0)	(29,8)	(39,9)

(a) De Waal en Booyens (1971)
 (b)(c) Wyndham en Heyns (1969)
 (d)(h) Astrand (1960)

(e) Hansen et al. (1967)
 (f) Hermansen en Andersen (1965)
 (g) Michael en Harvath (1965)

Die waardes in hakies () dui vroulike proefpersone aan

Tabel XII Die gemiddelde daaglikse nutrientinname van seuns 16 - 20 jaar oud

Individue nr.	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë (k kal)	Proteïen Dierlik Plantaardig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalسيوم (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	
A 8	16	161,6	45,22	1895	19,6	14,5	52,1	305,8	439,1	870,1	16,8	6834,3	1,55	1,63	14,8	92,3
B 14	19	153,6	48,06	1320	10,7	25,3	33,2	295,9	355,9	571,7	11,5	1867,2	0,66	0,68	7,4	34,7
H 53	20	168,0	60,70	2575	13,5	44,8	75,6	418,4	414,7	1079,6	21,5	4231,9	1,68	0,87	18,0	40,7
L 74	17	163,5	40,22	1080	8,7	21,6	14,76	206,0	184,3	437,5	10,1	846,1	0,78	0,46	7,5	14,0
Q 100	18	155,4	59,77	1836	15,7	27,9	31,70	255,0	370,8	790,7	10,7	1931,4	1,72	0,43	16,5	32,3
Gemiddeld	18	160,4	50,79	1741,3	13,7	26,8	41,5	296,2	353,0	749,9	14,1	3142,1	1,28	0,81	12,6	42,5
Aanbevole minimum daaglikse dieetstandaarde				3700	90			1300		15	4000	15,00	4,3	15,00	40	

Tab. 1 XII Duur gemiddelde daagelijkse nutriënt-inname van volwassen man

Individuele nr.	Beroep	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewicht (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne (g/dag)	Plantarig (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalium (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Ysterv (mg/dag)	Vitamine A (i.u./dag)	Vitamine B (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamine C (mg/dag)	
A 1	Skoonmaker	58	162,7	51,73	2311	25,6	36,9	72,2	373,0	477,1	1144,5	22,7	744,4	1,50	2,22	36,7	47,3	
A 2	Arbeider	28	170,3	51,05	1164	15,1	25,7	52,2	270,7	346,1	772,1	16,2	6245,3	1,11	1,11	16,2	21,5	
B 11	Masjienoperator	58	163,2	59,43	1865	8,7	40,8	34,4	337,8	355,7	786,1	12,0	3061,9	1,36	0,53	14,7	48,3	
B 13	Molsorteerder	26	160,3	64,43	1711	13,9	32,6	43,3	272,0	349,4	777,2	14,8	3305,5	1,23	0,77	14,0	46,2	
C 12	Klerk	64	165,1	63,01	2743	12,0	34,2	35,6	259,0	340,6	800,6	15,6	3379,7	1,13	0,49	13,5	40,4	
C 20	Werkloos	35	154,1	44,43	1539	17,2	29,3	36,5	245,0	329,8	1414,8	12,0	3962,6	1,17	0,38	13,0	24,5	
C 24	Klerk	53	164,0	59,65	1498	19,3	26,1	31,0	259,5	347,6	717,3	12,1	3044,2	0,62	0,76	10,5	14,6	
E 29	Arbeider	30	170,5	57,10	1397	0,8	21,6	28,9	249,3	342,5	645,0	9,2	3656,8	0,57	0,64	11,6	21,7	
F 34	Swembad-arbeider	39	164,5	55,80	1440	10,8	29,0	41,2	218,3	259,4	667,2	11,2	4147,5	3,12	1,64	11,7	24,9	
F 36	Werkloos	39	163,9	61,19	1572	24,0	49,1	45,8	226,7	360,1	861,1	15,2	5195,7	0,73	1,15	14,2	37,1	
H 47	Arbeider	62	163,0	48,64	1745	19,7	28,2	39,1	295,4	554,3	929,5	15,6	2631,2	1,09	1,00	11,1	15,2	
H 49	Masjienist	35	164,9	63,24	1704	16,1	35,9	38,2	272,2	267,7	682,9	12,6	4907,1	1,22	0,72	12,2	22,8	
H 51	Verkoopsman	30	160,4	49,87	1363	24,4	22,6	34,3	219,5	303,8	582,9	10,7	3544,4	0,86	1,05	8,9	11,5	
H 52	Klerk	24	169,2	50,63	1350	14,7	22,0	30,7	232,4	431,6	677,1	11,5	11381,7	0,47	0,63	8,0	12,8	
I 56	Kelner	32	166,4	55,28	1961	41,7	20,3	55,0	272,5	990,4	1144,4	9,8	4265,9	1,03	1,50	9,3	21,3	
J 60	Werkloos	46	147,6	56,59	1452	4,4	27,4	29,3	261,0	223,9	463,8	12,2	567,1	0,45	0,35	7,0	17,3	
K 68	Werkloos	53	*	*	1104	3,3	24,6	20,7	202,4	171,1	326,6	14,3	1271,5	0,65	0,49	3,6	13,0	
L 72	Spinner	57	162,9	65,68	1902	5,2	47,1	22,8	370,1	258,0	572,9	29,6	925,5	0,90	0,64	9,4	16,1	
N 85	Arbeider	28	155,4	68,75	1496	10,0	26,8	48,5	215,7	342,1	721,0	13,5	3407,8	0,86	0,54	10,4	7,3	
O 89	Klerk	27	171,5	59,94	1012	19,2	13,1	14,9	186,3	189,2	610,9	9,3	887,3	0,68	0,84	9,3	9,7	
P 94	Arbeider	36	164,8	59,72	1612	11,3	38,0	39,9	263,4	326,9	778,4	15,4	2681,3	0,99	0,77	9,4	23,3	
R 102	Kelner	38	162,3	52,27	1848	23,8	25,5	70,5	268,8	354,3	748,0	12,8	9864,5	0,94	0,73	10,0	41,7	
S 108	Toonbankbediende	36	168,6	64,72	1050	9,3	22,2	16,5	193,1	278,2	515,5	8,7	983,0	2,87	0,47	6,5	15,6	
T 113	Klerk	32	167,6	57,33	1710	31,7	32,6	58,2	265,3	526,1	878,1	16,4	2049,1	0,71	1,31	12,0	33,6	
Gemiddeld		40,3	163,8	57,41	1606	45,1	39,2	260,1	361,1	761,2	14,1	3764,5	1,12	0,90	11,5	24,5		
Aanbevole minimum daaglikse dieetstandaarde:																		
	Sittend				2300	65				700			9,0	4000	0,8	1,60	12	40
	Matig aktief				3000	65				700			9,0	4000	1,0	1,60	15	40

* Persoon bediënd.

Tabel XIV Die gemiddelde dagelijkse nutriëntinnamen van volwassen vrouw

Individuele nr.	Beroep	Onderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewicht (kg)	Kalorieën (k kal)	Proteïne Dierlijk (g/dag)	Proteïne Plantaarlijk (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Kalسيوم (mg/dag)	Fosfor (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Vitaminen B1 (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)
A 2	Huisvrouw	45	148,8	65,00	1366	21,1	22,9	41,3	249,8	213,7	740,6	11,6	5346,4	0,92	1,57	16,2	16,1
A 4	Huisvrouw	21	157,0	43,08	1365	8,9	21,5	33,9	246,0	298,8	573,3	11,7	1424,2	0,89	0,72	11,1	41,2
A 5	Huisvrouw	23	150,8	50,45	1355	12,4	24,6	39,4	263,0	294,6	751,0	14,1	3707,1	1,29	1,35	7,1	36,7
B 12*	Klerk	42	146,5	58,29	990	8,5	19,4	16,3	184,0	218,3	496,4	8,0	2150,4	0,86	0,48	7,6	38,8
C 19	Huisvrouw	60	142,4	47,21	1049	8,3	17,7	23,9	180,9	231,8	471,4	7,7	2718,8	0,74	0,28	7,9	20,0
D 25	Huisvrouw	42	164,1	56,81	1322	18,3	13,3	27,6	226,1	265,1	614,8	10,7	2313,3	0,89	0,34	9,3	16,2
D 26	Verpleegster	21	164,8	48,52													
E 30	Huisvrouw	29	154,6	67,78	972	6,4	13,2	18,2	184,5	240,8	346,9	4,9	1950,5	0,78	0,34	5,2	35,3
F 35	Huisvrouw	35	153,5	70,80	1690	30,2	30,2	42,7	265,1	438,2	874,3	12,8	4164,7	1,44	1,54	15,8	22,6
G 40	Huisvrouw	33	139,4	28,75	776	5,1	11,6	15,4	128,9	159,1	271,9	4,5	1556,2	0,33	0,29	3,7	11,1
H 48*	Huisvrouw	55,5	144,3	80,22	1104	11,2	18,6	33,2	171,9	156,1	458,2	10,0	3311,5	0,65	0,47	8,4	16,5
H 50	Huisvrouw	23	157,8	55,28	1221	6,5	26,8	26,6	211,3	207,1	533,6	12,6	6514,0	0,79	0,41	8,7	24,8
I 57	Vasjieniste	38	144,2	48,98	1196	4,2	23,8	19,8	222,5	219,2	543,0	9,5	1554,9	0,91	0,49	8,9	16,7
J 61	Huisvrouw	39	147,6	56,59	1072	4,3	22,2	24,0	187,1	159,1	338,1	10,9	481,5	0,43	0,35	6,5	17,3
K 69	Huisvrouw	37	145,7	70,57	1479	3,2	36,2	27,0	270,4	159,4	445,6	19,7	2572,4	0,68	0,48	6,6	18,4
L 73	Huisvrouw	50	157,6	69,43	1026	8,4	21,1	15,9	190,0	167,6	399,8	11,3	944,3	0,67	0,46	7,4	12,4
M 78	Huisvrouw	41	148,3	60,80	1585	2,6	31,3	17,5	242,1	172,8	363,6	16,3	4731,9	0,58	0,41	1,2	30,1
N 86	Huisvrouw	25	149,9	72,50	1049	4,9	21,0	27,1	174,5	171,8	498,5	8,6	2719,1	0,69	0,35	6,7	3,5
O 90	Huisvrouw	25	155,1	46,82	1072	21,9	10,0	16,7	199,1	187,1	527,0	8,7	924,0	0,58	0,89	8,2	8,5
P 95	Huisvrouw	43	165,7	53,52	883	3,8	21,3	13,3	165,2	197,2	437,6	7,2	1110,7	0,63	0,51	8,0	18,9
Q 99	Huisvrouw	53	141,2	45,91	1927	24,1	29,6	47,0	236,0	489,8	933,5	11,8	1936,9	0,96	0,56	12,7	38,1
R 103	Huisvrouw	30	152,3	46,14	1689	12,4	27,1	43,3	263,7	335,8	665,7	10,7	6219,0	1,38	0,56	9,7	24,7
R 106	Pensioenaris	86			1884	14,0	29,7	57,5	286,7	382,2	770,3	13,8	6049,8	1,15	0,75	19,7	22,8
S 109	Huisvrouw	33	151,0	55,00	751	8,1	12,9	18,3	126,0	169,9	381,5	5,7	949,0	2,38	0,38	4,4	5,9
T 114	Huisvrouw	29	154,1	55,68	1538	23,8	25,1	36,5	230,5	374,8	746,1	12,3	3380,0	1,04	1,42	13,8	37,3
Gemiddeld			151,6	56,42	1265	33,5		28,4	212,7	246,3	594,3	10,6	2863,8	0,90	0,64	9,0	22,2
Aanbevolde dagelijkse minimum steekstaandaarde:		Sittend			2000	55				600		12	4000	0,7	1,4	11,0	40
		Wettig actief			2300	55				600		12	4000	0,8	1,4	12,0	

Tabel XV
Dieetstekorte gemeet teen die aanbevole minimum-daaglikse dieetstandaarde van die
Nasionale Voedingsraad (1956)

Onderdom (jaar)	% van aanbevole standaarde	Kalorie (%)	Proteïen (%)	Kalsium (%)	Yster (%)	Vitamine A (%)	Tiamien (%)	Riboflaavin (%)	Niasien (%)	Vitamine C (%)
1 - 3	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(2) 25,0 (5) 62,5 (1) 12,5	(7) 87,5 (1) 12,5	(8) 100,0	(3) 37,5 (2) 25,0 (3) 37,5	(3) 37,5 (2) 25,0 (1) 12,5 (2) 25,0	(1) 12,5 (1) 12,5 (3) 37,5 (3) 37,5	(7) 87,5 (1) 12,5	(3) 37,5 (2) 25,0 (2) 25,0 (1) 12,5	(6) 75,0 (2) 25,0
4 - 6	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(2) 16,7 (9) 75,0 (1) 8,3	(11) 91,7 (1) 8,3	(12) 100,0	(1) 8,3 (7) 58,3 (2) 16,6 (2) 16,6	(3) 25,0 (3) 25,0 (4) 33,3 (2) 16,6	(10) 83,4 (2) 16,6	(12) 100,0	(12) 100,0	(9) 75,0 (1) 8,3 (2) 16,6
7 - 10	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(4) 40,0 (5) 50,0 (1) 10,0	(5) 50,0 (3) 30,0 (1) 10,0 (1) 10,0	(10) 100,0	(2) 20,0 (2) 20,0 (3) 30,0 (3) 30,0	(4) 40,0 (2) 20,0 (1) 10,0 (3) 30,0	(5) 50,0 (2) 20,0 (3) 30,0	(7) 70,0 (1) 10,0 (2) 20,0	(3) 30,0 (3) 30,0 (2) 20,0 (2) 20,0	(7) 70,0 (2) 20,0 (1) 10,0
10 - 12	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(6) 54,6 (5) 45,4	(6) 54,6 (3) 27,3 (2) 18,1	(9) 81,9 (2) 18,1	(2) 18,1 (3) 27,3 (1) 9,1 (5) 45,4	(3) 27,3 (3) 27,3 (1) 9,1 (4) 36,3	(2) 18,1 (4) 36,5 (3) 27,3 (2) 18,1	(9) 81,9 (2) 18,1	(3) 27,3 (6) 54,6	(9) 81,9 (2) 18,1
13 - 15	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(8) 57,2 (6) 42,8	(8) 57,2 (6) 42,8	(14) 100,0	(6) 42,8 (5) 42,8 (5) 35,7 (3) 21,5	(6) 42,8 (5) 35,7 (1) 7,2 (2) 14,3	(1) 7,1 (8) 57,2 (4) 28,6 (1) 7,1	(14) 100,0	(6) 42,8 (6) 42,8 (2) 14,4	(6) 42,8 (5) 35,7 (3) 21,5
16 - 20	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(3) 33,3 (6) 66,7	(5) 55,6 (4) 44,4	(9) 100,0	(4) 44,4 (2) 22,2 (3) 33,4	(3) 33,4 (1) 11,1 (2) 22,2 (3) 33,3	(1) 11,1 (1) 11,1 (4) 44,4 (3) 33,4	(7) 77,8 (2) 22,2	(1) 11,1 (4) 44,4 (2) 22,4 (1) 11,1	(3) 33,3 (4) 44,5 (2) 22,2
Volwas- series	< 50 50 - 75 75 - 100 > 100	(8) 16,7 (27) 56,3 (11) 22,9 (2) 4,1	(12) 25,0 (22) 45,8 (12) 25,0 (2) 4,2	(35) 72,9 (8) 16,7 (4) 8,3 (1) 2,1	(3) 6,3 (5) 10,4 (10) 20,8 (30) 62,5	(15) 31,3 (8) 16,7 (10) 20,7 (15) 31,3	(1) 2,1 (3) 6,3 (11) 22,9 (33) 68,7	(31) 64,5 (9) 18,8 (3) 6,3 (5) 10,4	(5) 10,4 (13) 27,1 (17) 35,4 (13) 27,1	(21) 43,8 (11) 22,9 (11) 20,8 (6) 12,5

() Dit die getal proefpersone aan.

Tabel XVI Die gereeldheid van brood- en graanvoedselinnam

	Mielies		Kaffer- koring	Koring		Brood		Hawer	Gepolleeerde Rys		Rog	Sago	Onbyl-grangereg			
	Groen Meel	Rys	Pap	Wit- meel	Groen meel	Wit Bruin graan	Vol		Stoom behandelde	Wit			P/Toasties	R/vlokkies	Wheet-bix	Pro-nutro
Daaglikse %	-	20 25	-	5	-	90 35	-	5	60	10	-	-	-	-	-	5
Gereeld %	25	25 30	-	5	-	20 10	15	-	-	10	-	10	-	-	-	10
2 x week %	-	5	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-
1 x week %	10	15 10	-	5	-	5 5	-	-	15	-	-	-	-	-	-	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	65	35	10	85	5	5 10	10	5	10	55	-	55	15	5	5	5
Nooit %	-	- 35	90	- 95	-	35 80	80	95	10	25	100	40	85	95	95	80

Tabel XVII Die gereeldheid van koeke-, pastei- en ander graanvoedselinnamme

	Macaroni Spaghetti Beskuttjies Beskutt Skons Vetkoek Kluitjies Soetkoekies Ander								F e u l g e w a s s e				
									Droë bone	Droë ertjies	lensies	Ander	
Daaglikse %	-	-	15	-	5	-	-	-	-	5	5	-	-
Gereeld %	5	-	10	-	15	-	-	-	40	30	-	-	-
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	10	25	-	-	-
1 x week %	-	-	50	-	5	-	-	-	40	35	30	-	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	5	5	20	-	5	-	-	-	10	-	25	-	-
Nooit %	90	95	5	100	65	100	100	100	-	5	40	100	-

Tabel XVIII Die gereeldheid van vleisinname

	V A R S : R O U										K O U L				
	Bees	Skaap	Bok	Vark	Hoender	Wild	Wilde voëls	Ander	Ham	Polonie	Weense wors	Spek	Soutvleis	Ander	
Daaglikse %	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Gereeld %	-	10	10	5	15	-	-	-	-	-	5	5	-	-	
2 x week %	-	30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
1 x week %	-	50	5	-	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
2 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
1 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Selde %	20	5	20	5	60	-	-	-	-	5	5	5	15	-	
Nooit %	80	-	65	90	5	100	100	100	100	95	90	95	95	100	

Tabel XIX Die gereeldheid van melk- en suiwelprodukte innamc

	Vars melk	Suur melk	Vol- poetcr	Vars afgeroom	Suur afgeroom	Afgeroomde poetcr	Gekonsen- treer	Gekonden- seer	Milk	Ander	Eotter	Room	Kaas	Eiers
Daaglikse	30	-	5	5	-	-	-	70	30	-	70	-	10	10
Gereeld	10	25	-	-	5	-	-	5	5	-	10	-	10	35
2 x week	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	20
1 x week	15	5	-	-	-	-	-	-	15	-	5	-	5	25
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldc	30	-	-	-	-	-	-	20	20	-	10	-	30	10
Nooit	10	70	95	95	95	100	95	-	30	100	-	100	10	-

Tabel XX Die gereeldheid van afval- en visiname

	A F V A L										V I S						
	Lewer	Nier	Hart	Tong	Ingewande	Wors	Skaapkop	Vars:See	Vars:varswater	Gedroog	Gebak	Gerook	Kerrie	Elk			
Daaglikse %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Gereeld %	20	15	10	5	15	10	-	25	-	35	35	-	35	45			
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	10			
1 x week %	-	-	-	-	-	-	-	30	-	10	10	-	15	30			
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
1 x maand %	5	-	-	-	5	5	-	5	-	-	5	-	5	-			
Selde %	60	35	30	35	50	35	15	35	5	35	45	5	40	15			
Nooit %	15	50	60	60	30	50	85	5	95	15	5	95	5	-			

Tabel XXI Die gereeldheid van inname van neute, suiker, soetkosse, vette en olies

	N E U T E			SUIKER EN SOET-KOSSE							VETTE EN OLIES			
	Grondbone	Grondbone botter	Grondbone bladjang	Wit suiker	Bruin suiker	Stroop en konjyt	Leekers	Voeding	Jellie	Koeldrank	Margarien	Plantvet	Plantolie	Diervet
Daaglikse	-	-	-	100	-	5	45	-	-	5	-	5	100	10
Gereeld	15	-	-	-	-	15	25	-	-	15	-	40	-	-
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-
1 x week	-	-	5	-	-	10	10	-	-	25	-	15	-	-
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldse	50	20	-	-	-	45	15	20	35	25	30	20	-	-
Nooit	35	80	95	-	100	25	5	60	60	30	70	10	-	30

Tabel XXII

Die gereeldheid van inname van geurmiddels, speserye, kruie en smere

	GEURMIDDELS										FRUIT				SPECERYE				SMEER			
	Kerrie	Knoffel	Mosterd	Peper	Rooi peper	Gemmer	Droë rissies	Jeera	Mettie	Jelbary	Koljander	Groen uie	Kerrie-blare	Heut	Melktjie	Kaneel	Gemmer	Bovril	Boter	Marmite	Vi	Wiel
Maaglik x	100	95	30	10	5	50	40	25	10	-	25	-	45	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Dereid x	-	-	20	15	-	-	30	30	20	5	40	-	45	5	-	-	-	-	-	-	-	-
2 x week x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week x	-	-	5	5	-	10	20	10	10	10	10	10	-	-	10	15	-	-	10	-	-	-
2 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide x	-	-	25	30	-	10	10	15	20	-	15	15	10	-	-	10	10	-	-	-	-	-
Nooit x	-	-	20	40	25	-	-	10	10	10	-	10	-	-	-	10	10	10	-	-	-	-

Tabel XXII

Die gereeldheid van inname van geurmiddels, speserye, kruie en smere

	GEURMIDDELS										FRUIT				SPECERYE				SMEER			
	Kerrie	Knoffel	Mosterd	Peper	Rooi peper	Gemmer	Droë rissies	Jeera	Mettie	Jalapy	Koljander	Groen uie	Kerrie-blare	Heut	Melktjie	Kaneel	Gemmer	Bovril	Boter	Marmite	Vi	Wiel
Maaglik x	100	95	30	10	5	60	40	45	10	-	25	-	45	-	-	-	10	-	-	-	-	-
Dereid x	-	-	20	15	-	-	30	30	20	5	40	-	45	5	-	10	10	-	-	-	-	-
2 x week x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week x	-	-	5	5	-	10	20	10	10	10	10	10	-	-	10	15	-	-	10	-	-	-
2 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide x	-	-	25	30	-	10	10	15	20	-	15	15	10	-	-	10	10	-	-	-	-	-
Wool x	-	-	20	40	25	-	-	10	10	10	-	10	-	-	-	10	10	10	10	-	-	-

Tabel XXIII Die gereeldheid van inname van geursels, souse, suurtjies, sop en drank

	GEURSELS			SOUSE	SUURTJIES			S O P			D R A N K E					
	Vanilla	Suur- lemoen	Amandel		Tamatie	Worcester	Atchar	Blatjang	Suurrie	foeier	Blk	Ander	Spiritus	Bier	Vrugte	Koffie en kakao
Daaglik %	-	-	-	-	-	5	-	10	-	-	-	-	-	-	10	100
Gereeld %	-	-	-	-	-	5	30	45	-	-	-	15	5	10	20	-
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week %	-	-	-	10	5	-	5	10	-	-	-	10	10	-	15	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	20	-	-	15	15	15	30	35	-	-	-	35	30	35	5	-
Nooit %	80	100	100	75	80	75	35	-	95	100	100	40	55	55	50	-

Tabel XXIV

Inname van ander voedsel niet genoemd in tabellen XVI tot XXIII niet

	Megenom van kantien en kafee							Traditionele gerechte	Alte kosse	Anter
	Kerrie en rys	Vis en skyfies	Kerrie-Vis	Vleis-pastei	Hamburger	Toebroodjies	Kors-broodjie			
Daaglikse	-	-	-	-	-	-	-	50	-	-
Gereeld	-	10	-	5	-	-	-	70	-	-
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldse	10	25	5	15	-	30	-	-	-	-
Nooit	90	50	95	80	100	70	100	-	20	100

* Sal afsonderlik bespreek word

Tabel XXVI Somatometrische besonderheden van Chatsworth-seuws onder 18 jaar oud

Familie nr.	Onderdom (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i g (kg)		I r i s e s (mm)		Subskapulêr (mm)					
	(1)	(11)	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil			
A	16,0	17,3	161,6	167,7	6,1	45,2	53,5	8,3	4,3	5,0	0,7	5,5	6,3	0,8
B	13,8	15,7	141,5	156,5	15,0	33,5	44,7	11,2	5,9	7,0	1,1	6,2	7,6	1,4
D	14,8	16,6	160,5	169,5	9,0	37,7	41,4	3,7	4,1	4,6	0,5	4,0	4,6	0,6
E	4,1 0,2	5,9 2,0	100,5 57,6	Permanent by familie 84,7	27,1	16,5 5,6	12,1	6,5	12,1 5,8	7,6	1,8	6,9 3,1	14,6	11,5
F	11,1 9,5 7,5	12,9 11,3 9,3	135,6 130,5 116,4	145,2 139,6 126,4	9,6 9,1 10,0	26,7 24,3 18,1	32,5 32,4 23,8	5,8 5,7 5,7	5,6 6,2 3,9	9,3 10,0 7,0	3,7 3,8 3,1	4,0 5,3 2,6	5,0 6,0 5,0	1,0 0,7 2,4
G	13,3 11,7 10,1	15,2 13,5 11,9	134,0 118,1 124,0	150,4 128,1 133,7	16,4 10,0 9,7	26,1 19,7 22,4	34,8 23,7 25,7	8,7 4,0 3,3	4,9 7,3 3,3	6,0 8,7 5,6	1,1 1,4 2,3	3,1 3,3 2,5	6,0 5,0 4,3	2,9 1,7 1,3
H	2,1	3,9	98,4	99,8	1,4	11,1	13,1	2,0	4,0	8,6	4,6	8,1	3,6	-4,5
I	7,0 4,9	8,8 6,8	109,4 100,4	118,4 111,6	9,0 11,2	17,3 14,9	20,6 17,6	3,3 2,7	10,4 8,9	10,6 8,3	0,2 -0,6	4,0 3,5	5,3 4,0	1,3 0,5
J	13,8 9,5	15,7 11,3	136,3 111,2	150,5 130,4	14,1 19,2	30,6 24,8	39,1 27,9	8,5 3,1	9,3 5,6	7,3 7,0	-2,0 1,4	4,9 3,4	5,3 7,3	0,4 3,9
K	14,8	16,6	149,9	164,7	14,8	37,4	50,8	13,4	5,9	5,0	-0,9	4,0	5,6	1,6
L	16,7 14,0 12,4	Huiss verlaet 15,9 14,3	163,5 145,1 145,5	159,0 156,1	13,9 10,6	40,2 33,8 31,7	46,3 38,6	12,5 6,9	5,0 5,1 6,7	8,0 8,6	2,9 1,9	5,5 5,0 5,0	9,6 5,3	4,6 0,3
M	12,1 9,5 8,3 5,2 3,7	13,9 11,3 10,1 7,0 5,5	141,0 130,1 114,7 99,5 89,4	153,0 139,8 124,4 111,0 105,0	12,0 9,7 9,7 11,5 15,6	31,1 24,0 18,9 15,5 12,1	39,6 28,8 23,6 15,9 14,3	8,5 4,8 4,7 0,4 2,2	5,5 5,0 5,0 7,1 5,8	7,0 9,0 7,0 9,0 7,0	1,5 4,0 2,0 1,9 1,2	3,4 2,8 2,0 3,0 2,4	5,0 4,0 4,0 4,3 4,0	1,6 1,2 2,0 1,3 1,6
N	5,0	6,8	99,6	110,3	10,7	17,1	19,8	2,7	7,7	11,6	3,9	2,9	3,6	0,7
O	2,9 0,7	4,8 2,5	87,5 62,4	100,0 86,5	12,5 24,1	13,3 8,1	15,9 11,3	2,6 3,2	9,9 9,7	11,6 9,3	1,7 -0,4	5,0 4,3	5,3 3,0	0,3 -1,3
P	14,5 8,8	16,3 10,6	165,4 135,1	170,7 143,0	5,3 8,0	49,9 24,9	68,0 27,5	18,1 2,6	4,5 4,8	14,3 7,0	9,8 2,2	5,5 3,0	15,0 4,0	9,5 1,0
R	3,8 2,2	5,7 4,0	98,4 80,9	113,0 96,5	14,6 15,6	15,6 10,2	19,6 14,4	4,0 4,2	6,8 9,3	5,6 11,0	-1,2 1,7	3,2 4,9	4,0 4,6	0,8 -0,3
S	7,3 7,3 7,3	9,2 9,2 9,2	119,7 130,5 121,0	130,5 130,3	10,8 9,2	17,1 17,4	19,9 20,0	2,8 2,6	5,0 5,3	6,3 7,0	1,3 1,2	3,0 3,2	4,0 4,0	1,0 0,8
Gemiddelt	7,3	9,2	121,0	130,3	9,2	17,4	20,0	2,6	5,3	7,0	1,2	3,2	4,0	0,8

Table NVIII Somatometrie des besonde thede van Chatsworth-duffers onder 18 jaar oud

Facilie nr.	Categorie (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i c t (kg)		T r i c e p s (mm)		Subcapulær (mm)					
	(I)	(II)	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)	Verskil			
A	17,3 11,9 3,0	19,2 13,8 Huis verlaat	155,8 131,1 27,5	157,0 145,9	1,6 14,8	50,5 25,5 10,5	52,5 33,8	2,0 8,3	14,5 10,3 8,0	21,3 11,6	6,8 1,3 3,3	11,5 6,4 3,3	19,6 15,6	4,1 4,2
B	9,6 9,9	11,4 2,8	121,6 64,0	135,2 86,0	13,6 22,0	21,6 8,0	26,7 10,8	5,1 2,8	5,0 6,0	7,0 11,0	2,0 3,0	3,3 4,9	5,0 3,6	1,2 -1,3
C	14,3 10,9 5,1	16,1 12,8 6,9	146,8 126,0 96,0	152,4 135,2 105,6	5,6 9,2 9,6	33,4 21,7 13,2	38,2 25,9 15,8	4,8 4,2 2,6	5,0 6,5 5,7	8,3 9,0 6,3	3,3 2,5 0,6	5,1 4,1 3,3	7,5 5,6 3,0	2,5 1,5 -0,3
D	17,9	Huis verlaat	155,8		42,3	8,4						9,7		
E	5,2	7,0	108,0	120,7	12,7	16,5	21,6	5,1	10,2	10,0	-0,2	5,4	5,6	0,2
G	9,1 8,7 4,5	10,9 10,5 2,4	109,9 107,1 101,7	121,1 113,0 111,9	11,2 10,9 10,2	17,7 15,6 16,3	20,9 19,3 19,1	3,2 3,7 2,8	7,3 7,3 9,0	10,3 9,3 12,6	3,0 2,0 3,6	3,4 3,1 4,1	4,6 5,0 5,0	1,2 1,9 0,3
H	15,3	17,1	151,2	154,2	3,0	49,7	50,1	0,4	23,5	21,6	-1,9	12,7	11,3	-1,4
J	15,1 11,3 4,8	16,9 13,1 3,8	139,9 130,2 101,9	143,8 139,4 111,1	3,9 9,2 9,2	34,8 28,4 16,6	38,5 36,8 18,4	3,7 8,4 1,8	11,0 11,4 9,2	11,3 15,0 9,6	0,3 3,6 0,4	5,1 5,0 5,1	6,3 10,3 6,0	1,2 4,3 0,3
K	12,1	14,7	151,9	157,4	5,5	31,6	37,5	5,9	6,0	7,6	1,6	3,9	5,3	1,4
L	16,7	12,8	133,0	142,8	9,8	24,3	29,7	5,4	7,2	11,0	3,8	5,0	7,3	2,3
M	6,3	8,1	103,1	115,7	12,6	16,2	21,7	5,5	7,2	13,7	6,5	3,0	7,0	4,0
N	3,0	4,8	84,1	96,4	12,3	11,6	14,6	3,0	8,0	14,3	6,1	4,1	5,6	1,5
O	4,7	6,6	103,2	113,9	10,7	18,9	22,5	3,6	11,7	14,0	2,3	6,0	9,6	3,6
P	13,2	15,0	160,6	165,9	5,3	38,9	46,4	7,5	4,4	10,7	6,3	3,9	10,0	6,1
Q	15,5	17,3	146,9	146,9	0,0	42,1	43,8	1,7	9,9	14,6	4,7	8,2	18,3	10,1
R	17,1	Huis verlaat	156,6		42,7				8,0			6,0		
S	2,7	4,5	37,5	101,7	14,2	10,5	13,1	2,6	4,7	7,3	2,6	2,5	4,6	2,1
T	3,1	4,9	45,4	95,7	<u>19,3</u>	11,3	13,0	<u>1,7</u>	11,2	11,3	<u>0,1</u>	4,1	5,0	<u>0,2</u>
Gemiddeld											2,6			2,6

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesinsgrootte en inkomste

Huisgesin	Geta1 families in huis	Huisgesin- grootte	Geta1 werk- saam	N e r t n g	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige Inkomste	Totale Inkomste (R/week)	Geta1 werkloos	Geta1 skollere	Geta1 voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
A	2	10	3	Skoonmaker (Hoof) Tjulier (Vrou) Arbeider (seun)	8,00 3,00 13,00	-	-	24,00	3	3	1	2,40
B	2	7	3	Masjienoperateur (Hoof) Klerk (Vrou) Wolsorteerder (seun)	11,00 15,00 5,00			31,00		2	1	4,43
C	1	6	1	Kantoorassistent (Hoof)	7,50 Tydelik	7,50 Pensioen		15,00	1	2	1	2,50
D	1	5	3	Klerk (Hoof) Verpleegster (Vrou) Fabriekspakker (dogter)	8,00 11,00 5,00			24,00		1		4,80
E	1	5	1	Spoorwegarbeider (Hoof)	10,75			10,75			3	2,15
F	1	6	1	Swembad-arbeider (Hoof)	12,50			12,50	1	3		2,08
G	1	7				6,94 Indiërsake Huisvrou		6,94	1	6		0,99
H	2	9	4	Arbeider (Hoof) Operateur (Seun) Verkoopsagent (Seun) Klerk (Seun)	9,20 9,00 13,60 9,00			40,80	2	1	1	4,54
I	1	4	2	Keiner (Hoof) Masjinstste (Vrou)	12,00 5,00			17,00		1	1	4,25
J	1	8				6,50 (Hoof) Werk- loosheids- versekering		6,50	2	4	2	0,81
K	1	4			8,00 (Hoof) in- sake			8,00	2			2,00

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrooite en inkomste (vervolg)

Huisgesin in huis	Getal families	Huisgesin- grooite	Getal werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Getal werkloos	Getal skollere	Getal voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diërsake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diërsake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrooite en inkomste (vervolg)

Huisgesin in huis	Getaal families	Huisgesin- grooite	Getaal werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Getaal werkloos	Getaal skollere	Getaal voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diersake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diersake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Familie nommer		F O B S I													Totale uitname (R/week)								
Totale Inkomste (R/week)		Melk	Eier	Brood	Kruidentersware	Speserye	Groente	Vrugte	Suiker	Vet	Alkoholiese drank en sigarette	Klere	Huur en belasting	Water en elektrisiteit	Vervoer	Branstof in huis	Mediese onkoste	Assuransie	Opvoeding	Vermaak	Skool		
A	24,00	0,40	1,00	0,50	1,40	3,50	0,50	1,50	0,50	0,88	0,40	-	2,50	1,65	-	1,10:bus 3,00	0,10	0,63	0,50	2,50	0,50	-	
B	31,00	0,40	0,50	0,70	1,30	0,35	1,00	0,50	0,42	0,22	-	-	2,50	1,65	1,13	3,00:bus	0,10	0,25	1,00	0,04	-		
C	15,00	1,00	1,10	0,30	0,70	4,00	1,50	2,50	0,50	0,23	0,71	-	2,50	1,65	1,13	0,40:bus	0,05	0,25	0,50	0,11	-		
D	24,00	0,30	0,30	0,60	3,00	0,25	2,00	0,50	0,25	0,21	-	-	0,50	1,65	0,73	1,40:bus	0,10	0,25	0,50	-	-		
E	10,75	0,32	1,05	0,30	0,35	0,50	0,25	1,00	0,30	0,44	0,20	-	0,50	3,00	Ingesluit by huur	1,75:bus	0,10	-	1,00	-	-	Handels 4,35	
F	12,50	0,51	0,80	0,30	1,00	4,00	0,25	2,00	0,35	0,42	0,44	-	0,63	2,63	0,50	2,13:bus	0,05	0,50	-	0,13	0,13	-	
G	6,94	0,28	0,53	0,08	0,35	1,25	Ingesluit by kruidenters- ware	-	-	-	-	-	0,75	1,65	0,33	0,25:bus	0,20	0,15	-	0,44	-	-	
H	40,80	1,04	2,10	0,70	1,10	6,50	0,50	4,00	Ingesluit by groente	0,42	0,44	-	3,12	3,45	Ingesluit by huur	2,00:Motor 4,00:bus	0,05	0,63	1,52	0,50	-	Radio, stoof 3,75	
I	17,00	0,43	0,53	0,35	0,35	3,00	0,50	1,00	0,30	0,21	0,20	-	0,25	2,10	0,50	2,20:bus	0,20	1,25	-	0,10	-	13,47	
J	6,50	0,44	1,40	0,40	1,05	2,00	0,25	0,30	0,20	0,49	0,11	0,35	0,50	2,02	0,90	0,13:bus	-	0,15	-	0,04	-	Winkel 0,25	
K	8,00	0,32	1,40	0,40	0,40	2,00	0,13	0,40	0,20	0,35	0,11	0,50	0,50	2,52	0,35	0,15:bus	0,20	0,15	-	0,11	-	Stoof 1,01	
L	12,00	0,45	1,05	0,30	1,40	2,00	0,25	1,00	0,50	0,70	-	0,35	0,25	2,02	0,20	1,00:bus	0,40	0,10	0,35	0,10	-	12,42	
M	6,50	0,24	0,55	0,60	0,70	5,00	0,15	1,50	0,25	0,21	0,44	-	0,20	2,02	0,83	0,20:bus	0,05	-	-	-	-	12,94	
N	9,72	0,30	0,70	0,30	0,50	2,00	-	0,50	0,20	0,35	0,22	-	0,10	2,02	0,50	1,25:bus	0,10	0,06	-	-	-	Radio, bed 1,75	
O	11,42	0,23	0,70	0,15	0,35	1,75	-	0,35	0,15	0,25	0,22	-	0,40	2,52	Ingesluit by huur	1,25:bus	0,05	-	-	-	-	Klere, stoof 2,75	
P	11,88	0,05	1,00	0,08	0,63	4,00	-	1,00	Ingesluit by groente	0,35	-	-	0,45	2,17	0,63	1,50:bus	0,40	0,75	-	0,25	-	1,25 stoof & kamera	
Q	14,75	0,70	0,5	0,30	0,35	4,00	-	1,50	-	0,42	0,22	sigarette 1,54	0,60	2,02	0,50	1,20:bus	0,10	-	1,50	0,65	0,50	-	1,65

Label XXXIII:

Inkomste- en uitgawestaat van die 20 Chatsworth-huisgesinne (vervolg)

Familie nommer		V O E D S E L																														
Totale inkomste (R/week)																																
R	15,50	0,48	0,50	0,18	0,70	0,25	-	1,50	0,20	0,28	0,44	-	1,00	2,02	1,00	1,50:bus	-	0,75	-	-	-	-	1,50:bus	0,20	0,45	0,21	0,05	-	-	-	Radio 2,00	20,35
S	14,00	1,20	1,05	0,30	0,70	2,50	-	1,00	0,40	0,39	0,44	-	0,63	3,33	0,75	1,50:bus	0,20	0,45	0,21	0,05	-	-	3toof 1,50	16,60								
T	20,00	0,50	1,05	0,20	0,30	3,00	-	1,50	0,50	0,21	1,54	3,00	1,25	1,25	Ingesluit by huur	1,13:bus	0,05	0,25	-	-	-	-	Radio 2,00	17,73								
Gem.	15,61	0,52	1,09	0,34	0,68	3,42	1,55	0,37	0,33	0,29	0,79	2,78	1,63	0,14	0,33	0,34	0,28	0,06	1,29	16,23												

* Vir groente toegif op Saterdag

Tabel XXXV Hematologiese besonderhede van die proefpersone

Groep	Hemoglobien (g/100ml)	Polimorfe (%)	Differensiële Limfosiete (%)	Monosiete (%)	Seltelling Eosinofiele (%)	Basofiele (%)
Kinders onder 2 jaar (2)*	14, 1 (13, 5-14, 7)	18	67	4	10	1
Kinders 3-5 jaar (15)	13, 3 (11, 2-14, 4)	52 (22-68)	35 (18-70)	6 (3- 9)	7 (1-12)	1 (0-3)
Kinders 6-10 jaar (16)	13, 6 (10, 8-15, 2)	62 (39-80)	25 (9-49)	6 (1-10)	6 (3-12)	0 (0-1)
Kinders 11-15 jaar (21)	14, 2 (11, 5-16, 3)	59 (25-74)	28 (14-49)	5 (3- 9)	6 (2-20)	1 (0-2)
Seuns oor 16 jaar en mans (29)	16, 4 (11, 6-21, 0)	57 (32-75)	34 (14-56)	7 (3-12)	6 (2-16)	1 (0-2)
Dogters oor 16 jaar en vroue (30)	14, 3 (12, 4-18, 2)	56 (26-85)	33 (7-62)	5 (2- 8)	5 (1-12)	1 (0-2)

* Differensiële telling slegs op een gedoen
 () onder groep dui getal proefpersone aan
 () dui die variansie aan

Tabel XXXVIII Die nutriëntsamestelling van voedselseenhede : Eenheidberekening

Groep	Porsie	Kalorie (k kal)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
(a) Graankosse	1 eenheid	78	2,4	0,6	11	0,5	-	0,04	0,02	0,4	-
(b) Melk	1 eenheid	83	4,4	5,0	142	0,1	215	0,04	0,16	0,1	0,2
(c) Proteïen	1 eenheid	80	6,5	6,0	15	1,0	-	0,05	0,08	1,7	-
(d) Groente en vrugte	1 eenheid	51	1,6	-	18	0,9	566	0,07	0,06	6,7	11,3
(e) Suikers	1 eenheid	75	-	-	-	-	-	-	-	-	-
(f) Vette	1 eenheid	54	-	6,0	-	-	115*	-	-	-	-

Totaal	421	14,9	17,6	186	2,5	898	0,20	0,34	2,9	12,1
Totaal x 4	1684	59,6	70,4	744	10,0	3592	0,80	1,36	11,6	48,4

** Aanbevole inname-waarde: Mans	2650	65,0	73,6	700	9,0	4000	1,00	1,60	15,0	40,0
Vroue	2150	55,0	59,7	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0

* Dit word aangeneem dat botter een-helfte van die totale vet-inname daarstel.

** Suid-Afrikaanse Voedingsraad (1956). 'n Waarde wat die gemiddeld vir die inname-waardes vir persone wat 'sties matig aktief en siltien' werk verrig, is aangeneem.

Tabel XXXIX Die eenheidsbydrae van ontbyt en middagete tot die totale nutrient-inname met die uitsondering van hostelstudente

Getal studente	Mks %	Graankosse*					Tee/Koffie		M e l k**			Protein***				Vrugte			
		0 eenhede %	1 - 2 eenhede %	3 - 4 eenhede %	5 - 8 eenhede %	> 8 eenhede %	Nooit %	Ben- Twee- maal maal %	0 eenhede %	1 eenheid %	2 eenhede %	3 eenhede %	0 eenhede %	1 eenheid %	< 1 eenheid %		> 1 eenheid %		
	43	16	63	21	-	-	19	81	-	79	7	14	-	65	-	35	-	-	
	24	4	4	54	33	9	-	100	-	96	-	4	-	41	21	38	-	4	
	14	7	21	57	22	-	50	50	-	92	-	8	-	79	14	-	7	21	
MIDDAGETE:																			
	43	-	-	21	58	21	49	51	-	84	-	16	-	3	16	81	-	7	
	24	-	-	-	67	33	58	42	-	96	-	4	-	-	21	79	-	3	
	14	-	-	22	71	7	86	14	-	79	-	21	-	-	36	64	-	21	
ONTBYT/MIDDAG- ETE GESAMENTLIK:																			
	43	-	-	7	16	72	12	44	44	74	2	19	5	-	12	60	28	7	
	24	-	-	-	8	88	-	58	42	92	-	8	-	-	17	54	29	12	
	14	-	-	7	36	57	50	36	14	72	-	21	7	-	29	64	7	43	

* 1 eenheid gelykstaande aan 1 sny brood.
 ** 1 eenheid gelykstaande aan ½ kopie melk

Tabel XL1 Die gemiddelde inname van die 6 basiese voedsels

Groep	Tydperk	Graan- produkte	Melk	Proteïen	Groente en vrugte	Suikers	Vette
Mans, hostelstudente	Totale week	10,14	3,91	4,00	3,62	7,55	8,64
	Weeksdae	10,26	3,96	4,19	3,55	7,59	8,73
	Naweeksdae	9,90	3,81	3,47	3,76	7,43	8,44
Mans, tuis-studente	Totale week	8,70	2,83	4,65	5,33	7,56	7,08
	Weeksdae	9,02	2,80	4,03	4,70	7,50	7,15
	Naweeksdae	8,11	2,84	6,31	6,85	7,15	6,88
Mans, loseerders	Totale week	9,41	2,84	5,03	4,56	7,41	7,00
	Weeksdae	9,52	2,81	4,80	4,31	7,38	7,05
	Naweeksdae	9,24	3,14	5,62	5,21	7,48	6,90
Vroue, hostelstudente	Totale week	5,46	3,95	3,07	3,99	6,58	6,46
	Weeksdae	5,52	3,99	3,00	3,96	6,34	6,40
	Naweeksdae	5,34	3,86	3,26	4,05	7,13	6,60
Vroue, tuis-studente	Totale week	5,60	2,93	4,01	4,75	9,13	5,97
	Weeksdae	5,75	2,94	3,53	4,31	9,21	5,94
	Naweeksdae	5,25	2,88	5,23	5,76	8,95	6,04

Tabel XLII

Somatomotrisie besonde-rhude en nutritientnames van die proefgroepe

Groepe	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë	Proteïen		V e t		Kalسيوم (mg)	Yster (mg)	Vitamiën A (IE)	Thiamien (mg)	Riboflaviën (mg)	Niasien (mg)	Vitamiën C (mg)		
					Dierlik (g)	Plant- aardig (g)	Totaal (g)	\$								Kalorieë	
Mans:																	
Aanbevole inname- waarde				20-25	61,9	2650		65	73,6	25	700	9,0	4000	1,00	1,60	1,50	40,0
A. Hostelstudente:																	
Gemiddeld	19,5	171,2	58,0	2659	36,0	37,3	73,3	101,5	34,4	791	12,7	3892	1,02	1,44	13,8	44,1	
Standaard- afwyking	1,9	5,1	6,8	452			16,3	16,3	19,2	204	3,5	989	0,25	0,34	3,8	18,5	
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	-	Meer	-	Meer	-	-	-	-	-	
B. Tuis-studente:																	
Gemiddeld	21,3	173,0	59,0	2517	37,6	34,7	72,3	90,1	32,2	665	14,1	4474	1,07	1,38	15,4	62,8	
Standaard- afwyking	2,4	5,8	9,5	645			17,1	24,9	223	3,8	1893	0,29	0,39	4,2	32,0		
Betekenisvolle verskil	Ouer			-			Meer	Meer	-	Meer	-	-	Minder	-	-	Meer	
C. Losseer- studente:																	
Gemiddeld	19,9	172,7	59,7	2553	38,6	36,7	75,3	92,2	32,5	670	14,1	4016	1,06	1,38	15,8	53,9	
Standaard- afwyking	1,7	6,6	8,6	478			17,7	21,4	241	3,4	1445	0,26	0,41	3,9	25,4		
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	Meer	-	Meer	-	-	Minder	-	-	Meer	
Vroue:																	
Aanbevole inname- waarde				20-25	52,3	2150		55	59,7	25	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0
A. Hostelstudente:																	
Gemiddeld	19,1	158,5	48,2	2046	32,1	24,7	58,6	80,2	35,3	739	9,8	3859	0,89	1,31	10,6	44,3	
Standaard- afwyking	1,1	5,1	5,8	447			15,5	15,1	309	2,8	1313	0,23	0,45	2,9	23,2		
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	-	Minder	-	-	-	-	-	-		
B. Tuis-studente:																	
Gemiddeld	19,1	161,0	45,4	2242	34,4	25,5	59,9	77,4	31,1	621	11,3	3967	0,87	1,24	12,6	55,2	
Standaard- afwyking	1,4	5,8	5,5	524			19,8	25,3	332	3,1	1275	0,24	0,49	3,9	19,9		
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	-	-	-	-	-	-	-	-	Meer	

Tabel XLIII Die vergelyking van nutrieninames tussen die verskillende proefgroepe

G r o e p	Kalorieë	Proteïn (g)	Vet (g)	Kalsium (mg)	Yster (mg)	Vitamine A (IE)	Flavien (mg)	Riboflavin (mg)	Niasien (mg)	Vitamine C (mg)
<u>Mans:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2686	75,0	103,5	803	12,9	3870	1,03	1,47	14,2	43,2
SA	465	18,2	19,2	203	3,9	1059	0,28	0,35	4,4	19,8
Naweeksdade : Gemiddeld	2571	69,1	96,5	769	12,2	3926	0,99	1,39	12,9	45,5
SA	464	15,0	21,0	217	3,1	1006	0,24	0,34	3,4	20,2
Betekenisvolle verskil	Meer	-	Meer	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2449	67,8	86,6	644	13,1	4099	1,00	1,29	14,0	55,4
SA	621	16,4	24,2	220	3,6	1795	0,27	0,37	4,1	31,1
Naweeksdade : Gemiddeld	2662	83,9	98,1	709	16,8	5291	1,23	1,59	19,0	79,7
SA	810	27,4	34,0	334	5,4	2533	0,40	0,60	6,4	43,4
Betekenisvolle verskil	Minder	Minder	Minder	-	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder
<u>C. Losseerter-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2509	27,3	90,3	653	13,7	3854	1,03	1,34	15,3	51,0
SA	498	20,0	22,1	218	3,8	1412	0,29	0,42	4,5	25,4
Naweeksdade : Gemiddeld	2638	79,2	94,5	673	15,2	4346	1,13	1,45	17,2	61,0
SA	664	26,7	30,2	437	4,3	1837	0,33	0,64	5,5	33,1
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>Vroue:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2025	56,6	79,7	744	9,7	3845	0,87	1,36	10,5	48,0
SA	480	14,8	14,7	324	2,5	1383	0,22	0,46	2,4	23,4
Naweeksdade : Gemiddeld	2095	57,5	81,7	729	10,0	3890	0,81	1,31	10,9	48,9
SA	512	17,8	17,0	293	3,9	1537	0,26	0,44	4,4	30,3
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2205	56,5	74,9	611	10,6	3761	0,83	1,18	11,6	51,0
SA	551	18,3	25,5	356	2,6	1192	0,21	0,49	3,4	18,0
Naweeksdade : Gemiddeld	2357	68,3	85,2	649	13,3	4582	0,99	1,39	15,3	67,3
SA	564	26,3	30,0	336	4,6	1836	0,33	0,56	5,8	33,1
Betekenisvolle verskil	-	Minder	-	-	Minder	-	-	-	-	-

Tabel XLV Die gemiddelde dagelijkse kalorie- en nutrientinname van 11 manlike studente

Proefpersoon	Kalorieë											
	Verbruik (kkal/dag)	Inname (kkal/dag)	Protein (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamen C (mg/dag)
Y. K.	2846	2236	54	68	373	573	10,35	3351	2,54	1,29	7,85	139,1
C. S.	2178	1785	57	64	100	754	10,38	2395	0,69	1,68	9,19	26,1
O. I. A	2458	2556	43	85	302	439	10,81	3423	0,99	1,11	9,95	10,5
M. S. M.	2249	1856	123	69	239	781	12,13	2584	3,20	1,54	10,47	21,5
J. V. M.	2103	1285	43	45	192	432	9,89	1819	1,08	0,99	4,33	28,3
S. A. K.	2548	1857	61	76	230	347	9,98	2832	1,14	1,56	8,62	43,6
A. E.	2746	2002	60	66	298	548	13,05	4335	0,86	1,09	10,21	64,2
M. I. K.	2143	2294	60	70	344	648	29,41	2603	1,23	1,48	12,34	95,3
S. S.	2172	2807	70	56	237	473	10,53	2237	0,75	2,46	14,29	29,3
S. U.	3024	2244	73	85	320	1099	16,66	5786	1,19	2,73	12,40	32,2
D. M. C.	3024	1457	61	55	204	651	11,69	4198	0,69	1,65	12,90	72,7
Gemiddeld	2410	2043	64	67	258	613	13,17	3233	1,31	1,59	10,20	51,1
Aanbevole inname- waarde*	3000	65	700	9,0	4000	1,0	1,6	15	40			

* Nasionale Voedingsraad (1956)

Tabel XLVI Die gemiddelde daaglikse tydbesteding aan aktiwiteite en die energieverbruik van 11 manlike studente

Proef- persoon	Slaap en in leende posisie		Sit (ontspanne posisie)		Sit (besig)		Staan (besig)		Stap (leie pas)		Was en aantrek		Tritte klim		Ontspanning		Totale energieverbruik (kcal/dag)	
	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	Bereaal	Bereken
Y.K.	39,2	592	11,9	258	25,4	569	9,4	243	11,4	705	2,7	117	-	-	-	-	2456	2109
C.S.	54,8	855	3,3	65	27,4	605	2,8	83	10,0	456	1,4	80	0,1	10	0,2	21	2178	2541
O.I.A.	39,1	544	21,0	456	11,4	262	10,8	277	14,1	744	1,3	62	-	-	2,3	110	2358	3253
M.S.M.	33,4	521	15,3	269	27,2	570	9,4	238	11,3	528	2,8	77	-	-	0,6	43	2249	2830
J.V.M.	31,9	460	18,6	293	18,5	399	12,2	227	13,1	548	3,4	70	2,2	99	0,1	6	2103	2425
S.A.K.	30,2	373	5,5	89	33,6	788	11,8	289	14,9	700	1,9	92	-	-	2,1	22	2548	2516
A.E.	31,1	448	7,2	133	33,9	732	4,4	102	17,3	684	4,5	162	1,6	138	-	-	2401	2471
M.I.K.	36,0	550	12,9	249	19,9	416	2,7	61	23,1	1,308	4,9	110	0,4	42	0,1	9	2746	2486
S.S.	36,6	551	19,2	321	23,0	398	10,3	210	9,7	420	0,8	22	-	-	0,4	18	2143	2489
S.U.	30,3	381	8,3	160	39,0	784	12,5	271	7,6	494	1,7	38	0,6	42	-	-	2172	2253
D.M.C.	40,8	651	8,6	182	22,0	627	2,0	64	25,2	1,419	1,3	62	0,1	8	-	-	3024	2972
Gemiddelde	36,7	538,7	12,0	225	25,6	559,1	8,0	187,7	14,3	727,8	2,4	81,1	0,5	30,8	0,5	39,2	2410	2490

Tabel XLVII
Besonderhede met betrekking tot die geslag, ouderom, huwelikstaat, lengte, gewig, godsdiensoortuiging, taal en beroep van kinders van diabetiese ouers

Proefpersoon nr.	Familie nr.	Individu nr.	Geslag	Ouderom (jaar)	Huwelik- staat	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Vetsug	Godsdiensoortuiging	Taal	Beroep
1	33	298	V	16	Ongetroud	164	92,88	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
2	9	239	V	20	Ongetroud	152	65,77	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
3	33	316	V	33	Getroud	159	79,37	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
4	95	254	V	17	Ongetroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
5	85	312	V	40	Getroud	161	87,54	+	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
6	219	235	V	30	Getroud	161	86,63	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
7	25	383	V	49	Getroud	160	80,28	++	Moslem	Urdu	Huisvrou Nie-diabetes
8	85	387	V	30	Getroud	168	75,29	+	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
9	37	274	V	37	Getroud	157	72,57	++	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
10	33	299	V	29	Ongetroud	162	59,42	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
11	33	297	V	28	Geskei	152	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
12	22	321	V	24	Getroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
13	205	400	M	40	Getroud	165	90,26	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
14	95	284	M	35	Getroud	161	68,03	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
15	22	317	M	34	Getroud	180	78,92	-	Hindoe	Hindi	Handelaar Diabetes
16	101	345	M	15	Ongetroud	170	65,31	-	Moslem	Ojjerati	Skooler Diabetes
17	189	342	M	19	Ongetroud	171	90,71	++	Moslem	Urdu	Werkloos Nie-diabetes
18	33	306	M	34	Getroud	177	73,48	-	Hindoe	Hindi	Operateur (sienfabriek) Nie-diabetes
19	33	307	M	31	Getroud	171	67,13	-	Hindoe	Hindi	Hotellener Nie-diabetes
20	85	279	M	33	Getroud	184	75,75	-	Hindoe	Tamil	Onderwyser Nie-diabetes

Label XLVIII Die kliniese beeld van die proefpersone

Proefpersoon nr.	Glukose-toleransietoets (mg/100 ml)			Glykoseurie			Proteinurie	Bloeddruk (mm Hg)	Hemo-globien (g/100 ml)	Bloed-groep	Hart	Long	Diagnose	Taslag
	Vastend	1 uur	2 ure	Vastend	1 uur	2 ure								
1	227	408	300	Spoor	+++	+++	++	150/102/98	10,5	O	Normal	Normal	Diabetes	V
2	196	240	246	0	0	0	Nul	110/70/62	13,9	B	Normal	Normal	Diabetes	V
3	170	300	162	0	+	+	Nul	140/120/110	14,4	O	Normal	Normal	Diabetes	V
4	112	240	210	0	+	+++	Nul	80/34/30	13,6	O	Normal	Normal	Diabetes	V
5	136	240	182	0	0	0	+	120/70/62	11,5	B	Normal	Normal	Diabetes	V
6	114	147	114	Spoor	0	0	Nul	105/65/58	-	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
7	85	168	112	0	0	0	Spoor	125/90/85	12,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
8	88	130	96	0	0	0	++	-	13,5	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
9	107	113	113	0	0	0	Nul	100/78/70	13,9		Normal	Normal	Nie-diabetes	V
10	125	148	125	0	0	0	Nul	125/82/78	13,7	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
11	107	160	121	0	0	0	Nul	130/90/75	11,4	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
12	94	137	100	0	0	0	Nul	100/70/60	10,9	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
13	244	384	282	+++	+++	+++	+++	180/120/110	17,1	B	Normal	Normal	Diabetes	M
14	127	300	210	0	++	++	Nul	Vet arm 120/72/68	17,1	O	Normal	Normal	Diabetes	M
15	77	201	176	0	0	0	Nul	105/86/70	14,0	O	Normal	Normal	Diabetes	M
16	125	207	153	0	0	0	Nul	115/80/70	14,6	B	Normal	Normal	Diabetes	M
17	100	116	106	0	0	0	Nul	105/70/58	15,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
18	112	171	105	0	0	0	+	125/100/90	17,8	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
19	162	144	117	0	0	0	Nul	95/70/60	16,3	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
20	117	142	80	0	+	Spoor	Nul	140/80/72	16,2	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M

Tabel XLIX Die gemiddelde daaglikse nutriëntinnames van vroulike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kkaal/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiënsuur (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kaalsium (mg/dag)
1	Diabetes 2253 (1767)	335 (311)	58 (52)	76 (35)	3542 (3966)	1,38 (1,20)	15,03 (13,77)	0,85 (0,86)	27,27	18,82 (16,66)	372 (443)
2	Diabetes 1020 (681)	141 (100)	35 (32)	32 (17)	2255 (1015)	0,51 (0,73)	7,20 (6,9)	0,50 (0,71)	20,16	9,44 (13,02)	334 (239)
3	Diabetes 2571 (1634)	393 (302)	69 (57)	76 (22)	4706 (1783)	1,28 (0,81)	15,90 (6,9)	1,54 (0,84)	12,79	19,25 (22,14)	412 (453)
4	Diabetes 1563 (1576)	202 (251)	47 (36)	57 (48)	5110 (3100)	0,71 (0,53)	7,54 (8,4)	1,16 (1,06)	14,22	9,82 (14,41)	405 (395)
5	Diabetes 1386 (1204)	201 (205)	40 (42)	44 (24)	3234 (4666)	0,72 (0,83)	6,50 (9,1)	0,75 (0,78)	34,20	12,55 (15,63)	357 (457)
Gemiddelde	1759 (1372)	254 (234)	50 (44)	57 (29)	3769 (2906)	0,92 (0,83)	10,43 (9,1)	0,96 (0,85)	21,73	13,58 (16,38)	376 (437)
6	Nie- diabetes 1846 (1734)	282 (291)	59 (57)	54 (38)	3959 (2083)	0,82 (1,14)	10,37 (11,61)	1,49 (0,81)	21,45	14,05 (21,87)	442 (412)
7	Nie- diabetes 1388 (1303)	256 (265)	30 (36)	26 (11)	2539 (1486)	0,50 (0,78)	4,62 (6,0)	0,37 (0,52)	6,92	6,79 (10,78)	223 (201)
8	Nie- diabetes 1526 (1619)	233 (250)	50 (49)	47 (47)	6375 (3233)	0,63 (0,85)	8,35 (10,2)	0,96 (0,87)	31,83	12,29 (13,68)	469 (500)
9	Nie- diabetes 1376 (1305)	195 (223)	40 (38)	48 (29)	1935 (3467)	0,68 (0,82)	7,37 (4,5)	0,77 (0,75)	19,20	12,75 (10,50)	356 (374)
10	Nie- diabetes 2311 (1352)	328 (237)	63 (65)	84 (16)	5438 (2850)	1,42 (1,17)	19,38 (13,5)	1,39 (0,78)	21,26	19,12 (24,30)	395 (546)
11	Nie- diabetes 1695 (1652)	216 (229)	59 (58)	66 (56)	3243 (3733)	0,72 (0,82)	8,44 (9,2)	0,94 (1,11)	29,55	12,89 (17,01)	328 (516)
12	Nie- diabetes 2647 (1875)	362 (348)	75 (60)	99 (27)	4512 (1700)	1,45 (1,30)	23,68 (13,1)	2,31 (1,91)	15,64	20,88 (18,31)	417 (517)
Gemiddelde	1827 (1548)	267 (163)	54 (52)	61 (32)	4000 (2650)	0,89 (0,89)	11,74 (9,7)	1,18 (0,86)	20,84	14,11 (16,64)	376 (438)
Aanbevole standaard Nasionale Voedings- raad (1956): Sitteend			65		4000	0,17	12,0	1,6	40	9	700
Totaal vir alle proefpersone : Manlik en vroulik	1793 (1460)	261 (249)	52 (48)	59 (31)	3885 (2778)	0,91 (0,86)	11,09 (9,41)	1,07 (0,86)	21,29	1385 (16,51)	376 (438)

Tabel L Die gemiddelde daaglikse nutriëntinnamen van manlike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieën (kcal/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Proteïne (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitaminen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiensuur (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Vitaminen C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kalsium (mg/dag)
13 Diabetes	1466 (1515)	205 (220)	61 (62)	47 (43)	3542 (3966)	0,65 (0,74)	8,15 (8,1)	0,96 (0,74)	26,85	9,54 (7,24)	403 (458)
14 Diabetes	1864 (1938)	302 (337)	59 (62)	47 (38)	2255 (1015)	1,41 (1,41)	15,05 (12,5)	0,85 (1,00)	13,59	15,65 (20,21)	389 (560)
15 Diabetes	2105 (2138)	292 (309)	75 (95)	66 (58)	4706 (1783)	1,14 (1,23)	12,10 (16,7)	1,22 (1,31)	42,02	16,24 (19,48)	504 (536)
16 Diabetes	1891 (1859)	266 (278)	55 (54)	69 (59)	5110 (3100)	0,89 (0,84)	11,31 (10,7)	0,88 (0,67)	42,79	14,22 (15,41)	477 (530)
Gemiddelde	1832 (1863)	266 (286)	63 (68)	57 (50)	5455 (3591)	1,03 (1,10)	11,65 (12,0)	0,98 (0,93)	31,31	13,91 (15,59)	443 (521)
17 Niet-diabetes	1165 (1020)	144 (197)	34 (31)	27 (12)	1535 (636)	0,79 (0,88)	6,19 (6,6)	0,47 (0,31)	3,37	8,88 (11,30)	256 (188)
18 Niet-diabetes	2723 (2082)	396 (386)	70 (58)	71 (34)	3670 (3850)	1,13 (1,56)	14,99 (10,6)	2,59 (1,00)	51,28	22,91 (17,73)	405 (497)
19 Niet-diabetes	2518 (1613)	389 (294)	69 (53)	66 (25)	3068 (3233)	1,10 (1,39)	9,75 (8,0)	1,07 (0,82)	16,15	15,45 (20,39)	450 (361)
20 Niet-diabetes	1655 (1839)	288 (247)	55 (80)	40 (59)	4256 (2650)	0,79 (0,70)	8,53 (10,5)	0,93 (0,78)	37,74	10,78 (16,13)	395 (709)
Gemiddelde	2015 (1639)	317 (281)	57 (56)	51 (33)	3132 (2592)	0,95 (1,13)	9,87 (8,9)	1,27 (0,73)	27,14	15,26 (16,51)	377 (444)
Aanbevole standaard Nationale Voedings- raad (1956)											
1) Sitend	2300		65		4000	1,0	15	1,6	40	9	700
11) Matig actief	3000		65		4000	0,7	11	1,4	40	12	600
Totaal vlr alle proef- personen: Manlik en 1924 vrouwlik	(1752)	292 (284)	60 (62)	54 (42)	4294 (3092)	0,99 (1,12)	10,76 (10,5)	1,13 (0,7)	29,23	14,59 (16,05)	410 (473)

Table 1. Mean values of the 100 subjects in the study

Proefpersoon nr.	Criterion	Kalorie-inname (kcal/dag)	Koolhydraten		Suikrose-inname		Lipide-inname	
		(g/dag)	Overvryn (g/dag)	Verflyn (g/dag)	(g/dag)		in jaar	
Niet-diabetikers								
1	16	2253	335,2	103	732	25,5	9,12	
2	20	1020	140,5	41	130	1,3	0,69	
3	33	2571	392,5	29	364	22,7	8,29	
4	17	1563	202,4	14	136	-	-	
5	40	1336	200,9	85	166	6,3	2,30	
Gemiddeld		1759	254,3	55	179	14,0	4,08	
Niet-diabetiese vroue								
6	30	1846	281,8	42	240	42,0	15,33	
7	49	1398	255,6	80	176	44,7	17,78	
8	30	1526	233,0	68	165	44,3	16,39	
9	37	1376	195,1	67	128	Saccharien		
10	29	2311	327,6	124	204	27,4	10,01	
11	28	2647	361,9	182	180	1,8	0,66	
12	24	1695	215,9	11	205	23,9	8,72	
Gemiddeld		1827	267,8	82	185	31,5	9,74	
Manlike diabetikers								
13	40	1466	204,5	23	188	Saccharien		
14	35	1864	301,9	138	164	14,5	5,29	
15	34	2105	292,3	27	265	12,2	4,45	
16	15	1891	265,6	80	185	32,7	12,01	
Gemiddeld		1832	266,1	67	201	19,9	7,44	
Niet-diabetiese mans								
17	19	1165	193,5	25	169	11,5	4,20	
18	34	2723	396,2	35	351	19,1	6,97	
19	31	2518	389,4	18	371	36,1	13,18	
20	33	1655	288,1	48	240	43,7	15,95	
Gemiddeld		2015	316,8	32	285	27,6	10,09	
Gemiddeld vir groep		1848	273,7	58	215	20,7	7,57	

Tabel LIII Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van Chatsworth-Indiërs uitgedruk in terme van ouderdom

Sukrosp _F -inname (g/dag)	O u d e r d o m (j a a r)											
	6	6-8	9-11	12-14	15-18	19-21	22-25	26-30	31-40	41-50	50	
Mans	21,2	25,5	22,7	28,2	30,9	39,4	40,0	39,9	38,4	22,6	43,9	
Vroue	20,0	19,1	23,6	23,6	22,5	27,6	33,2	45,7	32,8	28,2	28,3	

Tabel LIV Die gemiddelde persentasie tyd wat daaglik aan aktiwiteite bestee was

Groep	Geslag	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweeg rond		Stap (eie pas)		Werk (beroep)		Ontspanning	
		% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
Diabeties	Vroulik	38,1	625	15,8	293	1,2	32	22,6	484	6,6	262	15,5	869	0,2	17	-	-
	Manlik	38,7	686	25,9	528	3,7	112	14,5	318	4,5	227	12,4	727	-	-	35	35
Nie-diabeties	Vroulik	37,3	616	17,9	316	3,1	79	15,3	309	10,5	372	15,9	851	-	-	-	-
	Manlik	37,9	689	21,2	430	5,4	119	14,0	343	1,2	32	12,6	744	6,7	620	1,0	55

Tabel LV Die aktiwiteitspatroon van 6 lede van gesin 33

Proefpersoonnummer	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweë rond		Slap		werk (beroep)		Ontspanning	
	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
1	39,7	732	13,3	265	1,5	42	14,1	345	17,9	748	13,3	626	-	-	-	-
3	39,8	663	15,1	266	3,5	97	5,6	115	4,2	150	32,1	1504	1,2	15	-	-
10	34,1	488	18,8	310	2,9	80	14,3	232	17,7	637	12,2	557	-	-	-	-
11	41,1	693	18,8	327	2,1	51	22,9	452	3,9	156	10,9	565	-	-	-	-
13	36,1	641	21,1	423	-	-	30,1	716	-	-	2,5	456	4,2	201	-	-
19	36,2	604	21,9	438	0,6	19	18,8	221	-	-	10,4	535	22,5	1579	-	-

Tabel LVI
Vergelykende waardes tussen maksimale suurstofopname-kapasiteit van mans-
en vroue Indierstudiante en waardes uit vergelykende studies

	Suid-Afrikaanse Indiers	Suid-Afrikaanse Blankes	Suid-Afrikaanse Bantoes	Sweedse jong mans goed ge-oefen	Amerikaanse mans (Blank)	Noorweegse studente	Amerikaanse studente	Sweedse Huisvroue
	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)	(f)	(g)	(h)
Ouderdoms-groep (jaar)	21-25 (18-23)	19-24	Jong Volwas-senes	20-29	18-24	23, 4 (22, 6)	17-22	20-29
Maksimale suurstofkapasiteit (l/min.)	2,35 (1,51)	3,15	2,12	4,19	-	3,20 (2,30)	(1,78)	(2,23)
Maksimale suurstofkapasiteit (ml/kg/min.)	41,0 (32,3)	47,2	36,2	52,2	39,2-40,0	44,0 (38,0)	(29,8)	(39,9)

(a) De Waal en Booyens (1971)
 (b)(c) Wyndham en Heyns (1969)
 (d)(h) Astrand (1960)

(e) Hansen et al. (1967)
 (f) Hermansen en Andersen (1965)
 (g) Michael en Harvath (1965)

Die waardes in hakies () dui vroulike proefpersone aan

Tabel XVIII Die gereeldheid van vleisinname

	V A R S : R O U										K O U L				
	Bees	Skaap	Bok	Vark	Hoender	Wild	Wilde voëls	Ander	Ham	Polonie	Weense wors	Spek	Soutvleis	Ander	
Daaglikse %	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Gereeld %	-	10	10	5	15	-	-	-	-	-	5	5	-	-	
2 x week %	-	30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
1 x week %	-	50	5	-	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
2 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
1 x maand %	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
Seide %	20	5	20	5	60	-	-	-	-	5	5	5	15	-	
Nooit %	80	-	65	90	5	100	100	100	100	95	90	95	85	100	

Tabel XIX Die gereeldheid van melk- en suiwelprodukte innamc

	Vars melk	Suur melk	Vol- poetcr	Vars afgeroom	Suur afgeroom	Afgeroomde poetcr	Gekonsen- treer	Gekonden- seer	Milk	Ander	Eotter	Room	Kaas	Eiers
Daaglikse	30	-	5	5	-	-	-	70	30	-	70	-	10	10
Gereeld	10	25	-	-	5	-	-	5	5	-	10	-	10	35
2 x week	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	20
1 x week	15	5	-	-	-	-	-	-	15	-	5	-	5	25
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide	30	-	-	-	-	-	-	20	20	-	10	-	30	10
Woolt	10	70	95	95	95	100	95	-	30	100	-	100	10	-

Tabel XX Die gereeldheid van afval- en visiname

	A F V A L										V I S						
	Lewer	Nier	Hart	Tong	Ingewande	Wors	Skaapkop	Vars:See	Vars:varswater	Gedroog	Gebak	Gerook	Kerrie	Elik			
Daaglikse	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Gereeld	20	15	10	5	15	10	-	25	-	35	35	-	35	45			
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	10			
1 x week	-	-	-	-	-	-	-	30	-	10	10	-	15	30			
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
1 x maand	5	-	-	-	5	5	-	5	-	-	5	-	5	-			
Selde	60	35	30	35	50	35	15	35	5	35	45	5	40	15			
Nooit	15	50	60	60	30	50	85	5	95	15	5	95	5	-			

Tabel XXI Die gereeldheid van inname van neute, suiker, soetkosse, vette en olies

	N E U T E			SUIKER EN SOET-KOSSE							VETTE EN OLIES			
	Grondbone	Grondbone botter	Grondbone bladjang	Wit suiker	Bruin suiker	Stroop en konjyt	Leekers	Voeding	Jellie	Koeldrank	Margarinen	Plantvet	Plantolie	Lieviet
Daaglikse Ɔ	-	-	-	100	-	5	45	-	-	5	-	5	100	10
Gereeld Ɔ	15	-	-	-	-	15	25	-	-	15	-	40	-	-
2 x week Ɔ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-
1 x week Ɔ	-	-	5	-	-	10	10	-	-	25	-	15	-	-
2 x maand Ɔ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand Ɔ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde Ɔ	50	20	-	-	-	45	15	20	35	25	30	20	-	-
Nooit Ɔ	35	80	95	-	100	25	5	60	60	30	70	10	-	30

Tabel XXII Die gereeldheid van inname van geurmiddels, speserye, kruie en smere

	GEURMIDDELS										FRUIT				SPECERYE				SMEER			
	Kerrie	Knoffel	Mosterd	Peper	Rooi peper	Gemmer	Droë rissies	Jeera	Mettie	Jelbary	Koljander	Groen uie	Kerrie-blare	Heut	Melktjie	Kaneel	Gemmer	Bovril	Boter	Marmite	Vi	Wiel
Maaglik x	100	95	30	10	5	50	40	25	10	-	25	-	45	-	-	-	10	-	-	-	-	-
Dereid x	-	-	20	15	-	-	30	30	20	5	40	-	45	5	10	10	10	-	-	-	-	-
2 x week x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week x	-	-	5	5	-	10	20	10	10	10	10	10	-	-	10	15	-	-	10	-	-	-
2 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide x	-	-	25	30	-	10	10	15	20	-	15	15	10	-	-	10	10	-	-	-	-	-
Wool x	-	-	20	40	25	-	-	10	10	10	-	10	-	-	-	10	10	10	-	-	-	-

Tabel XXII

Die gereeldheid van inname van geurmiddels, speserye, kruie en smere

	GEURMIDDELS										FRUIT				SPECERYE				SMEER			
	Kerrie	Knoffel	Mosterd	Peper	Rooi peper	Gemmer	Droë rissies	Jeera	Mettie	Jalapy	Koljander	Groen uie	Kerrie-blare	Heut	Melktjie	Kaneel	Gemmer	Bovril	Boter	Marmite	Vi	Wiel
Maaglikas x	100	95	30	10	5	50	40	25	10	-	25	-	45	-	-	-	10	-	-	-	-	-
Deesdae x	-	-	20	15	-	-	30	30	20	5	40	45	45	5	10	10	10	-	-	-	-	-
2 x week x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week x	-	-	5	5	-	10	20	10	10	10	10	10	-	-	10	15	-	-	10	-	-	-
2 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand x	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seide x	-	-	25	30	-	10	10	15	20	-	15	15	10	-	-	10	10	-	-	-	-	-
Woolf x	-	-	20	40	25	-	-	10	10	10	-	10	-	-	-	10	10	10	10	-	-	-

Tabel XXIII Die gereeldheid van inname van geursels, souse, suurtjies, sop en drank

	GEURSELS			SOUSE	SUURTJIES			S O P			D R A N K E					
	Vanilla	Suur- lemoen	Amandel		Tamatie	Worcester	Atchar	Blatjang	Suurrie	foeier	Blk	Ander	Spiritus	Bier	Vrugte	Koffie en kakao
Daaglik %	-	-	-	-	-	5	-	10	-	-	-	-	-	-	10	100
Gereeld %	-	-	-	-	-	5	30	45	-	-	-	15	5	10	20	-
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week %	-	-	-	10	5	-	5	10	-	-	-	10	10	-	15	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	20	-	-	15	15	15	30	35	-	-	-	35	30	35	5	-
Nooit %	80	100	100	75	80	75	35	-	95	100	100	40	55	55	50	-

Tabel XXIV

Inname van ander voedsel niet genoemd in tabellen XVI tot XXIII niet

	Megenom van kantien en kafee								Traditionele gerechte	Alte kosse	ander
	Kerrie en rys	Vis en skyfies	Kerrie-Vis	Vleis-pastei	Hamburger	Toebroodjies	Kors-broodjie	ander (Chilibite)			
Daaglikse	-	-	-	-	-	-	-	-	50	-	-
Gereeld	-	10	-	5	-	-	-	10	70	-	-
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week	-	5	-	-	-	-	-	10	-	-	-
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldse	10	25	5	15	-	30	-	50	-	-	-
Woolt	90	50	95	80	100	70	150	100	-	20	100

* Sal afsonderlik bespreek word

Tabel XXVI
 Somatometrische besonderheden van Chatsworth-seuws onder 18 jaar oud

Familie nr.	Onderdom (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i g (kg)		I r i s e s (mm)		Subskapulêr (mm)					
	(1)	(11)	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil			
A	16,0	17,3	161,6	167,7	6,1	45,2	53,5	8,3	4,3	5,0	0,7	5,5	6,3	0,8
B	13,8	15,7	141,5	156,5	15,0	33,5	44,7	11,2	5,9	7,0	1,1	6,2	7,6	1,4
D	14,8	16,6	160,5	169,5	9,0	37,7	41,4	3,7	4,1	4,6	0,5	4,0	4,6	0,6
E	4,1 0,2	5,9 2,0	100,5 57,6	Permanent by familie 84,7 27,1		16,5 5,6	12,1	6,5	12,1 5,8	7,6	1,8	6,9 3,1	14,6	11,5
F	11,1 9,5 7,5	12,9 11,3 9,3	135,6 130,5 116,4	145,2 139,6 126,4	9,6 9,1 10,0	26,7 24,3 18,1	32,5 32,4 23,8	5,8 5,7 5,7	5,6 6,2 3,9	9,3 10,0 7,0	3,7 3,8 3,1	4,0 5,3 2,6	5,0 6,0 5,0	1,0 0,7 2,4
G	13,3 11,7 10,1	15,2 13,5 11,9	134,0 118,1 124,0	150,4 128,1 133,7	16,4 10,0 9,7	26,1 19,7 22,4	34,8 23,7 25,7	8,7 4,0 3,3	4,9 7,3 3,3	6,0 8,7 5,6	1,1 1,4 2,3	3,1 3,3 2,5	6,0 5,0 4,3	2,9 1,7 1,3
H	2,1	3,9	98,4	99,8	1,4	11,1	13,1	2,0	4,0	8,6	4,6	8,1	3,6	-4,5
I	7,0 4,9	8,8 6,8	109,4 100,4	118,4 111,6	9,0 11,2	17,3 14,9	20,6 17,6	3,3 2,7	10,4 8,9	10,6 8,3	0,2 -0,6	4,0 3,5	5,3 4,0	1,3 0,5
J	13,8 9,5	15,7 11,3	136,3 111,2	150,5 130,4	14,1 19,2	30,6 24,8	39,1 27,9	8,5 3,1	9,3 5,6	7,3 7,0	-2,0 1,4	4,9 3,4	5,3 7,3	0,4 3,9
K	14,8	16,6	149,9	164,7	14,8	37,4	50,8	13,4	5,9	5,0	-0,9	4,0	5,6	1,6
L	16,7 14,0 12,4	Huis verlaet 15,9 14,3	163,5 145,1 145,5	159,0 156,1	13,9 10,6	40,2 33,8 31,7	46,3 38,6	12,5 6,9	5,0 5,1 6,7	8,0 8,6	2,9 1,9	5,5 5,0 5,0	9,6 5,3	4,6 0,3
M	12,1 9,5 8,3 5,2 3,7	13,9 11,3 10,1 7,0 5,5	141,0 130,1 114,7 99,5 89,4	153,0 139,8 124,4 111,0 105,0	12,0 9,7 9,7 11,5 15,6	31,1 24,0 18,9 15,5 12,1	39,6 28,8 23,6 15,9 14,3	8,5 4,8 4,7 0,4 2,2	5,5 5,0 5,0 7,1 5,8	7,0 9,0 7,0 9,0 7,0	1,5 4,0 2,0 1,9 1,2	3,4 2,8 2,0 3,0 2,4	5,0 4,0 4,0 4,3 4,0	1,6 1,2 2,0 1,3 1,6
N	5,0	6,8	99,6	110,3	10,7	17,1	19,8	2,7	7,7	11,6	3,9	2,9	3,6	0,7
O	2,9 0,7	4,8 2,5	87,5 62,4	100,0 86,5	12,5 24,1	13,3 8,1	15,9 11,3	2,6 3,2	9,9 9,7	11,6 9,3	1,7 -0,4	5,0 4,3	5,3 3,0	0,3 -1,3
P	14,5 8,8	16,3 10,6	165,4 135,1	170,7 143,0	5,3 8,0	49,9 24,9	68,0 27,5	18,1 2,6	4,5 4,8	14,3 7,0	9,8 2,2	5,5 3,0	15,0 4,0	9,5 1,0
R	3,8 2,2	5,7 4,0	98,4 80,9	113,0 96,5	14,6 15,6	15,6 10,2	19,6 14,4	4,0 4,2	6,8 9,3	5,6 11,0	-1,2 1,7	3,2 4,9	4,0 4,6	0,8 -0,3
S	7,3 7,3 7,3	9,2 9,2 9,2	119,7 130,5 121,0	130,5 130,3	10,8 9,2	17,1 17,4	19,9 20,0	2,8 2,6	5,0 5,3	6,3 7,0	1,3 1,2	3,0 3,2	4,0 4,0	1,0 0,8
Gemiddelt	7,3	9,2	121,0	130,3	9,2	17,4	20,0	2,6	5,3	7,0	1,2	3,2	4,0	1,7

Table NVIII Somatometrie des besondeerde van Chatsworth-duyters onder 18 jaar oud

Facilie nr.	Gestation (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i c t (kg)		T r i c e p s (mm)		Subcapulär (mm)	
	(I)	(II)	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)

A	17,3	19,2	155,8	157,0	1,6	50,5	52,5	2,0	14,5	21,3	6,8	11,5	19,6	8,1
	11,9	13,8	131,1	145,9	14,8	25,5	33,8	8,3	10,3	11,6	1,3	6,4	15,6	9,2
	3,0	Huiss verlaet	87,5			10,5			8,0			3,3		

B	9,6	11,4	121,6	135,2	13,6	21,6	26,7	5,1	5,0	7,0	2,0	3,8	5,0	1,2
	9,9	2,8	64,0	86,0	22,0	8,0	10,8	2,8	6,0	11,0	3,0	4,9	3,6	-1,3

C	14,3	16,1	146,8	152,4	5,6	33,4	38,2	4,8	5,0	8,3	3,3	5,1	7,5	2,5
	10,9	12,8	126,0	135,2	9,2	21,7	25,9	4,2	6,5	9,0	2,5	4,1	5,6	1,5
	5,1	6,9	96,0	105,6	9,6	13,2	15,8	2,6	5,7	6,3	0,6	3,3	3,0	-0,3

D	17,9	Huiss verlaet	155,8			42,3			8,4			9,7		
---	------	------------------	-------	--	--	------	--	--	-----	--	--	-----	--	--

E	5,2	7,0	108,0	120,7	12,7	16,5	21,6	5,1	10,2	10,0	-0,2	5,4	5,6	0,2
---	-----	-----	-------	-------	------	------	------	-----	------	------	------	-----	-----	-----

G	9,1	10,9	109,9	121,1	11,2	17,7	20,9	3,2	7,3	10,3	3,0	3,4	4,6	1,2
	6,7	10,5	107,1	113,0	10,9	15,6	19,3	3,7	7,3	9,3	2,0	3,1	5,0	1,9
	4,6	2,4	101,7	111,9	10,2	16,3	19,1	2,8	9,6	12,6	3,6	4,1	5,0	0,7

H	16,3	17,1	151,2	154,2	3,0	49,7	50,1	0,4	23,5	21,6	-1,9	12,7	11,3	-1,4
	15,1	16,9	139,9	143,8	3,9	34,8	38,5	3,7	11,0	11,3	0,3	5,1	6,3	1,2
	11,2	13,1	130,2	139,4	9,2	28,4	36,8	8,4	11,4	15,0	3,6	5,6	10,3	4,3
	6,6	8,7	101,9	111,1	9,2	16,6	18,4	1,8	9,2	9,6	0,4	5,1	6,0	0,7
	3,7	5,5	87,0	96,9	9,9	11,0	13,7	2,7	5,7	7,3	1,6	4,1	5,6	1,5

I	12,9	14,7	151,9	157,4	5,5	31,6	37,5	5,9	6,0	7,6	1,6	3,9	5,3	1,4
	10,7	12,8	133,0	142,8	9,8	24,3	29,7	5,4	7,2	11,0	3,8	5,0	7,3	2,3

K	6,3	8,1	103,1	115,7	12,6	16,2	21,7	5,5	7,2	13,7	6,5	3,0	7,0	4,0
	3,0	4,8	84,1	96,4	12,3	11,6	14,6	3,0	8,6	14,3	6,1	4,1	5,6	1,5

L	4,7	6,6	103,2	113,9	10,7	18,9	22,5	3,6	11,7	14,0	2,3	6,0	9,6	3,6
	13,2	15,0	160,6	165,9	5,3	38,9	46,4	7,5	4,4	10,7	6,3	3,9	10,0	6,1
	15,5	17,3	146,9	146,9	0,0	42,1	43,8	1,7	9,9	14,6	4,7	8,2	18,3	10,1
	17,1	Huiss verlaet	156,6			42,7			8,0			6,0		

M	2,7	4,5	37,5	101,7	14,2	10,5	13,1	2,6	4,7	7,3	2,6	2,5	4,6	2,1
	3,1	4,9	45,4	95,7	<u>19,3</u>	11,3	13,0	<u>1,7</u>	11,2	11,3	<u>0,1</u>	4,1	5,0	<u>0,2</u>
					0,4			0,4			2,6			0,6

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesinsgrootte en inkomste

Huisgesin	Geta1 families in huis	Huisgesin- grootte	Geta1 werk- saam	N e r t n g	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige Inkomste	Totale Inkomste (R/week)	Geta1 werkloos	Geta1 skollere	Geta1 voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
A	2	10	3	Skoonmaker (Hoof) Tjulier (Vrou) Arbeider (seun)	8,00 3,00 13,00	-	-	24,00	3	3	1	2,40
B	2	7	3	Masjienoperateur (Hoof) Klerk (Vrou) Wolsorteerder (seun)	11,00 15,00 5,00			31,00		2	1	4,43
C	1	6	1	Kantoorassistent (Hoof)	7,50 Tydelik	7,50 Pensioen		15,00	1	2	1	2,50
D	1	5	3	Klerk (Hoof) Verpleegster (Vrou) Fabriekspakker (dogter)	8,00 11,00 5,00			24,00		1		4,80
E	1	5	1	Spoorwegarbeider (Hoof)	10,75			10,75			3	2,15
F	1	6	1	Swembad-arbeider (Hoof)	12,50			12,50	1	3		2,08
G	1	7				6,94 Indiërsake Huisvrou		6,94	1	6		0,99
H	2	9	4	Arbeider (Hoof) Operateur (Seun) Verkoopsagent (Seun) Klerk (Seun)	9,20 9,00 13,60 9,00			40,80	2	1	1	4,54
I	1	4	2	Keiner (Hoof) Masjinstste (Vrou)	12,00 5,00			17,00		1	1	4,25
J	1	8				6,50 (Hoof) Werk- loosheids- versekering		6,50	2	4	2	0,81
K	1	4			8,00 (Hoof) in- sake			8,00	2			2,00

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrooite en inkomste (vervolg)

Huisgesin	Geta1 families in huis	Huisgesin- grooite	Geta1 werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Geta1 werkloos	eta1 skollere	Geta1 voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diërsake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diërsake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrooite en inkomste (vervolg)

Huisgesin in huis	Getal families	Huisgesin- grooite	Getal werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Getal werkloos	Getal skollere	Getal voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diërsake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diërsake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Familie nommer		C. E. S. I.																			Totale uitname (R/week)	
Totale Inkomste (R/week)		Melk	Eier	Brood	Kruidenterware	Speserye	Groente	Vrugte	Suiker	Vet	Alkoholiese drank en sigarette	Klere	Huur en belasting	Water en elektrisiteit	Vervoer	Brenstof in huis	Mediese onkoste	Assuransie	Opvoeding	Vermaak	Skool	
A	24,00	0,50	0,50	1,40	3,50	0,50	1,50	0,50	0,88	0,40	-	2,50	1,65	-	1,10: bus 3,00	0,10	0,63	0,00	0,50	0,50	-	3,00
B	31,00	0,50	0,50	0,70	1,38	0,55	1,00	0,50	0,42	0,22	-	1,00	1,40	1,13	3,00: bus 0,40	0,25	1,00	0,04	-	-	-	1,00
C	15,00	1,00	0,50	0,70	4,00	1,50	2,50	0,50	0,28	0,71	-	0,50	0,70	1,10	0,40: bus 0,05	0,25	0,70	0,11	-	-	-	1,00
D	24,00	0,50	0,50	0,60	3,00	0,55	2,00	0,50	0,25	0,21	-	0,50	1,65	0,70	1,40: bus 0,40	0,25	0,70	0,00	-	-	-	1,00
E	19,75	0,32	1,05	0,30	0,35	0,50	1,00	0,30	0,44	0,20	-	0,50	3,00	Ingeleent by uur 1,75: bus 0,40	-	1,00	-	1,00	-	-	Meubels 4,35	15,51
F	12,50	0,51	0,80	0,30	1,00	4,00	0,25	2,00	0,35	0,44	-	0,65	2,65	0,50	2,13: bus 0,05	0,50	-	0,13	0,13	-	-	16,87
G	6,94	0,28	0,53	0,08	0,35	1,25	Ingeleent by kruidenters-ware *	-	-	-	-	0,75	1,65	0,30	0,25: bus 0,20	0,15	-	0,44	-	-	-	7,03
H	40,80	1,04	2,10	0,70	1,10	6,50	0,50	4,00	Ingeleent by groente 0,42	0,44	-	3,12	3,45	Ingeleent by uur 4,00: bus 0,05	0,63	1,52	0,50	-	-	Radio, stoof 3,75	35,82	
I	17,00	0,43	0,53	0,35	0,35	3,00	0,50	1,00	0,30	0,21	0,20	-	0,25	2,10	0,50	2,20: bus 0,20	1,25	-	0,10	-	-	13,47
J	6,50	0,44	1,40	0,40	1,05	2,00	0,25	0,30	0,20	0,49	0,11	0,50	2,02	0,90	0,13: bus -	0,15	-	0,04	-	-	Winkel 0,25	3,01
K	8,00	0,32	1,40	0,40	0,40	2,00	0,13	0,40	0,20	0,35	0,11	0,50	2,52	0,35	0,15: bus 0,20	0,15	-	0,11	-	-	Stoof 1,01	3,20
L	12,00	0,45	1,05	0,30	1,40	2,00	0,25	1,00	0,50	0,70	-	0,25	2,02	0,20	1,00: bus 0,40	0,10	0,35	0,10	-	-	-	12,42
M	6,50	0,24	0,55	0,60	0,70	5,00	0,15	1,50	0,25	0,21	0,44	-	2,02	0,83	0,20: bus 0,05	-	-	-	-	-	-	12,94
N	9,72	0,30	0,70	0,30	0,50	2,00	-	0,50	0,20	0,35	0,22	0,10	2,02	0,50	1,25: bus 0,10	0,06	-	-	-	-	Radio, bed 1,75	10,84
O	11,42	0,23	0,70	0,15	0,35	1,75	-	0,35	0,15	0,25	0,22	0,40	2,52	Ingeleent by uur 1,25: bus 0,05	-	-	-	-	-	-	Klere, stoof 2,75	11,12
P	11,88	0,05	1,00	0,08	0,63	4,00	-	1,00	Ingeleent by groente 0,35	-	-	0,45	2,17	0,63	1,50: bus 0,40	0,75	-	0,25	-	-	1,25 stoof & kamera	14,51
Q	14,75	0,70	0,5	0,30	0,35	4,00	-	1,50	-	0,42	0,22	0,60	2,02	0,50	1,20: bus 0,40	-	1,50	0,45	0,50	-	-	1,65

Label XXXIII

Inkomste- en uitgawestaat van die 20 Chatsworth-huisgesinne (vervolg)

Familie nommer		V O E D S E L																			
Totale inkomste (R/week)																					
R 15,50	0,48 0,50 0,18 0,70 0,25 - 1,50 0,20 0,28 0,44 -	Melk																			Alkoholiese drankes en sigarette
S 14,00	1,20 1,05 0,30 0,70 2,50 - 1,00 0,40 0,39 0,44 -	Vleis																			
T 20,00	0,50 1,05 0,20 0,30 3,00 - 1,50 0,50 0,21 1,54 3,00	Eiers																			
Gem. 15,61	0,52 1,09 0,34 0,68 3,42 1,55 0,37 0,33 0,29	Brood																			
		Kruideniersware																			
		Speserye																			
		Groente																			
		Vrugte																			
		Suiker																			
		Vet																			

* Vir groente toegif op Saterdag

Tabel XXXV Hematologiese besonderhede van die proefpersone

Groep	Hemoglobien (g/100ml)	Differensiële Seltelling				
		Polimorfe (%)	Limfosiete (%)	Monosiete (%)	Eosinofiele (%)	Basofiele (%)
Kinders onder 2 jaar (2)*	14, 1 (13, 5-14, 7)	18	67	4	10	1
Kinders 3-5 jaar (15)	13, 3 (11, 2-14, 4)	52 (22-68)	35 (18-70)	6 (3- 9)	7 (1-12)	1 (0-3)
Kinders 6-10 jaar (16)	13, 6 (10, 8-15, 2)	62 (39-80)	25 (9-49)	6 (1-10)	6 (3-12)	0 (0-1)
Kinders 11-15 jaar (21)	14, 2 (11, 5-16, 3)	59 (25-74)	28 (14-49)	5 (3- 9)	6 (2-20)	1 (0-2)
Seuns oor 16 jaar en mans (29)	16, 4 (11, 6-21, 0)	57 (32-75)	34 (14-56)	7 (3-12)	6 (2-16)	1 (0-2)
Dogters oor 16 jaar en vroue (30)	14, 3 (12, 4-18, 2)	56 (26-85)	33 (7-62)	5 (2- 8)	5 (1-12)	1 (0-2)

* Differensiële telling slegs op een gedoen
 () onder groep dui getal proefpersone aan
 () dui die variansie aan

Tabel XXXVIII Die nutrientsamestelling van voedselseenhede : Eenheidberekening

Groep	Porsie	Kalorie (k kal)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
(a) Graankosse	1 eenheid	78	2,4	0,6	11	0,5	-	0,04	0,02	0,4	-
(b) Melk	1 eenheid	83	4,4	5,0	142	0,1	215	0,04	0,16	0,1	0,2
(c) Proteïen	1 eenheid	80	6,5	6,0	15	1,0	-	0,05	0,08	1,7	-
(d) Groente en vrugte	1 eenheid	51	1,6	-	18	0,9	566	0,07	0,06	6,7	11,3
(e) Suikers	1 eenheid	75	-	-	-	-	-	-	-	-	-
(f) Vette	1 eenheid	54	-	6,0	-	-	115*	-	-	-	-

Totaal	421	14,9	17,6	186	2,5	898	0,20	0,34	2,9	12,1
Totaal x 4	1684	59,6	70,4	744	10,0	3592	0,80	1,36	11,6	48,4

** Aanbevole inname-waarde: Mans	2650	65,0	73,6	700	9,0	4000	1,00	1,60	15,0	40,0
Vroue	2150	55,0	59,7	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0

* Dit word aangeneem dat botter een-helfte van die totale vet-inname daarstel.

** Suid-Afrikaanse Voedingsraad (1956). 'n Waarde wat die gemiddeld vir die inname-waardes vir persone wat 'sties matig aktief en siltien' werk verrig, is aangeneem.

Tabel XXXIX Die eenheidsbydrae van ontbyt en middagete tot die totale nutrient-inname met die uitsondering van hostelstudente

Oetel studente	Mks %	Graankosse*					Tee/Koffie		M e l k**				Protein***				Vrugte		
		0 eenhede %	1 - 2 eenhede %	3 - 4 eenhede %	5 - 8 eenhede %	> 8 eenhede %	Nooit %	Ben- Twee- maal maal %	0 eenhede %	1 eenheid %	2 eenhede %	3 eenhede %	0 eenhede %	1 eenheid %	< 1 eenheid %	> 1 eenheid %			
	43	16	63	21	-	-	19	81	-	79	7	14	-	65	-	35	-	-	
	24	4	4	54	33	9	-	100	-	96	-	4	-	41	21	38	-	4	
	14	7	21	57	22	-	50	50	-	92	-	8	-	79	14	-	7	21	
MIDDAGETE:																			
	43	-	-	21	58	21	49	51	-	84	-	16	-	3	16	81	-	7	
	24	-	-	-	67	33	58	42	-	96	-	4	-	-	21	79	-	3	
	14	-	-	22	71	7	86	14	-	79	-	21	-	-	36	64	-	21	
VROUETE:																			
	43	-	-	7	16	72	12	44	44	74	2	19	5	-	12	60	28	7	
	24	-	-	-	8	88	-	58	42	92	-	8	-	-	17	54	29	12	
	14	-	-	7	36	57	50	36	14	72	-	21	7	-	29	64	7	43	

* 1 eenheid gelykstaande aan 1 sny brood.
 ** 1 eenheid gelykstaande aan ½ kopie melk

Tabel XL1 Die gemiddelde inname van die 6 basiese voedsels

Groep	Tydperk	Graan- produkte	Melk	Proteïen	Groente en vrugte	Suikers	Vette
Mans, hostelstudente	Totale week	10,14	3,91	4,00	3,62	7,55	8,64
	Weeksdae	10,26	3,96	4,19	3,55	7,59	8,73
	Naweeksdade	9,90	3,81	3,47	3,76	7,43	8,44
Mans, tuis-studente	Totale week	8,70	2,83	4,65	5,33	7,56	7,08
	Weeksdae	9,02	2,80	4,03	4,70	7,50	7,15
	Naweeksdade	8,11	2,84	6,31	6,85	7,15	6,88
Mans, loseerders	Totale week	9,41	2,84	5,03	4,56	7,41	7,00
	Weeksdae	9,52	2,81	4,80	4,31	7,38	7,05
	Naweeksdade	9,24	3,14	5,62	5,21	7,48	6,90
Vroue, hostelstudente	Totale week	5,46	3,95	3,07	3,99	6,58	6,46
	Weeksdae	5,52	3,99	3,00	3,96	6,34	6,40
	Naweeksdade	5,34	3,86	3,26	4,05	7,13	6,60
Vroue, tuis-studente	Totale week	5,60	2,93	4,01	4,75	9,13	5,97
	Weeksdae	5,75	2,94	3,53	4,31	9,21	5,94
	Naweeksdade	5,25	2,88	5,23	5,76	8,95	6,04

Tabel XLII

Somatomotrisie besonde-rhude en nutritiennames van die proefgroepe

Groepe	Onderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë	Proteïen		V e t		Kalium (mg)	Yster (mg)	Vitamiën A (IE)	Thiamien (mg)	Riboflaviën (mg)	Niasien (mg)	Vitamiën C (mg)		
					Dierlik (g)	Plant- aardig (g)	Totaal (g)	% Kalorieë									
Mans:																	
Aanbevole inname- waarde				20-25	61,9	2650		65	73,6	25	700	9,0	4000	1,00	1,60	1,50	40,0
A. Hostelstudente:																	
Gemiddeld	19,5	171,2	58,0	2659	36,0	37,3	73,3	101,5	34,4	791	12,7	3892	1,02	1,44	13,8	44,1	
Standaard- afwyking	1,9	5,1	6,8	452			16,3	16,3	19,2	204	3,5	989	0,25	0,34	3,8	18,5	
Betekenisvolle verskil	-			-			-	Meer		-	Meer	-	-	-	-	-	
B. Tuis-studente:																	
Gemiddeld	21,3	173,0	59,0	2517	37,6	34,7	72,3	90,1	32,2	665	14,1	4474	1,07	1,38	15,4	62,8	
Standaard- afwyking	2,4	5,8	9,5	645			17,1	24,9	223	3,8	1893	0,29	0,39	4,2	32,0		
Betekenisvolle verskil	Ouer			-			Meer	Meer		-	Meer	-	Minder	-	-	Meer	
C. Losseer- studente:																	
Gemiddeld	19,9	172,7	59,7	2553	38,6	36,7	75,3	92,2	32,5	670	14,1	4016	1,06	1,38	15,8	53,9	
Standaard- afwyking	1,7	6,6	8,6	478			17,7	21,4	241	3,4	1445	0,26	0,41	3,9	25,4		
Betekenisvolle verskil	-			-			Meer	Meer		-	Meer	-	Minder	-	-	Meer	
Vroue:																	
Aanbevole inname- waarde				20-25	52,3	2150		55	59,7	25	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0
A. Hostelstudente:																	
Gemiddeld	19,1	158,5	48,2	2046	32,1	24,7	58,6	80,2	35,3	739	9,8	3859	0,89	1,31	10,6	44,3	
Standaard- afwyking	1,1	5,1	5,8	447			15,5	15,1	309	2,8	1313	0,23	0,45	2,9	23,2		
Betekenisvolle verskil	-			-			-	Meer		-	Minder	-	-	-	-		
B. Tuis-studente:																	
Gemiddeld	19,1	161,0	45,4	2242	34,4	25,5	59,9	77,4	31,1	621	11,3	3967	0,87	1,24	12,6	55,2	
Standaard- afwyking	1,4	5,8	5,5	524			19,8	25,3	332	3,1	1275	0,24	0,49	3,9	19,9		
Betekenisvolle verskil	-			-			-	Meer		-	-	-	-	-	-	Meer	

Tabel XLIII Die vergelyking van nutrieninames tussen die verskillende proefgroepe

G r o e p	Kalorieë	Proteïn (g)	Vet (g)	Kalsium (mg)	Yster (mg)	Vitamine A (IE)	Flavien (mg)	Riboflavin (mg)	Niasien (mg)	Vitamine C (mg)
<u>Mans:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2686	75,0	103,5	803	12,9	3870	1,03	1,47	14,2	43,2
SA	465	18,2	19,2	203	3,9	1059	0,28	0,35	4,4	19,8
Naeweeksdade : Gemiddeld	2571	69,1	96,5	769	12,2	3926	0,99	1,39	12,9	45,5
SA	464	15,0	21,0	217	3,1	1006	0,24	0,34	3,4	20,2
Betekenisvolle verskil	Meer	-	Meer	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2449	67,8	86,6	644	13,1	4099	1,00	1,29	14,0	55,4
SA	621	16,4	24,2	220	3,6	1795	0,27	0,37	4,1	31,1
Naeweeksdade : Gemiddeld	2662	83,9	98,1	709	16,8	5291	1,23	1,59	19,0	79,7
SA	810	27,4	34,0	334	5,4	2533	0,40	0,60	6,4	43,4
Betekenisvolle verskil	Minder	Minder	Minder	-	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder
<u>C. Losseerter-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2509	27,3	90,3	653	13,7	3854	1,03	1,34	15,3	51,0
SA	498	20,0	22,1	218	3,8	1412	0,29	0,42	4,5	25,4
Naeweeksdade : Gemiddeld	2638	79,2	94,5	673	15,2	4346	1,13	1,45	17,2	61,0
SA	664	26,7	30,2	437	4,3	1837	0,33	0,64	5,5	33,1
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>Vroue:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2025	56,6	79,7	744	9,7	3845	0,87	1,36	10,5	48,0
SA	480	14,8	14,7	324	2,5	1383	0,22	0,46	2,4	23,4
Naeweeksdade : Gemiddeld	2095	57,5	81,7	729	10,0	3890	0,81	1,31	10,9	48,9
SA	512	17,8	17,0	293	3,9	1537	0,26	0,44	4,4	30,3
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2205	56,5	74,9	611	10,6	3761	0,83	1,18	11,6	51,0
SA	551	18,3	25,5	356	2,6	1192	0,21	0,49	3,4	18,0
Naeweeksdade : Gemiddeld	2357	68,3	85,2	649	13,3	4582	0,99	1,39	15,3	67,3
SA	564	26,3	30,0	336	4,6	1836	0,33	0,56	5,8	33,1
Betekenisvolle verskil	-	Minder	-	-	Minder	-	-	-	-	-

Tabel XLV Die gemiddelde dagelijkse kalorie- en nutrientinname van 11 manlike studente

Proefpersoon	Kalorieë											
	Verbruik (kkal/dag)	Inname (kkal/dag)	Protein (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamen C (mg/dag)
Y. K.	2846	2236	54	68	373	573	10,35	3351	2,54	1,29	7,85	139,1
C. S.	2178	1785	57	64	100	754	10,38	2395	0,69	1,68	9,19	26,1
O. I. A	2458	2556	43	85	302	439	10,81	3423	0,99	1,11	9,95	10,5
M. S. M.	2249	1856	123	69	239	781	12,13	2584	3,20	1,54	10,47	21,5
J. V. M.	2103	1285	43	45	192	432	9,89	1819	1,08	0,99	4,33	28,3
S. A. K.	2548	1857	61	76	230	347	9,98	2832	1,14	1,56	8,62	43,6
A. E.	2746	2002	60	66	298	548	13,05	4335	0,86	1,09	10,21	64,2
M. I. K.	2143	2294	60	70	344	648	29,41	2603	1,23	1,48	12,34	95,3
S. S.	2172	2807	70	56	237	473	10,53	2237	0,75	2,46	14,29	29,3
S. U.	3024	2244	73	85	320	1099	16,66	5786	1,19	2,73	12,40	32,2
D. M. C.	3024	1457	61	55	204	651	11,69	4198	0,69	1,65	12,90	72,7
Gemiddeld	2410	2043	64	67	258	613	13,17	3233	1,31	1,59	10,20	51,1
Aanbevole inname- waarde*	3000	65	700	9,0	4000	1,0	1,6	15	40			

* Nasionale Voedingsraad (1956)

Tabel XLVI Die gemiddelde daaglikse tydbesteding aan aktiwiteite en die energieverbruik van 11 manlike studente

Proef- persoon	Slaap en in leende posisie		Sit (ontspanne posisie)		Sit (besig)		Staan (besig)		Stap (leie pas)		Was en aantrek		Trape klom		Ontspanning		Totale energieverbruik (kcal/dag)	
	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	Bereaal	Bereken
Y.K.	39,2	592	11,9	258	25,4	569	9,4	243	11,4	705	2,7	117	-	-	-	-	2456	2102
C.S.	54,8	855	3,3	65	27,4	605	2,8	83	10,0	456	1,4	80	0,1	10	0,2	21	2178	2541
O.I.A.	39,1	544	21,0	456	11,4	262	10,8	277	14,1	744	1,3	62	-	-	2,3	110	2358	3253
M.S.M.	33,4	521	15,3	269	27,2	570	9,4	238	11,3	528	2,8	77	-	-	0,6	43	2249	2830
J.V.M.	31,9	460	18,6	293	18,5	399	12,2	227	13,1	548	3,4	70	2,2	99	0,1	6	2103	2425
S.A.K.	30,2	373	5,5	89	33,6	788	11,8	289	14,9	700	1,9	92	-	-	2,1	22	2548	2516
A.E.	31,1	448	7,2	133	33,9	732	4,4	102	17,3	684	4,5	162	1,6	138	-	-	2401	2471
M.I.K.	36,0	550	12,9	249	19,9	416	2,7	61	23,1	1,308	4,9	110	0,4	42	0,1	9	2746	2486
S.S.	36,6	551	19,2	321	23,0	398	10,3	210	9,7	420	0,8	22	-	-	0,4	18	2143	2489
S.U.	30,3	381	8,3	160	39,0	784	12,5	271	7,6	494	1,7	38	0,6	42	-	-	2172	2253
D.M.C.	40,8	651	8,6	182	22,0	627	2,0	64	25,2	1,419	1,3	62	0,1	8	-	-	3024	2972
Gemiddelde	36,7	538,7	12,0	225	25,6	559,1	8,0	187,7	14,3	727,8	2,4	81,1	0,5	30,8	0,5	39,2	2410	2490

Tabel XLVII
Besonderhede met betrekking tot die geslag, ouderom, huwelikstaat, lengte, gewig, godsdiensoortuiging, taal en beroep van kinders van diabetiese ouers

Proefpersoon nr.	Familie nr.	Individu nr.	Geslag	Ouderom (jaar)	Huwelik- staat	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Vetsug	Godsdiensoortuiging	Taal	Beroep
1	33	298	V	16	Ongetroud	164	92,88	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
2	9	239	V	20	Ongetroud	152	65,77	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
3	33	316	V	33	Getroud	159	79,37	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
4	95	254	V	17	Ongetroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
5	85	312	V	40	Getroud	161	87,54	+	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
6	219	235	V	30	Getroud	161	86,63	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
7	25	383	V	49	Getroud	160	80,28	++	Moslem	Urdu	Huisvrou Nie-diabetes
8	85	387	V	30	Getroud	168	75,29	+	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
9	37	274	V	37	Getroud	157	72,57	++	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
10	33	299	V	29	Ongetroud	162	59,42	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
11	33	297	V	28	Geskei	152	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
12	22	321	V	24	Getroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
13	205	400	M	40	Getroud	165	90,26	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
14	95	284	M	35	Getroud	161	68,03	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
15	22	317	M	34	Getroud	180	78,92	-	Hindoe	Hindi	Handelaar Diabetes
16	101	345	M	15	Ongetroud	170	65,31	-	Moslem	Ojjerati	Skooler Diabetes
17	189	342	M	19	Ongetroud	171	90,71	++	Moslem	Urdu	Werkloos Nie-diabetes
18	33	306	M	34	Getroud	177	73,48	-	Hindoe	Hindi	Operateur (sienfabriek) Nie-diabetes
19	33	307	M	31	Getroud	171	67,13	-	Hindoe	Hindi	Hotelleiner Nie-diabetes
20	85	279	M	33	Getroud	184	75,75	-	Hindoe	Tamil	Onderyser Nie-diabetes

Label XLVIII Die kliniese beeld van die proefpersone

Proefpersoon nr.	Glukose-toleransietoets (mg/100 ml)			Glykoseurie			Proteinurie	Bloeddruk (mm Hg)	Hemo-globien (g/100 ml)	Bloed-groep	Hart	Long	Diagnose	Taslag
	Vastend	1 uur	2 ure	Vastend	1 uur	2 ure								
1	227	408	300	Spoor	+++	+++	++	150/102/98	10,5	O	Normal	Normal	Diabetes	V
2	196	240	246	0	0	0	Nul	110/70/62	13,9	B	Normal	Normal	Diabetes	V
3	170	300	162	0	+	+	Nul	140/120/110	14,4	O	Normal	Normal	Diabetes	V
4	112	240	210	0	+	+++	Nul	80/34/30	13,6	O	Normal	Normal	Diabetes	V
5	136	240	182	0	0	0	+	120/70/62	11,5	B	Normal	Normal	Diabetes	V
6	114	147	114	Spoor	0	0	Nul	105/65/58	-	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
7	85	168	112	0	0	0	Spoor	125/90/85	12,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
8	88	130	96	0	0	0	++	-	13,5	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
9	107	113	113	0	0	0	Nul	100/78/70	13,9		Normal	Normal	Nie-diabetes	V
10	125	148	125	0	0	0	Nul	125/82/78	13,7	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
11	107	160	121	0	0	0	Nul	130/90/75	11,4	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
12	94	137	100	0	0	0	Nul	100/70/60	10,9	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
13	244	384	282	+++	+++	+++	+++	180/120/110	17,1	B	Normal	Normal	Diabetes	M
14	127	300	210	0	++	++	Nul	Vet arm 120/72/68	17,1	O	Normal	Normal	Diabetes	M
15	77	201	176	0	0	0	Nul	105/86/70	14,0	O	Normal	Normal	Diabetes	M
16	125	207	153	0	0	0	Nul	115/80/70	14,6	B	Normal	Normal	Diabetes	M
17	100	116	106	0	0	0	Nul	105/70/58	15,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
18	112	171	105	0	0	0	+	125/100/90	17,8	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
19	162	144	117	0	0	0	Nul	95/70/60	16,3	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
20	117	142	80	0	+	Spoor	Nul	140/80/72	16,2	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M

Tabel XLIX Die gemiddelde daaglikse nutriëntinnames van vroulike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kkaal/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiënsuur (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kaalsium (mg/dag)
1 Diabetes	2253 (1767)	335 (311)	58 (52)	76 (35)	3542 (3966)	1,38 (1,20)	15,03 (13,77)	0,85 (0,86)	27,27	18,82 (16,66)	372 (443)
2 Diabetes	1020 (681)	141 (100)	35 (32)	32 (17)	2255 (1015)	0,51 (0,73)	7,20 (6,9)	0,50 (0,71)	20,16	9,44 (13,02)	334 (239)
3 Diabetes	2571 (1634)	393 (302)	69 (57)	76 (22)	4706 (1783)	1,28 (0,81)	15,90 (6,9)	1,54 (0,84)	12,79	19,25 (22,14)	412 (453)
4 Diabetes	1563 (1576)	202 (251)	47 (36)	57 (48)	5110 (3100)	0,71 (0,53)	7,54 (8,4)	1,16 (1,06)	14,22	9,82 (14,41)	405 (395)
5 Diabetes	1386 (1204)	201 (205)	40 (42)	44 (24)	3234 (4666)	0,72 (0,83)	6,50 (9,1)	0,75 (0,78)	34,20	12,55 (15,63)	357 (457)
Gemiddelde	1759 (1372)	254 (234)	50 (44)	57 (29)	3769 (2906)	0,92 (0,83)	10,43 (9,1)	0,96 (0,85)	21,73	13,58 (16,38)	376 (437)
6 Nie- diabetes	1846 (1734)	282 (291)	59 (57)	54 (38)	3959 (2083)	0,82 (1,14)	10,37 (11,61)	1,49 (0,81)	21,45	14,05 (21,87)	442 (412)
7 Nie- diabetes	1388 (1303)	256 (265)	30 (36)	26 (11)	2539 (1486)	0,50 (0,78)	4,62 (6,0)	0,37 (0,52)	6,92	6,79 (10,78)	223 (201)
8 Nie- diabetes	1526 (1619)	233 (250)	50 (49)	47 (47)	6375 (3233)	0,63 (0,85)	8,35 (10,2)	0,96 (0,87)	31,83	12,29 (13,68)	469 (500)
9 Nie- diabetes	1376 (1305)	195 (223)	40 (38)	48 (29)	1935 (3467)	0,68 (0,82)	7,37 (4,5)	0,77 (0,75)	19,20	12,75 (10,50)	356 (374)
10 Nie- diabetes	2311 (1352)	328 (237)	63 (65)	84 (16)	5438 (2850)	1,42 (1,17)	19,38 (13,5)	1,39 (0,78)	21,26	19,12 (24,30)	395 (546)
11 Nie- diabetes	1695 (1652)	216 (229)	59 (58)	66 (56)	3243 (3733)	0,72 (0,82)	8,44 (9,2)	0,94 (1,11)	29,55	12,89 (17,01)	328 (516)
12 Nie- diabetes	2647 (1875)	362 (348)	75 (60)	99 (27)	4512 (1700)	1,45 (1,30)	23,68 (13,1)	2,31 (1,91)	15,64	20,88 (18,31)	417 (517)
Gemiddelde	1827 (1548)	267 (163)	54 (52)	61 (32)	4000 (2650)	0,89 (0,89)	11,74 (9,7)	1,18 (0,86)	20,84	14,11 (16,64)	376 (438)
Aanbevole standaard Nasionale Voedings- raad (1956): Sitteend			65		4000	0,17	12,0	1,6	40	9	700
Totaal vir alle proefpersone : Manlik en vroulik	1793 (1460)	261 (249)	52 (48)	59 (31)	3885 (2778)	0,91 (0,86)	11,09 (9,41)	1,07 (0,86)	21,29	1385 (16,51)	376 (438)

Table 1. Mean values of the 100 subjects in the study

Proefpersoon nr.	Criterion	Kalorie-inname (kcal/dag)	Koolhydraten		Suikrose-inname (g/dag)	Lipide-inname g. daag	
		(g/dag)	Overvryn (g/dag)	Verflyn (g/dag)			
Niet-diabetikers							
1	16	2253	335,2	103	25,5	9,12	
2	20	1020	140,5	41	1,7	6,69	
3	33	2571	392,5	29	22,7	8,29	
4	17	1563	202,4	14	-	-	
5	40	1336	200,9	85	6,3	2,30	
Gemiddeld		1759	254,3	55	14,0	4,08	
Niet-diabetiese vroue							
6	30	1846	281,8	42	42,0	15,33	
7	49	1398	255,6	80	44,7	17,78	
8	30	1526	233,0	68	44,3	16,39	
9	37	1376	195,1	67	-	-	
10	29	2311	327,6	124	27,4	10,01	
11	28	2647	361,9	182	1,8	0,66	
12	24	1695	215,9	11	23,9	8,72	
Gemiddeld		1827	267,8	82	31,5	9,74	
Manlike diabetikers							
13	40	1466	204,5	23	-	-	
14	35	1864	301,9	138	14,5	5,29	
15	34	2105	292,3	27	12,2	4,45	
16	15	1891	265,6	80	32,7	12,01	
Gemiddeld		1832	266,1	67	19,9	7,44	
Niet-diabetiese mans							
17	19	1165	193,5	25	11,5	4,20	
18	34	2723	396,2	35	19,1	6,97	
19	31	2518	389,4	18	36,1	13,18	
20	33	1655	288,1	48	43,7	15,95	
Gemiddeld		2015	316,8	32	27,6	10,09	
Gemiddeld vir groep		1848	273,7	58	20,7	7,57	

Tabel LIII Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van Chatsworth-Indiërs uitgedruk in terme van ouderdom

Sukrosp _F -inname (g/dag)	O u d e r d o m (j a a r)											
	6	6-8	9-11	12-14	15-18	19-21	22-25	26-30	31-40	41-50	50	
Mans	21,2	25,5	22,7	28,2	30,9	39,4	40,0	39,9	38,4	22,6	43,9	
Vroue	20,0	19,1	23,6	23,6	22,5	27,6	33,2	45,7	32,8	28,2	28,3	

Tabel LIV Die gemiddelde persentasie tyd wat daaglik aan aktiwiteite bestee was

Groep	Geslag	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweeg rond		Stap (eie pas)		Werk (beroep)		Ontspanning	
		% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
Diabeties	Vroulik	38,1	625	15,8	293	1,2	32	22,6	484	6,6	262	15,5	869	0,2	17	-	-
	Manlik	38,7	686	25,9	528	3,7	112	14,5	318	4,5	227	12,4	727	-	-	35	35
Nie-diabeties	Vroulik	37,3	616	17,9	316	3,1	79	15,3	309	10,5	372	15,9	851	-	-	-	-
	Manlik	37,9	689	21,2	430	5,4	119	14,0	343	1,2	32	12,6	744	6,7	620	1,0	55

Tabel LV Die aktiwiteitspatroon van 6 lede van gesin 33

Proefpersoonnummer	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Stande (besig)		Stande en beweë rond		Slap		werk (beroep)		Ontspanning	
	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
1	39,7	732	13,3	265	1,5	42	14,1	345	17,9	748	13,3	626	-	-	-	-
3	39,8	663	15,1	266	3,5	97	5,6	115	4,2	150	32,1	1504	1,2	15	-	-
10	34,1	488	18,8	310	2,9	80	14,3	232	17,7	637	12,2	557	-	-	-	-
11	41,1	693	18,8	327	2,1	51	22,9	452	3,9	156	10,9	565	-	-	-	-
13	36,1	641	21,1	423	-	-	30,1	716	-	-	2,5	456	4,2	201	-	-
19	36,2	604	21,9	438	0,6	19	18,8	221	-	-	10,4	535	22,5	1579	-	-

Tabel LVI
Vergelykende waardes tussen maksimale suurstofopname-kapasiteit van mans-
en vroue Indierstudiante en waardes uit vergelykende studies

	Suid-Afrikaanse Indiers	Suid-Afrikaanse Blankes	Suid-Afrikaanse Bantoes	Sweedse jong mans goed ge-oefen	Amerikaanse mans (Blank)	Noorweegse studente	Amerikaanse studente	Sweedse Huisvroue
	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)	(f)	(g)	(h)
Ouderdoms-groep (jaar)	21-25 (18-23)	19-24	Jong Volwas-senes	20-29	18-24	23, 4 (22, 6)	17-22	20-29
Maksimale suurstofkapasiteit (l/min.)	2,35 (1,51)	3,15	2,12	4,19	-	3,20 (2,30)	(1,78)	(2,23)
Maksimale suurstofkapasiteit (ml/kg/min.)	41,0 (32,3)	47,2	36,2	52,2	39,2-40,0	44,0 (38,0)	(29,8)	(39,9)

(a) De Waal en Booyens (1971)
 (b)(c) Wyndham en Heyns (1969)
 (d)(h) Astrand (1960)

(e) Hansen et al. (1967)
 (f) Hermansen en Andersen (1965)
 (g) Michael en Harvath (1965)

Die waardes in hakies () dui vroulike proefpersone aan

Tabel XXIII Die gereeldheid van inname van geursels, souse, suurtjies, sop en drank

	GEURSELS			SOUSE	SUURTJIES			S O P			D R A N K E					
	Vanilla	Suur- lemoen	Amandel		Tamatte	Worcester	Atchar	Blatjang	Suurrie	foeier	Blk	Ander	Spiritus	Bier	Vrugte	Koffie en kakao
Daaglik %	-	-	-	-	-	5	-	10	-	-	-	-	-	-	10	100
Gereeld %	-	-	-	-	-	5	30	45	-	-	-	15	5	10	20	-
2 x week %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week %	-	-	-	-	10	5	5	10	-	-	-	10	10	-	15	-
2 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand %	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Selde %	20	-	-	-	15	15	30	35	-	-	-	35	30	35	5	-
Nooit %	80	100	100	100	75	80	75	35	-	95	100	100	40	55	55	50

Tabel XXIV

Inname van ander voedsel niet genoemd in tabellen XVI tot XXIII niet

	Megenom van kantien en kafee								Traditionele gerechte	Alte kosse	Anter
	Kerrie en rys	Vis en skyfies	Kerrie-Vis	Vleis-pastei	Hamburger	Toebroodjies	Kors-broodjie	Anter (Chilibite)			
Daaglikse	-	-	-	-	-	-	-	-	50	-	-
Gereeld	-	10	-	5	-	-	-	10	70	-	-
2 x week	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x week	-	5	-	-	-	-	-	10	-	-	-
2 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 x maand	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Seldse	10	25	5	15	-	30	-	50	-	-	-
Woolt	90	50	95	80	100	70	150	100	-	20	100

* Sal afsonderlik bespreek word

Totaal: 57

Dogters 24, Seuns 33.

Ouderdom:

< 1 jaar, 2; 1 - 2 jaar, 1, 2 - 3 jaar, 5; 3 - 4 jaar, 5; 4 - 5 jaar, 3; 5 - 6 jaar, 4; 6 - 7 jaar, 3; 7 - 8 jaar, 5; 8 - 9 jaar, 2; 9 - 10 jaar, 5; 10 - 11 jaar, 3; 11 - 12 jaar, 3; 12 - 13 jaar, 4; 13 - 14 jaar, 4; 14 - 15 jaar, 5; 15 - 16 jaar, 3.

Godsdienst:

Hindu, 45; Moslem, 6; Christen, 6.

Etnies:

Tamil, 41; Hindi, 7; Moslem, 6; Telegu, 3.

Huis taal:

Tamil, 24; Hindi, 6; Urdu, 6; Telegu, 3; Engels, 18.

Tydperk woonagtig in Chatsworth:

1 jaar, 5 (sluit in 2 kinders < 1 jaar oud); 2 - 3 jaar, 6; 3 - 4 jaar, 20; 4 - 5 jaar, 22; > 5 jaar, 3.

Borsvoeding:

34.

Tydperk van borsvoeding:

Nooit, 23; < 1 maand, 5; 1 - 2 maande, 1; 2 - 3 maande, 2; 3 - 6 maande, 3; 7 - 11 maande, 14; 12 - 18 maande, 2; > 18 maande, 6 (dit is 2½ jaar, 2 jaar, 3 jaar, 2 jaar, 20 maande, 3 jaar en 1 maand).

Aanvang van bottlevoeding:

Totaal borsvoeding ontvang: 46.

Tabel XXV (vervolg):

Aanvangsouderrdom:

Nooit, 11; vanaf geboorte, 27; 1 - 3 maande, 4; 4 - 6 maande, 2; 7 - 9 maande, 2; 10 - 12 maande, 8; 13 - 18 maande, 5; > 18 maande, 8.

Voeding:

Lactogen, 23; Nespray, 7; gekondenseerde melk in water, 6; vars melk, 1; babagraankos in water, 2; babagraankos in melk, 5; Klimmilk, 4; Skimco, 14; Nestum in water, 3.

Aanvang van innamē van vaste kos:

Aanvangsouderrdom:

< 6 maande, 4; 6 - 9 maande, 11; 10 - 11 maande, 28; 13 - 18 maande, 7; > 18 maande, 7.

Voeding voor speenouderrdom:

Gekookte rys, 10; brood, 9; brood met botter, 11; ontbyt-pap, (mie-lie - en hawer-), 22; vla, 12; Lactogen, Klimmilk, ge-kondenseerde melk, Skimco, tesame met brood, rys, baba-graanvoedsel en pap, 31; gekookte groente, 6; babagraan-voedsel, 7; beskuitjies, 4; kerrie, 1.

Speenouderrdom (bors- en bottelvoeding):

< 6 maande, 0; 6 - 9 maande, 3; 10 - 12 maande, 21; 13 - 18 maande, 10; 19 - 24 maande, 13; 24 maande, 5.

Addisionele voeding wat kind voor 6 maande behoort te ontvang, volgens moeder:

Melk, 20; graanpap, 10; gekookte groente, 2.

Addisionele voeding wat kind na 1 jaar behoort te ontvang, vol-gens moeder:

Melk, 11; kerrie en rys, 10; brood, 10; brood met botter, 4; pap en/of graankos, 16; gekookte groente, 8; vleis, 3; eiers, 3; tee, 8.

Kos wat kind na speenouderrdom ontvang het:

Melk, 6; brood, 31; botter, 15; tee, 24; vleis, 6; eiers, 10; gekookte rys, 11; kerrie en rys, 32; kerrie, 4; groentebredie, 20; gekookte groente, 23; rou groente, 1; vrugte, 1; pap (mie-lie - en hawer-), 10; gebraaide groente, 8; dhall, 2;

Tabel XXV (vervolg):

miliërijs, 9; ontbytgtraankos, 1; beskuiljies, 1.

Kos van voedingskemas op voorskoolse ouderdom ontvang: 15

Aard:	Skimco, 11; Lactogen, 1; Nespray, 2; poeiermelk, 2.
Bron:	Kliniek.
Ouderdom:	< 3 maande, 4; 3 - 6 maande, 8; > 6 maande, 4.
Duur:	< 3 maande, 1; 3 - 6 maande, 1; > 6 maande, 13.
Kos en nutriente deur dokter voorgeskryf: 16.	
Aard:	Vitamiënstroop, 12; vitamienolie en mout, 4.
Duur:	< 3 maande, 5; 3 - 6 maande, 8; > 6 maande, 3.
Medisyne gebruik: 56.	
Aard:	Kasterolie, 46; melk van magnesia, 6; Brooklax, 5; Engelse-sout, 1.
Gereeldheid:	Weekliks, 5; twee-weekliks, 13; maandeliks, 38.

Tabel XXVI
 Somatometrische besonderheden van Chatsworth-seuws onder 18 jaar oud

Familie nr.	Onderdom (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i g (kg)		I r i s e s (mm)		Subskapulêr (mm)					
	(1)	(11)	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil	(1)	(11)	Verskil			
A	16,0	17,3	161,6	167,7	6,1	45,2	53,5	8,3	4,3	5,0	0,7	5,5	6,3	0,8
B	13,8	15,7	141,5	156,5	15,0	33,5	44,7	11,2	5,9	7,0	1,1	6,2	7,6	1,4
D	14,8	16,6	160,5	169,5	9,0	37,7	41,4	3,7	4,1	4,6	0,5	4,0	4,6	0,6
E	4,1 0,2	5,9 2,0	100,5 57,6	Permanent by familie 84,7	27,1	16,5 5,6	12,1	6,5	12,1 5,8	7,6	1,8	6,9 3,1	14,6	11,5
F	11,1 9,5 7,5	12,9 11,3 9,3	135,6 130,5 116,4	145,2 139,6 126,4	9,6 9,1 10,0	26,7 24,3 18,1	32,5 32,4 23,8	5,8 5,7 5,7	5,6 6,2 3,9	9,3 10,0 7,0	3,7 3,8 3,1	4,0 5,3 2,6	5,0 6,0 5,0	1,0 0,7 2,4
G	13,3 11,7 10,1	15,2 13,5 11,9	134,0 118,1 124,0	150,4 128,1 133,7	16,4 10,0 9,7	26,1 19,7 22,4	34,8 23,7 25,7	8,7 4,0 3,3	4,9 7,3 3,3	6,0 8,7 5,6	1,1 1,4 2,3	3,1 3,3 2,5	6,0 5,0 4,3	2,9 1,7 1,3
H	2,1	3,9	98,4	99,8	1,4	11,1	13,1	2,0	4,0	8,6	4,6	8,1	3,6	-4,5
I	7,0 4,9	8,8 6,8	109,4 100,4	118,4 111,6	9,0 11,2	17,3 14,9	20,6 17,6	3,3 2,7	10,4 8,9	10,6 8,3	0,2 -0,6	4,0 3,5	5,3 4,0	1,3 0,5
J	13,8 9,5	15,7 11,3	136,3 111,2	150,5 130,4	14,1 19,2	30,6 24,8	39,1 27,9	8,5 3,1	9,3 5,6	7,3 7,0	-2,0 1,4	4,9 3,4	5,3 7,3	0,4 3,9
K	14,8	16,6	149,9	164,7	14,8	37,4	50,8	13,4	5,9	5,0	-0,9	4,0	5,6	1,6
L	16,7 14,0 12,4	Huils verlaet 15,9 14,3	163,5 145,1 145,5	159,0 156,1	13,9 10,6	40,2 33,8 31,7	46,3 38,6	12,5 6,9	5,0 5,1 6,7	8,0 8,6	2,9 1,9	5,5 5,0 5,0	9,6 5,3	4,6 0,3
M	12,1 9,5 8,3 5,2 3,7	13,9 11,3 10,1 7,0 5,5	141,0 130,1 114,7 99,5 89,4	153,0 139,8 124,4 111,0 105,0	12,0 9,7 9,7 11,5 15,6	31,1 24,0 18,9 15,5 12,1	39,6 28,8 23,6 15,9 14,3	8,5 4,8 4,7 0,4 2,2	5,5 5,0 5,0 7,1 5,8	7,0 9,0 7,0 9,0 7,0	1,5 4,0 2,0 1,9 1,2	3,4 2,8 2,0 3,0 2,4	5,0 4,0 4,0 4,3 4,0	1,6 1,2 2,0 1,3 1,6
N	5,0	6,8	99,6	110,3	10,7	17,1	19,8	2,7	7,7	11,6	3,9	2,9	3,6	0,7
O	2,9 0,7	4,8 2,5	87,5 62,4	100,0 86,5	12,5 24,1	13,3 8,1	15,9 11,3	2,6 3,2	9,9 9,7	11,6 9,3	1,7 -0,4	5,0 4,3	5,3 3,0	0,3 -1,3
P	14,5 8,8	16,3 10,6	165,4 135,1	170,7 143,0	5,3 8,0	49,9 24,9	68,0 27,5	18,1 2,6	4,5 4,8	14,3 7,0	9,8 2,2	5,5 3,0	15,0 4,0	9,5 1,0
R	3,8 2,2	5,7 4,0	98,4 80,9	113,0 96,5	14,6 15,6	15,6 10,2	19,6 14,4	4,0 4,2	6,8 9,3	5,6 11,0	-1,2 1,7	3,2 4,9	4,0 4,6	0,8 -0,3
S	7,3 7,3 7,3	9,2 9,2 9,2	119,7 130,5 121,0	130,5 130,3	10,8 9,2	17,1 17,4	19,9 20,0	2,8 2,6	5,0 5,3	6,3 7,0	1,3 1,2	3,0 3,2	4,0 4,0	1,0 0,8
Gemiddelt	7,3	9,2	121,0	130,3	9,2	17,4	20,0	2,6	5,3	7,0	1,2	3,2	4,0	1,7

Table NVIII Somatometrie des besonde theede van Chatsworth-duffers onder 18 jaar oud

Facilite nr.	Categorie (jaar)		L e n g t e (cm)		G e w i c t (kg)		T r i c e p s (mm)		Subcapulär (mm)					
	(I)	(II)	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)	Verskil	(I)	(II)	Verskil			
A	17,3 11,9 3,0	19,2 13,8 Huis verlaat	155,8 131,1 27,5	157,0 145,9	1,6 14,8	50,5 25,5 10,5	52,5 33,8	2,0 8,3	14,5 10,3 8,0	21,3 11,6	6,8 1,3 3,3	11,5 6,4 3,3	19,6 15,6	8,1 9,2
B	9,6 9,9	11,4 2,8	121,6 64,0	135,2 86,0	13,6 22,0	21,6 8,0	26,7 10,8	5,1 2,8	5,0 6,0	7,0 11,0	2,0 3,0	3,3 4,9	5,0 3,6	1,2 -1,3
C	14,3 10,9 5,1	16,1 12,8 6,9	146,8 126,0 96,0	152,4 135,2 105,6	5,6 9,2 9,6	33,4 21,7 13,2	38,2 25,9 15,8	4,8 4,2 2,6	5,0 6,5 5,7	8,3 9,0 6,3	3,3 2,5 0,6	5,1 4,1 3,3	7,5 5,6 3,0	2,5 1,5 -0,3
D	17,9	Huis verlaat	155,8		42,3	8,4			8,4			9,7		
E	5,2	7,0	108,0	120,7	12,7	16,5	21,6	5,1	10,2	10,0	-0,2	5,4	5,6	0,2
G	9,1 8,7 4,6	10,9 10,5 2,4	109,9 107,1 101,7	121,1 113,0 111,9	11,2 10,9 10,2	17,7 15,6 16,3	20,9 19,3 19,1	3,2 3,7 2,8	7,3 7,3 9,0	10,3 9,3 12,6	3,0 2,0 3,6	3,4 3,1 4,1	4,6 5,0 5,0	1,2 1,9 0,3
H	15,3	17,1	151,2	154,2	3,0	49,7	50,1	0,4	23,5	21,6	-1,9	12,7	11,3	-1,4
J	15,1 11,3 4,8	16,9 13,1 3,8	139,9 130,2 101,9	143,8 139,4 111,1	3,9 9,2 9,2	34,8 28,4 16,6	38,5 36,8 18,4	3,7 8,4 1,8	11,0 11,4 9,2	11,3 15,0 9,6	0,3 3,6 0,4	5,1 5,0 5,1	6,3 10,3 6,0	1,2 4,3 0,3
K	12,1	14,7	151,9	157,4	5,5	31,6	37,5	5,9	6,0	7,6	1,6	3,9	5,3	1,4
L	16,7	12,8	133,0	142,8	9,8	24,3	29,7	5,4	7,2	11,0	3,8	5,0	7,3	2,3
M	6,3	8,1	103,1	115,7	12,6	16,2	21,7	5,5	7,2	13,7	6,5	3,0	7,0	4,0
N	3,0	4,8	84,1	96,4	12,3	11,6	14,6	3,0	8,0	14,3	6,1	4,1	5,6	1,5
O	4,7	6,6	103,2	113,9	10,7	18,9	22,5	3,6	11,7	14,0	2,3	6,0	9,6	3,6
P	13,2	15,0	160,6	165,9	5,3	38,9	46,4	7,5	4,4	10,7	6,3	3,9	10,0	6,1
Q	15,5	17,3	146,9	146,9	0,0	42,1	43,8	1,7	9,9	14,6	4,7	8,2	18,3	10,1
R	17,1	Huis verlaat	156,6		42,7				8,0			6,0		
S	2,7	4,5	37,5	101,7	14,2	10,5	13,1	2,6	4,7	7,3	2,6	2,5	4,6	2,1
T	3,1	4,9	45,4	95,7	<u>19,3</u>	11,3	13,0	<u>1,7</u>	11,2	11,3	<u>0,1</u>	4,1	5,0	<u>0,2</u>
Gemiddeld											2,6			2,6

Tabel XXVIII Somatometrie van Westville-seuns onder 18 jaar oud

Familie	Onderdom	lengte (cm)	gewicht (kg)	Triceps (mm)	Subskapulier (mm)
W 1	11,4 9,0 16,3	135,5 126,1 165,8	28,5 22,6 49,9	13,0 16,3 11,6	5,3 6,0 5,0
W 2	16,2	167,6	56,4	11,0	8,0
W 4	11,4 2,3	143,0 88,0	54,2 13,5	26,6 10,0	20,6 4,0
W 6	2,0 8,0	86,5 120,7	10,6 20,0	11,0 9,3	4,3 4,6
W 8	9,1	125,4	29,3	17,6	9,6
W 9	11,3 3,9	141,8 109,1	31,1 17,8	8,6 13,6	6,3 6,6
W 12	10,3	137,9	41,3	25,3	15,6
W 13	1,2	70,0	9,1	10,3	5,6
W 14	4,7	104,7	15,3	7,6	3,3
W 15	3,0	86,7	10,9	11,0	6,6
W 17	8,9 7,1	127,5 123,7	23,6 22,1	13,0 11,3	4,6 4,3
W 20	15,4	168,4	81,7	16,3	22,6

Tabel XXIX
Somatometrie van Westville-dogters
ouder 18 jaar oud

Familie	Onderdom nr.	Onderdom (jr.)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Triceps (mm)	Subskapulêr (mm)
W 1	W 3	10,8 7,9 4,7 2,1	138,7 127,1 100,5 86,5	29,1 26,0 15,5 10,3	11,0 10,3 11,6 11,6	7,0 5,0 5,6 5,6
W 4	W 7	8,8 11,7 8,1 2,5	131,0 132,8 116,8 86,0	31,0 25,5 21,0 10,9	17,0 11,0 11,3 12,0	9,0 6,3 6,0 5,0
W 8	W 9	15,3 0,4	150,7 58,5	48,7 6,3	15,0 11,0	16,0 7,0
W 10	W 11	15,9 1,8	162,5 81,5	50,0 12,6	13,6 14,6	11,6 8,6
W 12	W 13	14,2 4,9	162,3 107,0	42,1 15,7	10,6 13,6	6,3 5,0
W 14	W 15	10,9 15,8	141,0 154,0	36,3 39,0	19,3 18,6	12,6 9,3
W 16	W 17	1,4 1,9	75,5 92,2	9,5 18,2	9,3 22,0	5,0 15,6
W 18	W 19	0,7 16,4	68,1 156,5	8,5 49,9	11,0 18,6	6,6 19,6
W 20		17,5 11,8	157,3 145,8	67,4 57,9	21,6 25,3	23,3 23,6

Tabel XXX
Lengte, gewig en subskapulêre en triep-
velvoudiktes van mans bo 18 jaar oud

Indivi- du nr.	Jaar	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Subskapulêre velvoudikte (mm)	Triepse- velvoudikte (mm)
A 1	58	162,7	51,73	9,9	5,5
A 3	28	170,3	51,05	7,0	2,9
B 11	58	163,2	59,43	9,7	3,5
B 13	26	160,3	64,43	21,4	6,8
B 14	19	153,6	48,06	11,0	7,5
C 18	64	165,1	63,01	16,7	7,0
C 20	35	154,1	44,43	8,0	4,3
D 24	53	164,0	59,65	18,3	12,9
E 29	30	170,5	57,10	13,0	5,0
E 34	39	164,5	58,80	10,0	5,6
F 36	39	163,9	61,19	15,1	4,0
H 47	62	163,0	48,64	4,3	2,7
H 49	39	168,9	63,24	8,6	7,1
H 51	30	160,4	49,87	6,7	2,5
H 52	24	169,2	50,63	6,3	2,8
H 53	20	168,0	60,70	8,3	4,0
I 56	32	166,4	55,28	8,5	5,3
J 60	46	-	-	-	-
K 68	53	-	-	-	-
L 72	57	162,9	65,68	17,5	6,6
N 85	28	155,4	68,75	22,0	18,5
O 89	27	171,5	59,94	6,4	6,7
P 94	36	164,8	59,72	14,5	11,8
Q100	18	155,4	59,77	16,0	14,5
R102	38	164,3	52,27	14,7	5,5
S108	36	168,6	64,72	-	-
T113	32	167,6	57,33	11,0	9,8

Tabel XXXI
Lengte, gewicht en subskapulêre en triep-
velvondiktes van vroue bo 18 jaar oud

Indiwi- du nr.	Ouderdom jaar	Lengte (cm)	Gewicht (kg)	Subskapulêre velvondikte (mm)	Trieps- velvondikte (mm)
A 2	45	148,8	65,0	21,2	20,0
A 4	21	157,0	43,08	6,9	12,0
A 5	23	150,8	50,45	15,3	20,5
A 6	19	152,6	47,15	10,7	13,4
A 7	18	155,8	50,45	11,4	14,5
B 12	42	148,5	58,29	13,0	12,5
C 19	60	147,4	47,21	10,2	8,2
D 27	42	164,1	56,81	10,3	12,4
D 26	21	164,8	48,52	7,9	6,8
E 30	29	154,6	67,78	22,8	16,8
F 35	35	153,5	70,8	25,7	20,7
G 40	33	139,4	28,75	5,9	7,0
H 48	55,5	144,3	80,22	37,4	36,9
H 50	23	157,8	55,28	11,7	21,4
I 57	38	144,2	48,98	12,3	19,8
J 61	39	147,6	56,59	22,9	19,2
K 69	37	145,7	70,57	31,5	36,0
L 73	50	157,6	69,43	26,5	26,7
M 78	41	148,3	60,80	21,6	20,0
N 86	29	149,9	72,50	27,0	27,8
O 90	24	155,1	46,82	6,2	9,7
P 95	43	165,7	53,52	10	9,6
Q 99	53	141,2	45,91	9,8	14,8
R103	30	152,3	46,14	9,8	8,9
R106	86	-	-	-	-
S109	33	151,0	55,00	25,4	20,3
T114	29	154,1	55,68	8,9	12,9

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesinsgrootte en inkomste

Huisgesin	Geta1 families in huis	Huisgesin- grootte	Geta1 werk- saam	N e r t n g	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige Inkomste	Totale Inkomste (R/week)	Geta1 werkloos	Geta1 skollere	Geta1 voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
A	2	10	3	Skoonmaker (Hoof) Tjulier (Vrou) Arbeider (seun)	8,00 3,00 13,00	-	-	24,00	3	3	1	2,40
B	2	7	3	Masjienoperateur (Hoof) Klerk (Vrou) Wolsorteerder (seun)	11,00 15,00 5,00			31,00		2	1	4,43
C	1	6	1	Kantoorassistent (Hoof)	7,50 Tydelik	7,50 Pensioen		15,00	1	2	1	2,50
D	1	5	3	Klerk (Hoof) Verpleegster (Vrou) Fabriekspakker (dogter)	8,00 11,00 5,00			24,00		1		4,80
E	1	5	1	Spoorwegarbeider (Hoof)	10,75			10,75			3	2,15
F	1	6	1	Swembad-arbeider (Hoof)	12,50			12,50	1	3		2,08
G	1	7				6,94 Indiërsake Huisvrou		6,94	1	6		0,99
H	2	9	4	Arbeider (Hoof) Operateur (Seun) Verkoopsagent (Seun) Klerk (Seun)	9,20 9,00 13,60 9,00			40,80	2	1	1	4,54
I	1	4	2	Keiner (Hoof) Masjinstste (Vrou)	12,00 5,00			17,00		1	1	4,25
J	1	8				6,50 (Hoof) Werk- loosheids- versekering		6,50	2	4	2	0,81
K	1	4			8,00 (Hoof) in- sake			8,00	2			2,00

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrooite en inkomste (vervolg)

Huisgesin in huis	Getaal families	Huisgesin- grooite	Getaal werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Getaal werkloos	Getaal skollere	Getaal voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diersake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbeider (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbeider (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diersake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Tabel XXXII Inligting omtrent huisgesingrooite en inkomste (vervolg)

Huisgesin	Getal families in huis	Huisgesin- grooite	Getal werk- saam	N E R I N G	Loon (R/week)	Toekenings (R/week)	Bykomstige inkomste	Totale inkomste (R/week)	Getal werkloos	Getal skollere	Getal voorskools	Per kapita inkomste (R/week)
L	1	6	1		11,50		0,50 Bak- kery voertuig (Seun)	12,00	4			1,92
M	1	7				6,50 In- diërsake weduwe	Vry groente en vrugte op Saterdag	6,50	3		3	0,93
N	1	4	1	Arbelder (Hoof)	9,72			9,72			2	2,43
O	1	5	1	Klerk (Hoof)	11,42			11,42			3	2,28
P	1	5	1	Arbelder (Hoof)	11,88			11,88	3			2,33
Q	1	3	1	Klerk (Seun)	9,25	5,50 Pen- sionaris		14,75	1			4,92
R	1	6	1	Kelner (Hoof)	11,75	3,76 In- diërsake Moeder		15,50	1		2	2,59
S	1	5	1	Toonbankklerk (Hoof)	14,00			14,00	2		1	2,80
T	1	3	1	Klerk (Hoof)	20,00			20,00			1	6,67
Gemiddeld		5,8	1,3					15,61				2,89

Familie nommer		C. E. S. I.																			Totale uitname (R/week)	
Totale Inkomste (R/week)		Melk	Eier	Brood	Kruidenterware	Speserye	Groente	Vrugte	Suiker	Vet	Alkoholiese drank en sigarette	Klere	Huur en belasting	Water en elektrisiteit	Vervoer	Brenstof in huis	Mediese onkoste	Assuransie	Opvoeding	Vermaak	Skool	
A	24,00	0,50	0,50	1,40	3,50	0,50	1,50	0,50	0,88	0,40	-	2,50	1,65	-	1,10: bus 3,00	0,10	0,53	0,00	0,50	0,50	-	
B	31,00	0,50	0,50	0,70	1,38	0,55	1,00	0,50	0,42	0,22	-	1,00	1,40	1,13	3,00: bus 0,40	0,25	1,00	0,04	-	-	-	
C	15,00	1,00	0,50	0,70	4,00	1,50	2,50	0,50	0,28	0,71	-	0,50	0,70	1,10	0,40: bus 0,05	0,25	0,70	0,11	-	-	-	
D	24,00	0,50	0,50	0,60	3,00	0,55	2,00	0,50	0,25	0,21	-	0,50	1,65	0,70	1,40: bus 0,40	0,25	0,70	0,00	-	-	-	
E	19,75	0,32	1,05	0,35	0,50	0,25	1,00	0,30	0,44	0,20	-	0,50	3,00	Ingeleent by uur 1,75: bus 0,40	-	1,00	-	1,00	-	-	Meubels 4,35	
F	12,50	0,51	0,80	0,30	1,00	4,00	0,25	2,00	0,35	0,44	-	0,65	2,65	0,50	2,13: bus 0,05	0,50	-	0,13	0,13	-	-	
G	6,94	0,28	0,53	0,08	0,35	1,25	Ingeleent by kruidenters-ware *	-	-	-	-	0,75	1,65	0,30	0,25: bus 0,20	0,15	-	0,44	-	-	-	
H	40,80	1,04	2,10	0,70	1,10	6,50	0,50	4,00	Ingeleent by groente 0,42	0,44	-	3,12	3,45	Ingeleent by uur 4,00: bus 0,05	0,63	1,52	0,50	-	-	Radio, stoof 3,75		
I	17,00	0,43	0,53	0,35	0,35	3,00	0,50	1,00	0,30	0,21	0,20	-	0,25	2,10	0,50	2,20: bus 0,20	1,25	-	0,10	-	-	
J	6,50	0,44	1,40	0,40	1,05	2,00	0,25	0,30	0,20	0,49	0,11	0,50	2,02	0,90	0,13: bus -	0,15	-	0,04	-	-	Winkel 0,25	
K	8,00	0,32	1,40	0,40	0,40	2,00	0,13	0,40	0,20	0,35	0,11	0,50	2,52	0,35	0,15: bus 0,20	0,15	-	0,11	-	-	Stoof 1,01	
L	12,00	0,45	1,05	0,30	1,40	2,00	0,25	1,00	0,50	0,70	-	0,25	2,02	0,20	1,00: bus 0,40	0,10	0,35	0,10	-	-	-	
M	6,50	0,24	0,55	0,60	0,70	5,00	0,15	1,50	0,25	0,21	0,44	-	2,02	0,83	0,20: bus 0,05	-	-	-	-	-	-	
N	9,72	0,30	0,70	0,30	0,50	2,00	-	0,50	0,20	0,35	0,22	0,10	2,02	0,50	1,25: bus 0,10	0,06	-	-	-	-	Radio, bed 1,75	
O	11,42	0,23	0,70	0,15	0,35	1,75	-	0,35	0,15	0,25	0,22	0,40	2,52	Ingeleent by uur 1,25: bus 0,05	-	-	-	-	-	-	Klere, stoof 2,75	
P	11,88	0,05	1,00	0,08	0,63	4,00	-	1,00	Ingeleent by groente 0,35	-	-	0,45	2,17	0,63	1,50: bus 0,40	0,75	-	0,25	-	-	1,25 stoof & kamera	
Q	14,75	0,70	0,5	0,30	0,35	4,00	-	1,50	-	0,42	0,22	0,60	2,02	0,50	1,20: bus 0,40	-	1,50	0,45	0,50	-	-	

Label XXXIII:

Inkomste- en uitgawestaat van die 20 Chatsworth-huisgesinne (vervolg)

Familie nommer		V O E D S E L												Totale uitgawe (R/week)													
Totale inkomste (R/week)																											
R	15,50	0,48	0,50	0,18	0,70	0,25	-	1,50	0,20	0,28	0,44	-	Klere	1,00	2,02	1,00	1,50:bus	-	0,75	-	-	-	-	-	Vermaak	Skuld	20,35
													Huur en belasting														
													Water en elektrisiteit														
													Vervoer														
													Brandst.f in huis														
													Mediese onkoste														
													Assuransie														
													Opvoeding														
S	14,00	1,20	1,05	0,30	0,70	2,50	-	1,00	0,40	0,39	0,44	-		0,63	3,33	0,75	1,50:bus	0,20	0,45	0,21	0,05	-	-	-	Stoof 1,50		16,60
T	20,00	0,50	1,05	0,20	0,30	3,00	-	1,50	0,50	0,21	1,54	3,00	Klere	1,25	1,25	Ingesluit by huur	1,13:bus	0,05	0,25	-	-	-	-	-	Radio 2,00		17,73
Gem. 15,61		0,52	1,09	0,34	0,68	3,42		1,55		0,37	0,33	0,29		0,79	2,78	1,63	0,14	0,33	0,34	0,28	0,06	1,29				16,23	

* Vir groente toegif op Saterdag

Hebberis, Huweliks-koste 7,25

Tabel XXXV Hematologiese besonderhede van die proefpersone

Groep	Hemoglobien (g/100ml)	Differensiële Seltelling				
		Polimorfe (%)	Limfosiete (%)	Monosiete (%)	Eosinofiele (%)	Basofiele (%)
Kinders onder 2 jaar (2)*	14, 1 (13, 5-14, 7)	18	67	4	10	1
Kinders 3-5 jaar (15)	13, 3 (11, 2-14, 4)	52 (22-68)	35 (18-70)	6 (3- 9)	7 (1-12)	1 (0-3)
Kinders 6-10 jaar (16)	13, 6 (10, 8-15, 2)	62 (39-80)	25 (9-49)	6 (1-10)	6 (3-12)	0 (0-1)
Kinders 11-15 jaar (21)	14, 2 (11, 5-16, 3)	59 (25-74)	28 (14-49)	5 (3- 9)	6 (2-20)	1 (0-2)
Seuns oor 16 jaar en mans (29)	16, 4 (11, 6-21, 0)	57 (32-75)	34 (14-56)	7 (3-12)	6 (2-16)	1 (0-2)
Dogters oor 16 jaar en vroue (30)	14, 3 (12, 4-18, 2)	56 (26-85)	33 (7-62)	5 (2- 8)	5 (1-12)	1 (0-2)

* Differensiële telling slegs op een gedoen
 () onder groep dui getal proefpersone aan
 () dui die variansie aan

Tabel XXXVIII Die nutrientsamestelling van voedselseenhede : Eenheidberekening

Groep	Porsie	Kalorie (k kal)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
(a) Graankosse	1 eenheid	78	2,4	0,6	11	0,5	-	0,04	0,02	0,4	-
(b) Melk	1 eenheid	83	4,4	5,0	142	0,1	215	0,04	0,16	0,1	0,2
(c) Proteïen	1 eenheid	80	6,5	6,0	15	1,0	-	0,05	0,08	1,7	-
(d) Groente en vrugte	1 eenheid	51	1,6	-	18	0,9	566	0,07	0,06	6,7	11,3
(e) Suikers	1 eenheid	75	-	-	-	-	-	-	-	-	-
(f) Vette	1 eenheid	54	-	6,0	-	-	115*	-	-	-	-

Totaal	421	14,9	17,6	186	2,5	898	0,20	0,34	2,9	12,1
Totaal x 4	1684	59,6	70,4	744	10,0	3592	0,80	1,36	11,6	48,4

** Aanbevole inname-waarde: Mans	2650	65,0	73,6	700	9,0	4000	1,00	1,60	15,0	40,0
Vroue	2150	55,0	59,7	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0

* Dit word aangeneem dat botter een-helfte van die totale vet-inname daarstel.

** Suid-Afrikaanse Voedingsraad (1956). 'n Waarde wat die gemiddeld vir die inname-waardes vir persone wat 'sties matig aktief en siltien' werk verrig, is aangeneem.

Tabel XXXIX Die eenheidsbydrae van ontbyt en middagete tot die totale nutrient-inname met die uitsondering van hostelstudente

Oetel studente	Mks %	Graankosse*					Tee/Koffie		M e l k**				Protein***				Vrugte		
		0 eenhede %	1 - 2 eenhede %	3 - 4 eenhede %	5 - 8 eenhede %	> 8 eenhede %	Nooit %	Ben- Twee- maal %	0 eenhede %	1 eenheid %	2 eenhede %	3 eenhede %	0 eenhede %	1 eenheid %	< 1 eenheid %	> 1 eenheid %			
	43	16	63	21	-	-	19	81	-	79	7	14	-	65	-	35	-	-	
	24	4	4	54	33	9	-	100	-	96	-	4	-	41	21	38	-	4	
	14	7	21	57	22	-	50	50	-	92	-	8	-	79	14	-	7	21	
MIDDAGETE:																			
	43	-	-	21	58	21	49	51	-	84	-	16	-	3	16	81	-	7	
	24	-	-	-	67	33	58	42	-	96	-	4	-	-	21	79	-	3	
	14	-	-	22	71	7	86	14	-	79	-	21	-	-	36	64	-	21	
VROUETE:																			
	43	-	-	7	16	72	12	44	44	74	2	19	5	-	12	60	28	7	
	24	-	-	-	8	88	-	58	42	92	-	8	-	-	17	54	29	12	
	14	-	-	7	36	57	50	36	14	72	-	21	7	-	29	64	7	43	

* 1 eenheid gelykstaande aan 1 sny brood.
 ** 1 eenheid gelykstaande aan ½ kopie melk

Tabel XL1 Die gemiddelde inname van die 6 basiese voedsels

Groep	Tydperk	Graan- produkte	Melk	Proteïen	Groente en vrugte	Suikers	Vette
Mans, hostelstudente	Totale week	10,14	3,91	4,00	3,62	7,55	8,64
	Weeksdae	10,26	3,96	4,19	3,55	7,59	8,73
	Naweeksdae	9,90	3,81	3,47	3,76	7,43	8,44
Mans, tuis-studente	Totale week	8,70	2,83	4,65	5,33	7,56	7,08
	Weeksdae	9,02	2,80	4,03	4,70	7,50	7,15
	Naweeksdae	8,11	2,84	6,31	6,85	7,15	6,88
Mans, loseerders	Totale week	9,41	2,84	5,03	4,56	7,41	7,00
	Weeksdae	9,52	2,81	4,80	4,31	7,38	7,05
	Naweeksdae	9,24	3,14	5,62	5,21	7,48	6,90
Vroue, hostelstudente	Totale week	5,46	3,95	3,07	3,99	6,58	6,46
	Weeksdae	5,52	3,99	3,00	3,96	6,34	6,40
	Naweeksdae	5,34	3,86	3,26	4,05	7,13	6,60
Vroue, tuis-studente	Totale week	5,60	2,93	4,01	4,75	9,13	5,97
	Weeksdae	5,75	2,94	3,53	4,31	9,21	5,94
	Naweeksdae	5,25	2,88	5,23	5,76	8,95	6,04

Tabel XLIII Die vergelyking van nutrieninnames tussen die verskillende proefgroepe

G r o e p	Kalorieë	Proteïn (g)	Vet (g)	Kalsium (mg)	Yster (mg)	Vitamine A (IE)	Flavien (mg)	Riboflavin (mg)	Niasien (mg)	Vitamine C (mg)
<u>Mans:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2686	75,0	103,5	803	12,9	3870	1,03	1,47	14,2	43,2
SA	465	18,2	19,2	203	3,9	1059	0,28	0,35	4,4	19,8
Naeweeksdade : Gemiddeld	2571	69,1	96,5	769	12,2	3926	0,99	1,39	12,9	45,5
SA	464	15,0	21,0	217	3,1	1006	0,24	0,34	3,4	20,2
Betekenisvolle verskil	Meer	-	Meer	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2449	67,8	86,6	644	13,1	4099	1,00	1,29	14,0	55,4
SA	621	16,4	24,2	220	3,6	1795	0,27	0,37	4,1	31,1
Naeweeksdade : Gemiddeld	2662	83,9	98,1	709	16,8	5291	1,23	1,59	19,0	79,7
SA	810	27,4	34,0	334	5,4	2533	0,40	0,60	6,4	43,4
Betekenisvolle verskil	Minder	Minder	Minder	-	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder
<u>C. Losseer- studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2509	27,3	90,3	653	13,7	3854	1,03	1,34	15,3	51,0
SA	498	20,0	22,1	218	3,8	1412	0,29	0,42	4,5	25,4
Naeweeksdade : Gemiddeld	2638	79,2	94,5	673	15,2	4346	1,13	1,45	17,2	61,0
SA	664	26,7	30,2	437	4,3	1837	0,33	0,64	5,5	33,1
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>Vroue:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2025	56,6	79,7	744	9,7	3845	0,87	1,36	10,5	48,0
SA	480	14,8	14,7	324	2,5	1383	0,22	0,46	2,4	23,4
Naeweeksdade : Gemiddeld	2095	57,5	81,7	729	10,0	3890	0,81	1,31	10,9	48,9
SA	512	17,8	17,0	293	3,9	1537	0,26	0,44	4,4	30,3
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2205	56,5	74,9	611	10,6	3761	0,83	1,18	11,6	51,0
SA	551	18,3	25,5	356	2,6	1192	0,21	0,49	3,4	18,0
Naeweeksdade : Gemiddeld	2357	68,3	85,2	649	13,3	4582	0,99	1,39	15,3	67,3
SA	564	26,3	30,0	336	4,6	1836	0,33	0,56	5,8	33,1
Betekenisvolle verskil	-	Minder	-	-	Minder	-	-	-	-	-

Tabel XLV Die gemiddelde dagelijkse kalorie- en nutrientinname van 11 manlike studente

Proefpersoon	Kalorieë											
	Verbruik (kkal/dag)	Inname (kkal/dag)	Protein (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamen C (mg/dag)
Y. K.	2846	2236	54	68	373	573	10,35	3351	2,54	1,29	7,85	139,1
C. S.	2178	1785	57	64	100	754	10,38	2395	0,69	1,68	9,19	26,1
O. I. A	2458	2556	43	85	302	439	10,81	3423	0,99	1,11	9,95	10,5
M. S. M.	2249	1856	123	69	239	781	12,13	2584	3,20	1,54	10,47	21,5
J. V. M.	2103	1285	43	45	192	432	9,89	1819	1,08	0,99	4,33	28,3
S. A. K.	2548	1857	61	76	230	347	9,98	2832	1,14	1,56	8,62	43,6
A. E.	2746	2002	60	66	298	548	13,05	4335	0,86	1,09	10,21	64,2
M. I. K.	2143	2294	60	70	344	648	29,41	2603	1,23	1,48	12,34	95,3
S. S.	2172	2807	70	56	237	473	10,53	2237	0,75	2,46	14,29	29,3
S. U.	3024	2244	73	85	320	1099	16,66	5786	1,19	2,73	12,40	32,2
D. M. C.	3024	1457	61	55	204	651	11,69	4198	0,69	1,65	12,90	72,7
Gemiddeld	2410	2043	64	67	258	613	13,17	3233	1,31	1,59	10,20	51,1
Aanbevole inname- waarde*	3000	65	700	9,0	4000	1,0	1,6	15	40			

* Nasionale Voedingsraad (1956)

Tabel XLVI Die gemiddelde daaglikse tydbesteding aan aktiwiteite en die energieverbruik van 11 manlike studente

Proef- persoon	Slaap en in leende posisie		Sit (ontspanne posisie)		Sit (besig)		Staan (besig)		Stap (leie pas)		Was en aantrek		Trape klom		Ontspanning		Totale energieverbruik (kcal/dag)	
	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	Bereaal	Bereken
Y.K.	39,2	592	11,9	258	25,4	569	9,4	243	11,4	705	2,7	117	-	-	-	-	2456	2109
C.S.	54,8	855	3,3	65	27,4	605	2,8	83	10,0	456	1,4	80	0,1	10	0,2	21	2178	2541
O.I.A.	39,1	544	21,0	456	11,4	262	10,8	277	14,1	744	1,3	62	-	-	2,3	110	2358	3253
M.S.M.	33,4	521	15,3	269	27,2	570	9,4	238	11,3	528	2,8	77	-	-	0,6	43	2249	2830
J.V.M.	31,9	460	18,6	293	18,5	399	12,2	227	13,1	548	3,4	70	2,2	99	0,1	6	2103	2425
S.A.K.	30,2	373	5,5	89	33,6	788	11,8	289	14,9	700	1,9	92	-	-	2,1	22	2548	2516
A.E.	31,1	448	7,2	133	33,9	732	4,4	102	17,3	684	4,5	162	1,6	138	-	-	2401	2471
M.I.K.	36,0	550	12,9	249	19,9	416	2,7	61	23,1	1,308	4,9	110	0,4	42	0,1	9	2746	2486
S.S.	36,6	551	19,2	321	23,0	398	10,3	210	9,7	420	0,8	22	-	-	0,4	18	2143	2489
S.U.	30,3	381	8,3	160	39,0	784	12,5	271	7,6	494	1,7	38	0,6	42	-	-	2172	2253
D.M.C.	40,8	651	8,6	182	22,0	627	2,0	64	25,2	1,419	1,3	62	0,1	8	-	-	3024	2972
Gemiddelde	36,7	538,7	12,0	225	25,6	559,1	8,0	187,7	14,3	727,8	2,4	81,1	0,5	30,8	0,5	39,2	2410	2490

Tabel XLVII
Besonderhede met betrekking tot die geslag, ouderom, huwelikstaat, lengte, gewig, godsdiensoortuiging, taal en beroep van kinders van diabetiese ouers

Proefpersoon nr.	Familie nr.	Individu nr.	Geslag	Ouderom (jaar)	Huwelik- staat	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Vetsug	Godsdiensoortuiging	Taal	Beroep
1	33	298	V	16	Ongetroud	164	92,88	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
2	9	239	V	20	Ongetroud	152	65,77	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
3	33	316	V	33	Getroud	159	79,37	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
4	95	254	V	17	Ongetroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
5	85	312	V	40	Getroud	161	87,54	+	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
6	219	235	V	30	Getroud	161	86,63	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
7	25	383	V	49	Getroud	160	80,28	++	Moslem	Urdu	Huisvrou Nie-diabetes
8	85	387	V	30	Getroud	168	75,29	+	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
9	37	274	V	37	Getroud	157	72,57	++	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
10	33	299	V	29	Ongetroud	162	59,42	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
11	33	297	V	28	Geskei	152	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
12	22	321	V	24	Getroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
13	205	400	M	40	Getroud	165	90,26	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
14	95	284	M	35	Getroud	161	68,03	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
15	22	317	M	34	Getroud	180	78,92	-	Hindoe	Hindi	Handelaar Diabetes
16	101	345	M	15	Ongetroud	170	65,31	-	Moslem	Ojjerati	Skooler Diabetes
17	189	342	M	19	Ongetroud	171	90,71	++	Moslem	Urdu	Werkloos Nie-diabetes
18	33	306	M	34	Getroud	177	73,48	-	Hindoe	Hindi	Operateur (sienfabriek) Nie-diabetes
19	33	307	M	31	Getroud	171	67,13	-	Hindoe	Hindi	Hotelleiner Nie-diabetes
20	85	279	M	33	Getroud	184	75,75	-	Hindoe	Tamil	Onderwyser Nie-diabetes

Label XLVIII Die kliniese beeld van die proefpersone

Proefpersoon nr.	Glukose-toleransietoets (mg/100 ml)			Glykoseurie			Proteinurie	Bloeddruk (mm Hg)	Hemo-globien (g/100 ml)	Bloed-groep	Hart	Long	Diagnose	Taslag
	Vastend	1 uur	2 ure	Vastend	1 uur	2 ure								
1	227	408	300	Spoor	+++	++++	++	150/102/98	10,5	O	Normal	Normal	Diabetes	V
2	196	240	246	0	0	0	Nul	110/70/62	13,9	B	Normal	Normal	Diabetes	V
3	170	300	162	0	+	+	Nul	140/120/110	14,4	O	Normal	Normal	Diabetes	V
4	112	240	210	0	+	+++	Nul	80/34/30	13,6	O	Normal	Normal	Diabetes	V
5	136	240	182	0	0	0	+	120/70/62	11,5	B	Normal	Normal	Diabetes	V
6	114	147	114	Spoor	0	0	Nul	105/65/58	-	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
7	85	168	112	0	0	0	Spoor	125/90/85	12,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
8	88	130	96	0	0	0	++	-	13,5	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
9	107	113	113	0	0	0	Nul	100/78/70	13,9		Normal	Normal	Nie-diabetes	V
10	125	148	125	0	0	0	Nul	125/82/78	13,7	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
11	107	160	121	0	0	0	Nul	130/90/75	11,4	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
12	94	137	100	0	0	0	Nul	100/70/60	10,9	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
13	244	384	282	+++	+++	++++	++++	180/120/110	17,1	B	Normal	Normal	Diabetes	M
14	127	300	210	0	++	++	Nul	Vet arm 120/72/68	17,1	O	Normal	Normal	Diabetes	M
15	77	201	176	0	0	0	Nul	105/86/70	14,0	O	Normal	Normal	Diabetes	M
16	125	207	153	0	0	0	Nul	115/80/70	14,6	B	Normal	Normal	Diabetes	M
17	100	116	106	0	0	0	Nul	105/70/58	15,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
18	112	171	105	0	0	0	+	125/100/90	17,8	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
19	162	144	117	0	0	0	Nul	95/70/60	16,3	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
20	117	142	80	0	+	Spoor	Nul	140/80/72	16,2	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M

Tabel XLIX Die gemiddelde daaglikse nutriëntinnamme van vroulike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kkaal/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiënsuur (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kaalsium (mg/dag)
1	Diabetes 2253 (1767)	335 (311)	58 (52)	76 (35)	3542 (3966)	1,38 (1,20)	15,03 (13,77)	0,85 (0,86)	27,27	18,82 (16,66)	372 (443)
2	Diabetes 1020 (681)	141 (100)	35 (32)	32 (17)	2255 (1015)	0,51 (0,73)	7,20 (6,9)	0,50 (0,71)	20,16	9,44 (13,02)	334 (239)
3	Diabetes 2571 (1634)	393 (302)	69 (57)	76 (22)	4706 (1783)	1,28 (0,81)	15,90 (6,9)	1,54 (0,84)	12,79	19,25 (22,14)	412 (453)
4	Diabetes 1563 (1576)	202 (251)	47 (36)	57 (48)	5110 (3100)	0,71 (0,53)	7,54 (8,4)	1,16 (1,06)	14,22	9,82 (14,41)	405 (395)
5	Diabetes 1386 (1204)	201 (205)	40 (42)	44 (24)	3234 (4666)	0,72 (0,83)	6,50 (9,1)	0,75 (0,78)	34,20	12,55 (15,63)	357 (457)
Gemiddelde	1759 (1372)	254 (234)	50 (44)	57 (29)	3769 (2906)	0,92 (0,83)	10,43 (9,1)	0,96 (0,85)	21,73	13,58 (16,38)	376 (437)
6	Me- diabetes 1846 (1734)	282 (291)	59 (57)	54 (38)	3959 (2083)	0,82 (1,14)	10,37 (11,61)	1,49 (0,81)	21,45	14,05 (21,87)	442 (412)
7	Me- diabetes 1388 (1303)	256 (265)	30 (36)	26 (11)	2539 (1486)	0,50 (0,78)	4,62 (6,0)	0,37 (0,52)	6,92	6,79 (10,78)	223 (201)
8	Me- diabetes 1526 (1619)	233 (250)	50 (49)	47 (47)	6375 (3233)	0,63 (0,85)	8,35 (10,2)	0,96 (0,87)	31,83	12,29 (13,68)	469 (500)
9	Me- diabetes 1376 (1305)	195 (223)	40 (38)	48 (29)	1935 (3467)	0,68 (0,82)	7,37 (4,5)	0,77 (0,75)	19,20	12,75 (10,50)	356 (374)
10	Me- diabetes 2311 (1352)	328 (237)	63 (65)	84 (16)	5438 (2850)	1,42 (1,17)	19,38 (13,5)	1,39 (0,78)	21,26	19,12 (24,30)	395 (546)
11	Me- diabetes 1695 (1652)	216 (229)	59 (58)	66 (56)	3243 (3733)	0,72 (0,82)	8,44 (9,2)	0,94 (1,11)	29,55	12,89 (17,01)	328 (516)
12	Me- diabetes 2647 (1875)	362 (348)	75 (60)	99 (27)	4512 (1700)	1,45 (1,30)	23,68 (13,1)	2,31 (1,91)	15,64	20,88 (18,31)	417 (517)
Gemiddelde	1827 (1548)	267 (163)	54 (52)	61 (32)	4000 (2650)	0,89 (0,89)	11,74 (9,7)	1,18 (0,86)	20,84	14,11 (16,64)	376 (438)
Aanbevole standaard Nasionale Voedings- raad (1956): Sitteend			65		4000	0,17	12,0	1,6	40	9	700
Totaal vir alle proefpersone : Manlik en vroulik	1793 (1460)	261 (249)	52 (48)	59 (31)	3885 (2778)	0,91 (0,86)	11,09 (9,41)	1,07 (0,86)	21,29	1385 (16,51)	376 (438)

Tabel L Die gemiddelde daaglikse nutriëntinnamen van manlike proefpersone

[illegible]

Table 1. Mean values of the 100 subjects in the study

Proefpersoon nr.	Criterion	Kalorie-inname (kcal/dag)	Kcal/daag (g/daag	Overvleyn (g/daag	Verflyn (g/daag	Suikrose-inname (g/daag	Suikrose-inname tot 1 jaar
Irronlike diabetikers							
1	16	2253	335,2	105	732	25,0	9,12
2	20	1620	140,5	41	100	1,3	0,64
3	33	2571	392,5	29	564	22,7	2,29
4	17	1563	202,4	14	100	-	-
5	40	1346	200,9	85	166	6,3	2,30
Gemiddeld		1759	254,3	55	139	14,0	4,08
Nie-diabetiese vroue							
6	30	1845	281,8	42	240	42,0	15,33
7	49	1328	255,6	80	176	42,7	12,78
8	30	1526	233,0	68	165	44,3	16,39
9	37	1376	195,1	67	128	Saccharien	-
10	29	2311	327,6	124	204	27,4	10,01
11	28	2647	361,9	182	180	1,8	0,66
12	24	1695	215,9	11	205	23,9	8,72
Gemiddeld		1827	267,8	82	185	31,5	9,74
Manlike diabetikers							
13	40	1466	204,5	23	188	Saccharien	-
14	35	1864	301,9	138	164	14,5	5,29
15	34	2105	292,3	27	265	12,2	4,45
16	15	1891	265,6	80	185	32,7	12,01
Gemiddeld		1832	266,1	67	201	19,9	7,44
Nie-diabetiese mans							
17	19	1165	193,5	25	169	11,5	4,20
18	34	2723	396,2	35	351	19,1	6,97
19	31	2518	389,4	18	371	36,1	13,18
20	33	1655	288,1	48	240	43,7	15,95
Gemiddeld		2015	316,8	32	285	27,6	10,09
Gemiddeld vir groep		1848	273,7	53	215	20,7	7,57

Tabel LIII Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van Chatsworth-Indiërs uitgedruk in terme van ouderdom

Sukrosp-inname (g/dag)	O u d e r d o m (j a a r)											
	6	6-8	9-11	12-14	15-18	19-21	22-25	26-30	31-40	41-50	50	
Mans	21,2	25,5	22,7	28,2	30,9	39,4	40,0	39,9	38,4	22,6	43,9	
Vroue	20,0	19,1	23,6	23,6	22,5	27,6	33,2	45,7	32,8	28,2	28,3	

Tabel LIV Die gemiddelde persentasie tyd wat daaglik aan aktiwiteite bestee was

Groep	Geslag	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweeg rond		Stap (eie pas)		Werk (beroep)		Ontspanning	
		% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
Diabeties	Vroulik	38,1	625	15,8	293	1,2	32	22,6	484	6,6	262	15,5	869	0,2	17	-	-
	Manlik	38,7	686	25,9	528	3,7	112	14,5	318	4,5	227	12,4	727	-	-	35	35
Nie-diabeties	Vroulik	37,3	616	17,9	316	3,1	79	15,3	309	10,5	372	15,9	851	-	-	-	-
	Manlik	37,9	689	21,2	430	5,4	119	14,0	343	1,2	32	12,6	744	6,7	620	1,0	55

Tabel LV Die aktiwiteitspatroon van 6 lede van gesin 33

Proefpersoonnummer	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweë rond		Slap		werk (beroep)		Ontspanning	
	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
1	39,7	732	13,3	265	1,5	42	14,1	345	17,9	748	13,3	626	-	-	-	-
3	39,8	663	15,1	266	3,5	97	5,6	115	4,2	150	32,1	1504	1,2	15	-	-
10	34,1	488	18,8	310	2,9	80	14,3	232	17,7	637	12,2	557	-	-	-	-
11	41,1	693	18,8	327	2,1	51	22,9	452	3,9	156	10,9	565	-	-	-	-
13	36,1	641	21,1	423	-	-	30,1	716	-	-	2,5	456	4,2	201	-	-
19	36,2	604	21,9	438	0,6	19	18,8	221	-	-	10,4	535	22,5	1579	-	-

Tabel LVI
Vergelykende waardes tussen maksimale suurstofopname-kapasiteit van mans-
en vroue Indierstudiante en waardes uit vergelykende studies

	Suid-Afrikaanse Indiers	Suid-Afrikaanse Blankes	Suid-Afrikaanse Bantoes	Sweedse jong mans goed ge-oefen	Amerikaanse mans (Blank)	Noorweegse studente	Amerikaanse studente	Sweedse Huisvroue
	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)	(f)	(g)	(h)
Ouderdoms-groep (jaar)	21-25 (18-23)	19-24	Jong Volwas-senes	20-29	18-24	23, 4 (22, 6)	17-22	20-29
Maksimale suurstofkapasiteit (l/min.)	2,35 (1,51)	3,15	2,12	4,19	-	3,20 (2,30)	(1,78)	(2,23)
Maksimale suurstofkapasiteit (ml/kg/min.)	41,0 (32,3)	47,2	36,2	52,2	39,2-40,0	44,0 (38,0)	(29,8)	(39,9)

(a) De Waal en Booyens (1971)
 (b)(c) Wyndham en Heyns (1969)
 (d)(h) Astrand (1960)

(e) Hansen et al. (1967)
 (f) Hermansen en Andersen (1965)
 (g) Michael en Harvath (1965)

Die waardes in hakies () dui vroulike proefpersone aan

Familie nommer		C. E. S. I.																				
Totale Inkomste (R/week)		Melk	Eier	Brood	Kruidenterware	Speserye	Groente	Vrugte	Suiker	Vet	Alkoholiese drank en sigarette	Klere	Huur en belasting	Water en elektrisiteit	Vervoer	Brenstof in huis	Mediese onkoste	Assuransie	Opvoeding	Vermaak	Skool	Totale uitname (R/week)
A	24,00	0,50	0,50	1,40	3,50	0,50	1,50	0,50	0,88	0,40	-	2,50	1,65	-	1,10: bus 3,00	0,10	0,63	0,00	0,50	0,50	-	2,00
B	31,00	0,50	0,50	0,70	1,38	0,55	1,00	0,50	0,42	0,22	-	1,00	1,40	1,13	3,00: bus 0,40	0,25	1,00	0,04	-	-	-	1,50
C	15,00	1,00	0,10	0,70	4,00	1,50	2,50	0,50	0,28	0,71	-	0,50	0,70	1,10	0,40: bus 0,05	0,25	0,70	0,11	-	-	-	1,50
D	24,00	0,50	0,50	0,60	3,00	0,55	2,00	0,50	0,25	0,21	-	0,50	1,65	0,70	1,40: bus 0,40	0,25	0,70	0,00	-	-	-	1,50
E	19,75	0,32	1,05	0,35	0,50	0,25	1,00	0,30	0,44	0,20	-	0,50	3,00	Ingeleent by uur 1,75: bus 0,40	-	1,00	-	-	-	-	Meubels 4,35	15,51
F	12,50	0,51	0,80	0,30	1,00	4,00	0,25	2,00	0,35	0,42	0,44	0,65	2,65	0,50	2,13: bus 0,05	0,50	0,50	-	0,13	0,13	-	16,87
G	6,94	0,28	0,53	0,08	0,35	1,25	Ingeleent by kruidenters-ware *	-	-	-	-	0,75	1,65	0,30	0,25: bus 0,20	0,15	-	0,44	-	-	-	7,03
H	40,80	1,04	2,10	0,70	1,10	6,50	0,50	4,00	Ingeleent by groente 0,42	0,44	-	3,12	3,45	Ingeleent by uur 4,00: bus 0,05	0,63	1,52	0,50	-	-	-	Radio, stoof 3,75	15,82
I	17,00	0,43	0,53	0,35	0,35	3,00	0,50	1,00	0,30	0,21	0,20	0,25	2,10	0,50	2,20: bus 0,20	1,25	-	0,10	-	-	-	13,47
J	6,50	0,44	1,40	0,40	1,05	2,00	0,25	0,30	0,20	0,49	0,11	0,50	2,02	0,90	0,13: bus -	0,15	-	0,04	-	-	Winkel 0,25	11,01
K	8,00	0,32	1,40	0,40	0,40	2,00	0,13	0,40	0,20	0,35	0,11	0,50	2,52	0,35	0,15: bus 0,20	0,15	-	0,11	-	-	Stoof 1,01	11,20
L	12,00	0,45	1,05	0,30	1,40	2,00	0,25	1,00	0,50	0,70	-	0,25	2,02	0,20	1,00: bus 0,40	0,10	0,35	0,10	-	-	-	12,42
M	6,50	0,24	0,55	0,60	0,70	5,00	0,15	1,50	0,25	0,21	0,44	0,20	2,02	0,83	0,20: bus 0,05	-	-	-	-	-	-	12,94
N	9,72	0,30	0,70	0,30	0,50	2,00	-	0,50	0,20	0,35	0,22	0,10	2,02	0,50	1,25: bus 0,10	0,06	-	-	-	-	Radio, bed 1,75	10,84
O	11,42	0,23	0,70	0,15	0,35	1,75	-	0,35	0,15	0,25	0,22	0,40	2,52	Ingeleent by uur 1,25: bus 0,05	-	-	-	-	-	-	Klere, stoof 2,75	11,12
P	11,88	0,05	1,00	0,08	0,63	4,00	-	1,00	Ingeleent by groente 0,35	-	-	0,45	2,17	0,63	1,50: bus 0,40	0,75	-	0,25	-	-	1,25 stoof & kamera	14,51
Q	14,75	0,70	0,55	0,30	0,35	4,00	-	1,50	-	0,42	0,22	0,60	2,02	0,50	1,20: bus 0,40	-	1,50	0,45	0,50	-	-	17,65

Label XXXIII:

Inkomste- en uitgawestaat van die 20 Chatsworth-huisgesinne (vervolg)

Familie nommer		V O E D S E L																														
Totale inkomste (R/week)																																
R	15,50	0,48	0,50	0,18	0,70	0,25	-	1,50	0,20	0,28	0,44	-	1,00	2,02	1,00	1,50:bus	-	0,75	-	-	-	-	1,50:bus	0,20	0,45	0,21	0,05	-	-	-	Radio 2,00	20,35
S	14,00	1,20	1,05	0,30	0,70	2,50	-	1,00	0,40	0,39	0,44	-	0,63	3,33	0,75	1,50:bus	0,20	0,45	0,21	0,05	-	-	3toof 1,50	16,60								
T	20,00	0,50	1,05	0,20	0,30	3,00	-	1,50	0,50	0,21	1,54	3,00	1,25	1,25	Ingesluit by huur	1,13:bus	0,05	0,25	-	-	-	-	Radio 2,00	17,73								
Gem.	15,61	0,52	1,09	0,34	0,68	3,42	1,55	0,37	0,33	0,29	0,79	2,78	1,63	0,14	0,33	0,34	0,28	0,06	1,29	16,23												

* Vir groente toegif op Saterdag

Tabel XXXIV

Kindersterftes

Familie	Getal geboortes	Dood- gebore	Sterftes	Ouderdom	Oorzaak
A	12	1	2	1 jaar 1 jaar	Masels Masels
B	4	-	-	-	-
C	8	-	-	-	-
D	3	-	-	-	-
E	3	-	-	-	-
F	6	-	3	2 jr 3 mnde 2 jaar 8 maande	Onbekend Onbekend Onbekend
G	6	-	-	-	-
H	10	2	1	4 jaar	Onbekend
I	2	-	-	-	-
J	11	-	3	10 maande 10 maande 10 maande	Onbekend Onbekend Onbekend
K	6	-	1	11 dae	Onbekend
L	13	-	4	2 jaar 2 jaar 1 jr 3 mnde 9 maande	Malaria Malaria Malaria Malaria
M	6	-	1	5 maande	Koors
N	2	-	-	-	-
O	3	-	-	-	-
P	7	-	-	-	-
Q	2	-	-	-	-
R	2	-	-	-	-
S	2	-	-	-	-
T	1	-	-	-	-
Totaal	109	3	15	7 1 jaar 7 1-3 jaar 1 4 jaar	

Tabel XXXV Hematologiese besonderhede van die proefpersone

Groep	Hemoglobien (g/100ml)	Differensiële Seltelling				
		Polimorfe (%)	Limfosiete (%)	Monosiete (%)	Eosinofiele (%)	Basofiele (%)
Kinders onder 2 jaar (2)*	14, 1 (13, 5-14, 7)	18	67	4	10	1
Kinders 3-5 jaar (15)	13, 3 (11, 2-14, 4)	52 (22-68)	35 (18-70)	6 (3- 9)	7 (1-12)	1 (0-3)
Kinders 6-10 jaar (16)	13, 6 (10, 8-15, 2)	62 (39-80)	25 (9-49)	6 (1-10)	6 (3-12)	0 (0-1)
Kinders 11-15 jaar (21)	14, 2 (11, 5-16, 3)	59 (25-74)	28 (14-49)	5 (3- 9)	6 (2-20)	1 (0-2)
Seuns oor 16 jaar en mans (29)	16, 4 (11, 6-21, 0)	57 (32-75)	34 (14-56)	7 (3-12)	6 (2-16)	1 (0-2)
Dogters oor 16 jaar en vroue (30)	14, 3 (12, 4-18, 2)	56 (26-85)	33 (7-62)	5 (2- 8)	5 (1-12)	1 (0-2)

* Differensiële telling slegs op een gedoen
 () onder groep dui getal proefpersone aan
 () dui die variansie aan

Tabel XXXVI

Die steekproefverdeling van proefpersone in groepe

	% van die studente- populasie	Getal	Monster	% van die studente- populasie	Getal	Monster
Hostel	12	102	18*	7	51	10**
Tuis	42	348	43	13	109	14
Loseerders	23	192	24	3	26	***

* Monster het 13 beloop maar 5 is bygevoeg om die verhoogde
monster van vroue koshuisinwoners te balanseer,

** Monster van 5 te klein; 5 proefpersone dus bygevoeg om
die minimummonster van 10 te verkry,

*** Getal te laag om vergelykbare monster te trek.

Proefpersoon	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)
Y. K.	22	175, 26	61, 08
C. S.	25	172, 72	79, 64
O. I. A.	21	171, 45	52, 94
M. S. M.	22	190, 50	94, 11
J. V. M.	24	166, 37	56, 11
S. A. K.	23	168, 91	49, 32
A. E.	23	162, 56	49, 32
M. I. K.	23	177, 80	61, 08
S. S.	22	172, 72	52, 49
S. U.	22	172, 72	52, 49
D. M. C.	23	171, 45	69, 73
Gemiddeld	22, 7	172, 95	61, 62

Tabel XXXVIII Die nutriëntsamestelling van voedselseenhede : Eenheidberekening

Groep	Porsie	Kalorie (k kal)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)
(a) Graankosse	1 eenheid	78	2,4	0,6	11	0,5	-	0,04	0,02	0,4	-
(b) Melk	1 eenheid	83	4,4	5,0	142	0,1	215	0,04	0,16	0,1	0,2
(c) Proteïen	1 eenheid	80	6,5	6,0	15	1,0	-	0,05	0,08	1,7	-
(d) Groente en vrugte	1 eenheid	51	1,6	-	18	0,9	566	0,07	0,06	6,7	11,3
(e) Suikers	1 eenheid	75	-	-	-	-	-	-	-	-	-
(f) Vette	1 eenheid	54	-	6,0	-	-	115*	-	-	-	-

Totaal	421	14,9	17,6	186	2,5	898	0,20	0,34	2,9	12,1
Totaal x 4	1684	59,6	70,4	744	10,0	3592	0,80	1,36	11,6	48,4

** Aanbevole inname-waarde: Mans	2650	65,0	73,6	700	9,0	4000	1,00	1,60	15,0	40,0
Vroue	2150	55,0	59,7	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0

* Dit word aangeneem dat botter een-helfte van die totale vet-inname daarstel.

** Suid-Afrikaanse Voedingsraad (1956). 'n Waarde wat die gemiddeld vir die inname-waardes vir persone wat 'sties matig aktief en siltien' werk verrig, is aangeneem.

Tabel XXXIX Die eenheidsbydrae van ontbyt en middagete tot die totale nutrient-inname met die uitsondering van hostelstudente

Getal studente	Mks %	Graankosse*					Tee/Koffie		M e l k**			Protein***				Vrugte			
		0 eenhede %	1 - 2 eenhede %	3 - 4 eenhede %	5 - 8 eenhede %	> 8 eenhede %	Nooit %	Ben- Twee- maal %	0 eenhede %	1 eenheid %	2 eenhede %	3 eenhede %	0 eenhede %	1 eenheid %	< 1 eenheid %		> 1 eenheid %		
	43	16	63	21	-	-	19	81	-	79	7	14	-	65	-	35	-	-	
	24	4	4	54	33	9	-	100	-	96	-	4	-	41	21	38	-	4	
	14	7	21	57	22	-	50	50	-	92	-	8	-	79	14	-	7	21	
MIDDAGETE:																			
	43	-	-	21	58	21	49	51	-	84	-	16	-	3	16	81	-	7	
	24	-	-	-	67	33	58	42	-	96	-	4	-	-	21	79	-	3	
	14	-	-	22	71	7	86	14	-	79	-	21	-	-	36	64	-	21	
VROUETE:																			
	43	-	-	7	16	72	12	44	44	74	2	19	5	-	12	60	28	7	
	24	-	-	-	8	88	-	58	42	92	-	8	-	-	17	54	29	12	
	14	-	-	7	36	57	50	36	14	72	-	21	7	-	29	64	7	43	

* 1 eenheid gelykstaande aan 1 sny brood.
 ** 1 eenheid gelykstaande aan ½ kopie melk

Tabel XL Die gereeldheid waarmee nie-hostelstudente middagete
genuttig het

Groep	Mate van gereeldheid (% studente)				
	1/week	2/week	3/week	4/week	5/week
Mans-tuisstudente	2	5	7	5	81
Mansloseerders	0	0	8	17	75
Vroue tuisstudente	7	14	0	0	79

Tabel XL1 Die gemiddelde inname van die 6 basiese voedsels

Groep	Tydperk	Graan- produkte	Melk	Proteïen	Groente en vrugte	Suikers	Vette
Mans, hostelstudente	Totale week	10,14	3,91	4,00	3,62	7,55	8,64
	Weeksdae	10,26	3,96	4,19	3,55	7,59	8,73
	Naweeksdade	9,90	3,81	3,47	3,76	7,43	8,44
Mans, tuis-studente	Totale week	8,70	2,83	4,65	5,33	7,56	7,08
	Weeksdae	9,02	2,80	4,03	4,70	7,50	7,15
	Naweeksdade	8,11	2,84	6,31	6,85	7,15	6,88
Mans, loseerders	Totale week	9,41	2,84	5,03	4,56	7,41	7,00
	Weeksdae	9,52	2,81	4,80	4,31	7,38	7,05
	Naweeksdade	9,24	3,14	5,62	5,21	7,48	6,90
Vroue, hostelstudente	Totale week	5,46	3,95	3,07	3,99	6,58	6,46
	Weeksdae	5,52	3,99	3,00	3,96	6,34	6,40
	Naweeksdade	5,34	3,86	3,26	4,05	7,13	6,60
Vroue, tuis-studente	Totale week	5,60	2,93	4,01	4,75	9,13	5,97
	Weeksdae	5,75	2,94	3,53	4,31	9,21	5,94
	Naweeksdade	5,25	2,88	5,23	5,76	8,95	6,04

Tabel XLII

Somatomotrisie besonde-rhude en nutritiemnames van die proefgroepe

Groep	Ouderdom (jaar)	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Kalorieë	Proteïen		V e t		Kalasium (mg)	Yster (mg)	Vitamiën A (IE)	Thiamien (mg)	Riboflaviën (mg)	Niasien (mg)	Vitamiën C (mg)	
					Dierlik (g)	Plant- aardig (g)	Totaal (g)	% Kalorieë								
Mans:																
Aanbevole inname- waarde				20-25	61,9	2650	65	73,6	25	700	9,0	4000	1,00	1,60	1,50	40,0
A. Hostelstudente:																
Gemiddeld	19,5	171,2	58,0	2659	36,0	37,3	73,3	101,5	34,4	791	12,7	3892	1,02	1,44	13,8	44,1
Standaard- afwyking	1,9	5,1	6,8	452			16,3	16,3	19,2	204	3,5	989	0,25	0,34	3,8	18,5
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	Meer	-	Meer	-	-	-	-	-	-
B. Tuis-studente:																
Gemiddeld	21,3	173,0	59,0	2517	37,6	34,7	72,3	90,1	32,2	665	14,1	4474	1,07	1,38	15,4	62,8
Standaard- afwyking	2,4	5,8	9,5	645			17,1	24,9		223	3,8	1893	0,29	0,39	4,2	32,0
Betekenisvolle verskil	Ouer			-			Meer	Meer	-	Meer	-	Minder	-	-	-	Meer
C. Losseer- studente:																
Gemiddeld	19,9	172,7	59,7	2553	38,6	36,7	75,3	92,2	32,5	670	14,1	4016	1,06	1,38	15,8	53,9
Standaard- afwyking	1,7	6,6	8,6	478			17,7	21,4		241	3,4	1445	0,26	0,41	3,9	25,4
Betekenisvolle verskil	-			-			Meer	Meer	-	Meer	-	Minder	-	-	-	Meer
Vroue:																
Aanbevole inname- waarde				20-25	52,3	2150	55	59,7	25	600	12,0	4000	0,80	1,40	12,0	40,0
A. Hostelstudente:																
Gemiddeld	19,1	158,5	48,2	2046	32,1	24,7	58,6	80,2	35,3	739	9,8	3859	0,89	1,31	10,6	44,3
Standaard- afwyking	1,1	5,1	5,8	447			15,5	15,1		309	2,8	1313	0,23	0,45	2,9	23,2
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	Meer	-	Minder	-	-	-	-	-	-
B. Tuis-studente:																
Gemiddeld	19,1	161,0	45,4	2242	34,4	25,5	59,9	77,4	31,1	621	11,3	3967	0,87	1,24	12,6	55,2
Standaard- afwyking	1,4	5,8	5,5	524			19,8	25,3		332	3,1	1275	0,24	0,49	3,9	19,9
Betekenisvolle verskil	-			-	-	-	Meer	Meer	-	-	-	-	-	-	-	Meer

Tabel XLIII Die vergelyking van nutrieninnames tussen die verskillende proefgroepe

G r o e p	Kalorieë	Proteïn (g)	Vet (g)	Kalsium (mg)	Yster (mg)	Vitamine A (IE)	Flavien (mg)	Riboflavin (mg)	Niasien (mg)	Vitamine C (mg)
<u>Mans:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2686	75,0	103,5	803	12,9	3870	1,03	1,47	14,2	43,2
SA	465	18,2	19,2	203	3,9	1059	0,28	0,35	4,4	19,8
Naeweeksdade : Gemiddeld	2571	69,1	96,5	769	12,2	3926	0,99	1,39	12,9	45,5
SA	464	15,0	21,0	217	3,1	1006	0,24	0,34	3,4	20,2
Betekenisvolle verskil	Meer	-	Meer	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2449	67,8	86,6	644	13,1	4099	1,00	1,29	14,0	55,4
SA	621	16,4	24,2	220	3,6	1795	0,27	0,37	4,1	31,1
Naeweeksdade : Gemiddeld	2662	83,9	98,1	709	16,8	5291	1,23	1,59	19,0	79,7
SA	810	27,4	34,0	334	5,4	2533	0,40	0,60	6,4	43,4
Betekenisvolle verskil	Minder	Minder	Minder	-	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder	Minder
<u>C. Losseer- studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2509	27,3	90,3	653	13,7	3854	1,03	1,34	15,3	51,0
SA	498	20,0	22,1	218	3,8	1412	0,29	0,42	4,5	25,4
Naeweeksdade : Gemiddeld	2638	79,2	94,5	673	15,2	4346	1,13	1,45	17,2	61,0
SA	664	26,7	30,2	437	4,3	1837	0,33	0,64	5,5	33,1
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>Vroue:</u>										
<u>A. Hostelstudente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2025	56,6	79,7	744	9,7	3845	0,87	1,36	10,5	48,0
SA	480	14,8	14,7	324	2,5	1383	0,22	0,46	2,4	23,4
Naeweeksdade : Gemiddeld	2095	57,5	81,7	729	10,0	3890	0,81	1,31	10,9	48,9
SA	512	17,8	17,0	293	3,9	1537	0,26	0,44	4,4	30,3
Betekenisvolle verskil	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<u>B. Tuis-studente:</u>										
Weeksdae : Gemiddeld	2205	56,5	74,9	611	10,6	3761	0,83	1,18	11,6	51,0
SA	551	18,3	25,5	356	2,6	1192	0,21	0,49	3,4	18,0
Naeweeksdade : Gemiddeld	2357	68,3	85,2	649	13,3	4582	0,99	1,39	15,3	67,3
SA	564	26,3	30,0	336	4,6	1836	0,33	0,56	5,8	33,1
Betekenisvolle verskil	-	Minder	-	-	Minder	-	-	-	-	-

Fabel XLIV Die gemiddelde hemoglobienkonsentrasies van die studentegroepe

Groep	Ysterinname (mg/dag)	S. A.*	Hemoglobienwaardes (g/100ml)	S. A.
Mans- tuisstudente	13,80	3,47	15,21	1,06
Mans- loseerders	13,97	3,44	14,93	1,25
Mans- hostelstudente	12,72	3,45	14,51	1,32
Vroue tuisstudente	11,50	3,10	11,19	1,81
Vroue hostelstudente	9,79	2,80	11,83	1,92

* Standaardafwyking

Tabel XLV Die gemiddelde dagelijkse kalorie- en nutrientinname van 11 manlike studente

Proefpersoon	Kalorieë											
	Verbruik (kkal/dag)	Inname (kkal/dag)	Protein (g/dag)	Vet (g/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Kalsium (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Vitamen A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Niasien (mg/dag)	Vitamen C (mg/dag)
Y. K.	2846	2236	54	68	373	573	10,35	3351	2,54	1,29	7,85	139,1
C. S.	2178	1785	57	64	100	754	10,38	2395	0,69	1,68	9,19	26,1
O. I. A	2458	2556	43	85	302	439	10,81	3423	0,99	1,11	9,95	10,5
M. S. M.	2249	1856	123	69	239	781	12,13	2584	3,20	1,54	10,47	21,5
J. V. M.	2103	1285	43	45	192	432	9,89	1819	1,08	0,99	4,33	28,3
S. A. K.	2548	1857	61	76	230	347	9,98	2832	1,14	1,56	8,62	43,6
A. E.	2746	2002	60	66	298	548	13,05	4335	0,86	1,09	10,21	64,2
M. I. K.	2143	2294	60	70	344	648	29,41	2603	1,23	1,48	12,34	95,3
S. S.	2172	2807	70	56	237	473	10,53	2237	0,75	2,46	14,29	29,3
S. U.	3024	2244	73	85	320	1099	16,66	5786	1,19	2,73	12,40	32,2
D. M. C.	3024	1457	61	55	204	651	11,69	4198	0,69	1,65	12,90	72,7
Gemiddeld	2410	2043	64	67	258	613	13,17	3233	1,31	1,59	10,20	51,1
Aanbevole inname- waarde*	3000	65	700	9,0	4000	1,0	1,6	15	40			

* Nasionale Voedingsraad (1956)

Tabel XLVI Die gemiddelde daaglikse tydbesteding aan aktiwiteite en die energieverbruik van 11 manlike studente

Proef- persoon	Slaap en in leende posisie		Sit (ontspanne posisie)		Sit (besig)		Staan (besig)		Stap (leie pas)		Was en aantrek		Tritte klim		Ontspanning		Totale energieverbruik (kcal/dag)	
	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	tyd °C	kcal	Bereaal	Bereken
Y.K.	39,2	592	11,9	258	25,4	569	9,4	243	11,4	705	2,7	117	-	-	-	-	2456	2102
C.S.	54,8	855	3,3	65	27,4	605	2,8	83	10,0	456	1,4	80	0,1	10	0,2	21	2178	2541
O.I.A.	39,1	544	21,0	456	11,4	262	10,8	277	14,1	744	1,3	62	-	-	2,3	110	2358	3253
M.S.M.	33,4	521	15,3	269	27,2	570	9,4	238	11,3	528	2,8	77	-	-	0,6	43	2249	2830
J.V.M.	31,9	460	18,6	293	18,5	399	12,2	227	13,1	548	3,4	70	2,2	99	0,1	6	2103	2425
S.A.K.	30,2	373	5,5	89	33,6	788	11,8	289	14,9	700	1,9	92	-	-	2,1	22	2548	2516
A.E.	31,1	448	7,2	133	33,9	732	4,4	102	17,3	684	4,5	162	1,6	138	-	-	2401	2471
M.I.K.	36,0	550	12,9	249	19,9	416	2,7	61	23,1	1,308	4,9	110	0,4	42	0,1	9	2746	2486
S.S.	36,6	551	19,2	321	23,0	398	10,3	210	9,7	420	0,8	22	-	-	0,4	18	2143	2489
S.U.	30,3	381	8,3	160	39,0	784	12,5	271	7,6	494	1,7	38	0,6	42	-	-	2172	2253
D.M.C.	40,8	651	8,6	182	22,0	627	2,0	64	25,2	1,419	1,3	62	0,1	8	-	-	3024	2972
Gemiddelde	36,7	538,7	12,0	225	25,6	559,1	8,0	187,7	14,3	727,8	2,4	81,1	0,5	30,8	0,5	39,2	2410	2490

Tabel XLVII
Besonderhede met betrekking tot die geslag, ouderom, huwelikstaat, lengte, gewig, godsdiensoortuiging, taal en beroep van kinders van diabetiese ouers

Proefpersoon nr.	Familie nr.	Individu nr.	Geslag	Ouderom (jaar)	Huwelik- staat	Lengte (cm)	Gewig (kg)	Vetsug	Godsdiensoortuiging	Taal	Beroep
1	33	298	V	16	Ongetroud	164	92,88	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
2	9	239	V	20	Ongetroud	152	65,77	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
3	33	316	V	33	Getroud	159	79,37	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
4	95	254	V	17	Ongetroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
5	85	312	V	40	Getroud	161	87,54	+	Hindoe	Hindi	Huisvrou Diabetes
6	219	235	V	30	Getroud	161	86,63	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
7	25	383	V	49	Getroud	160	80,28	++	Moslem	Urdu	Huisvrou Nie-diabetes
8	85	387	V	30	Getroud	168	75,29	+	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
9	37	274	V	37	Getroud	157	72,57	++	Hindoe	Tamil	Huisvrou Nie-diabetes
10	33	299	V	29	Ongetroud	162	59,42	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
11	33	297	V	28	Geskei	152	68,03	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Nie-diabetes
12	22	321	V	24	Getroud	159	68,03	++	Hindoe	Hindi	Huisvrou Nie-diabetes
13	205	400	M	40	Getroud	165	90,26	++	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
14	95	284	M	35	Getroud	161	68,03	+	Hindoe	Hindi	Werkloos Diabetes
15	22	317	M	34	Getroud	180	78,92	-	Hindoe	Hindi	Handelaar Diabetes
16	101	345	M	15	Ongetroud	170	65,31	-	Moslem	Ojjerati	Skooler Diabetes
17	189	342	M	19	Ongetroud	171	90,71	++	Moslem	Urdu	Werkloos Nie-diabetes
18	33	306	M	34	Getroud	177	73,48	-	Hindoe	Hindi	Operateur (sienfabriek) Nie-diabetes
19	33	307	M	31	Getroud	171	67,13	-	Hindoe	Hindi	Hotellener Nie-diabetes
20	85	279	M	33	Getroud	184	75,75	-	Hindoe	Tamil	Onderwyser Nie-diabetes

Label XLVIII Die kliniese beeld van die proefpersone

Proefpersoon nr.	Glukose-toleransietoets (mg/100 ml)			Glykoseurie			Proteinurie	Bloeddruk (mm Hg)	Hemo-globien (g/100 ml)	Bloed-groep	Hart	Long	Diagnose	Taslag
	Vastend	1 uur	2 ure	Vastend	1 uur	2 ure								
1	227	408	300	Spoor	+++	++++	++	150/102/98	10,5	O	Normal	Normal	Diabetes	V
2	196	240	246	0	0	0	Nul	110/70/62	13,9	B	Normal	Normal	Diabetes	V
3	170	300	162	0	+	+	Nul	140/120/110	14,4	O	Normal	Normal	Diabetes	V
4	112	240	210	0	+	+++	Nul	80/34/30	13,6	O	Normal	Normal	Diabetes	V
5	136	240	182	0	0	0	+	120/70/62	11,5	B	Normal	Normal	Diabetes	V
6	114	147	114	Spoor	0	0	Nul	105/65/58	-	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
7	85	168	112	0	0	0	Spoor	125/90/85	12,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
8	88	130	96	0	0	0	++	-	13,5	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
9	107	113	113	0	0	0	Nul	100/78/70	13,9		Normal	Normal	Nie-diabetes	V
10	125	148	125	0	0	0	Nul	125/82/78	13,7	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
11	107	160	121	0	0	0	Nul	130/90/75	11,4	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
12	94	137	100	0	0	0	Nul	100/70/60	10,9	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
13	244	384	282	+++	+++	++++	++++	180/120/110	17,1	B	Normal	Normal	Diabetes	M
14	127	300	210	0	++	+++	Nul	Vet arm 120/72/68	17,1	O	Normal	Normal	Diabetes	M
15	77	201	176	0	0	0	Nul	105/86/70	14,0	O	Normal	Normal	Diabetes	M
16	125	207	153	0	0	0	Nul	115/80/70	14,6	B	Normal	Normal	Diabetes	M
17	100	116	106	0	0	0	Nul	105/70/58	15,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
18	112	171	105	0	0	0	+	125/100/90	17,8	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
19	162	144	117	0	0	0	Nul	95/70/60	16,3	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
20	117	142	80	0	+	Spoor	Nul	140/80/72	16,2	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M

Tabel XLIX Die gemiddelde daaglikse nutriëntinnamme van vroulike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kkaal/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiënsuur (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kalsium (mg/dag)
1	Diabetes 2253 (1767)	335 (311)	58 (52)	76 (35)	3542 (3966)	1,38 (1,20)	15,03 (13,77)	0,85 (0,86)	27,27	18,82 (16,66)	372 (443)
2	Diabetes 1020 (681)	141 (100)	35 (32)	32 (17)	2255 (1015)	0,51 (0,73)	7,20 (6,9)	0,50 (0,71)	20,16	9,44 (13,02)	334 (239)
3	Diabetes 2571 (1634)	393 (302)	69 (57)	76 (22)	4706 (1783)	1,28 (0,81)	15,90 (6,9)	1,54 (0,84)	12,79	19,25 (22,14)	412 (453)
4	Diabetes 1563 (1576)	202 (251)	47 (36)	57 (48)	5110 (3100)	0,71 (0,53)	7,54 (8,4)	1,16 (1,06)	14,22	9,82 (14,41)	405 (395)
5	Diabetes 1386 (1204)	201 (205)	40 (42)	44 (24)	3234 (4666)	0,72 (0,83)	6,50 (9,1)	0,75 (0,78)	34,20	12,55 (15,63)	357 (457)
Gemiddelde	1759 (1372)	254 (234)	50 (44)	57 (29)	3769 (2906)	0,92 (0,83)	10,43 (9,1)	0,96 (0,85)	21,73	13,58 (16,38)	376 (437)
6	Me- diabetes 1846 (1734)	282 (291)	59 (57)	54 (38)	3959 (2083)	0,82 (1,14)	10,37 (11,61)	1,49 (0,81)	21,45	14,05 (21,87)	442 (412)
7	Me- diabetes 1388 (1303)	256 (265)	30 (36)	26 (11)	2539 (1486)	0,50 (0,78)	4,62 (6,0)	0,37 (0,52)	6,92	6,79 (10,78)	223 (201)
8	Me- diabetes 1526 (1619)	233 (250)	50 (49)	47 (47)	6375 (3233)	0,63 (0,85)	8,35 (10,2)	0,96 (0,87)	31,83	12,29 (13,68)	469 (500)
9	Me- diabetes 1376 (1305)	195 (223)	40 (38)	48 (29)	1935 (3467)	0,68 (0,82)	7,37 (4,5)	0,77 (0,75)	19,20	12,75 (10,50)	356 (374)
10	Me- diabetes 2311 (1352)	328 (237)	63 (65)	84 (16)	5438 (2850)	1,42 (1,17)	19,38 (13,5)	1,39 (0,78)	21,26	19,12 (24,30)	395 (546)
11	Me- diabetes 1695 (1652)	216 (229)	59 (58)	66 (56)	3243 (3733)	0,72 (0,82)	8,44 (9,2)	0,94 (1,11)	29,55	12,89 (17,01)	328 (516)
12	Me- diabetes 2647 (1875)	362 (348)	75 (60)	99 (27)	4512 (1700)	1,45 (1,30)	23,68 (13,1)	2,31 (1,91)	15,64	20,88 (18,31)	417 (517)
Gemiddelde	1827 (1548)	267 (163)	54 (52)	61 (32)	4000 (2650)	0,89 (0,89)	11,74 (9,7)	1,18 (0,86)	20,84	14,11 (16,64)	376 (438)
Aanbevole standaard Nasionale Voedings- raad (1956): Sitteend			65		4000	0,17	12,0	1,6	40	9	700
Totaal vir alle proefpersone : Manlik en vroulik	1793 (1460)	261 (249)	52 (48)	59 (31)	3885 (2778)	0,91 (0,86)	11,09 (9,41)	1,07 (0,86)	21,29	1385 (16,51)	376 (438)

Tabel L Die gemiddelde daaglikse nutriëntinnamen van manlike proefpersone

[illegible]

Table 1. Mean values of the 100 subjects in the study

Proefpersoon nr.	Criterion	Koolhydraten (g/day)	Koolhydraten Overdag (g/day)	Koolhydraten 's nachts (g/day)	Suikrose-inname (g/day)	Calorie-inname (kcal/day)
Vrouwelijke diabetikers						
1	16	2253	100	132	150	9,12
2	20	1620	41	10	1,3	0,64
3	33	2571	29	564	22,7	2,29
4	17	1563	14	100	-	-
5	40	1346	85	166	6,3	2,30
Gemiddeld		1759	55	139	14,0	4,08
Niet-diabetische vrouwen						
6	30	1845	42	240	42,0	15,33
7	49	1323	80	176	42,7	12,78
8	30	1526	68	165	44,3	16,39
9	37	1376	67	128	-	-
10	29	2311	124	204	27,4	10,01
11	28	2647	182	180	1,8	0,66
12	24	1695	11	205	23,9	8,72
Gemiddeld		1827	82	185	31,5	9,74
Manlijke diabetikers						
13	40	1466	23	188	-	-
14	35	1864	138	164	14,5	5,29
15	34	2105	27	265	12,2	4,45
16	15	1891	80	185	32,7	12,01
Gemiddeld		1832	67	201	19,9	7,44
Niet-diabetische mannen						
17	19	1165	25	169	11,5	4,20
18	34	2723	35	351	19,1	6,97
19	31	2518	18	371	36,1	13,18
20	33	1655	48	240	43,7	15,95
Gemiddeld		2015	32	285	27,6	10,09
Gemiddeld voor groep		1848	53	215	20,7	7,57

Tabel LIII Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van Chatsworth-Indiërs uitgedruk in terme van ouderdom

	O u d e r d o m (j a a r)										
	6	6-8	9-11	12-14	15-18	19-21	22-25	26-30	31-40	41-50	50
Sukrose-inname (g/dag)											
Mans	21,2	25,5	22,7	28,2	30,9	39,4	40,0	39,9	38,4	22,6	43,9
Vroue	20,0	19,1	23,6	23,6	22,5	27,6	33,2	45,7	32,8	28,2	28,3

Tabel LIV Die gemiddelde persentasie tyd wat daaglik aan aktiwiteite bestee was

Groep	Geslag	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweeg rond		Stap (eie pas)		Werk (beroep)		Ontspanning	
		% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
Diabeties	Vroulik	38,1	625	15,8	293	1,2	32	22,6	484	6,6	262	15,5	869	0,2	17	-	-
	Manlik	38,7	686	25,9	528	3,7	112	14,5	318	4,5	227	12,4	727	-	-	35	35
Nie-diabeties	Vroulik	37,3	616	17,9	316	3,1	79	15,3	309	10,5	372	15,9	851	-	-	-	-
	Manlik	37,9	689	21,2	430	5,4	119	14,0	343	1,2	32	12,6	744	6,7	620	1,0	55

Tabel LV Die aktiwiteitspatroon van 6 lede van gesin 33

Proefpersoonnummer	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweë rond		Slap		werk (beroep)		Ontspanning	
	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
1	39,7	732	13,3	265	1,5	42	14,1	345	17,9	748	13,3	626	-	-	-	-
3	39,8	663	15,1	266	3,5	97	5,6	115	4,2	150	32,1	1504	1,2	15	-	-
10	34,1	488	18,8	310	2,9	80	14,3	232	17,7	637	12,2	557	-	-	-	-
11	41,1	693	18,8	327	2,1	51	22,9	452	3,9	156	10,9	565	-	-	-	-
13	36,1	641	21,1	423	-	-	30,1	716	-	-	2,5	456	4,2	201	-	-
19	36,2	604	21,9	438	0,6	19	18,8	221	-	-	10,4	535	22,5	1579	-	-

Tabel LVI
Vergelykende waardes tussen maksimale suurstofopname-kapasiteit van mans-
en vroue Indierstudiante en waardes uit vergelykende studies

	Suid-Afrikaanse Indiers	Suid-Afrikaanse Blankes	Suid-Afrikaanse Bantoes	Sweedse jong mans goed ge-oefen	Amerikaanse mans (Blank)	Noorweegse studente	Amerikaanse studente	Sweedse Huisvroue
	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)	(f)	(g)	(h)
Ouderdoms-groep (jaar)	21-25 (18-23)	19-24	Jong Volwas-senes	20-29	18-24	23, 4 (22, 6)	17-22	20-29
Maksimale suurstofkapaiteit (l/min.)	2,35 (1,51)	3,15	2,12	4,19	-	3,20 (2,30)	(1,78)	(2,23)
Maksimale suurstofkapaiteit (ml/kg/min.)	41,0 (32,3)	47,2	36,2	52,2	39,2-40,0	44,0 (38,0)	(29,8)	(39,9)

(a) De Waal en Booyens (1971)
 (b)(c) Wyndham en Heyns (1969)
 (d)(h) Astrand (1960)

(e) Hansen et al. (1967)
 (f) Hermansen en Andersen (1965)
 (g) Michael en Harvath (1965)

Die waardes in hakies () dui vroulike proefpersone aan

Label XLVIII Die kliniese beeld van die proefpersone

Proefpersoon nr.	Glukose-toleransietoets (mg/100 ml)			Glykoseurie			Proteinurie	Bloeddruk (mm Hg)	Hemo-globien (g/100 ml)	Bloed-groep	Hart	Long	Diagnose	Taslag
	Vastend	1 uur	2 ure	Vastend	1 uur	2 ure								
1	227	408	300	Spoor	+++	++++	++	150/102/98	10,5	O	Normal	Normal	Diabetes	V
2	196	240	246	0	0	0	Nul	110/70/62	13,9	B	Normal	Normal	Diabetes	V
3	170	300	162	0	+	+	Nul	140/120/110	14,4	O	Normal	Normal	Diabetes	V
4	112	240	210	0	+	+++	Nul	80/34/30	13,6	O	Normal	Normal	Diabetes	V
5	136	240	182	0	0	0	+	120/70/62	11,5	B	Normal	Normal	Diabetes	V
6	114	147	114	Spoor	0	0	Nul	105/65/58	-	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
7	85	168	112	0	0	0	Spoor	125/90/85	12,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
8	88	130	96	0	0	0	++	-	13,5	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
9	107	113	113	0	0	0	Nul	100/78/70	13,9		Normal	Normal	Nie-diabetes	V
10	125	148	125	0	0	0	Nul	125/82/78	13,7	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
11	107	160	121	0	0	0	Nul	130/90/75	11,4	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
12	94	137	100	0	0	0	Nul	100/70/60	10,9	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	V
13	244	384	282	+++	+++	++++	++++	180/120/110	17,1	B	Normal	Normal	Diabetes	M
14	127	300	210	0	++	++	Nul	Vet arm 120/72/68	17,1	O	Normal	Normal	Diabetes	M
15	77	201	176	0	0	0	Nul	105/86/70	14,0	O	Normal	Normal	Diabetes	M
16	125	207	153	0	0	0	Nul	115/80/70	14,6	B	Normal	Normal	Diabetes	M
17	100	116	106	0	0	0	Nul	105/70/58	15,6	A	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
18	112	171	105	0	0	0	+	125/100/90	17,8	B	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
19	162	144	117	0	0	0	Nul	95/70/60	16,3	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M
20	117	142	80	0	+	Spoor	Nul	140/80/72	16,2	O	Normal	Normal	Nie-diabetes	M

Tabel XLIX Die gemiddelde dagelijkse nutriëntinnamen van vrouwelijke proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kcal/dag)	Koolhydraat (g/dag)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitamin A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotienzuur (mg/dag)	Riboflavin (mg/dag)	Vitamin C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kaalsium (mg/dag)
1	Diabetes 2253 (1767)	335 (311)	58 (52)	76 (35)	3542 (3966)	1,33 (1,20)	15,03 (13,77)	0,85 (0,86)	27,27	10,82 (16,66)	372 (443)
2	Diabetes 1020 (681)	141 (100)	35 (32)	32 (17)	2255 (1015)	0,51 (0,73)	7,20 (6,9)	0,50 (0,71)	20,16	9,44 (13,02)	334 (239)
3	Diabetes 2571 (1634)	393 (302)	69 (57)	76 (22)	4706 (1783)	1,28 (0,81)	15,90 (6,9)	1,54 (0,84)	12,79	19,25 (22,14)	412 (453)
4	Diabetes 1563 (1576)	202 (251)	47 (36)	57 (48)	5110 (3100)	0,71 (0,53)	7,54 (8,4)	1,16 (1,06)	14,22	9,82 (14,41)	405 (395)
5	Diabetes 1386 (1204)	201 (205)	40 (42)	44 (24)	3234 (4666)	0,72 (0,83)	6,50 (9,1)	0,75 (0,78)	34,20	12,55 (15,63)	357 (457)
Gemiddelde	1759 (1372)	254 (234)	50 (44)	57 (29)	3769 (2906)	0,92 (0,83)	10,43 (9,1)	0,96 (0,85)	21,73	13,58 (16,38)	376 (437)
6	Nie- diabetes 1846 (1734)	282 (291)	59 (57)	54 (38)	3959 (2083)	0,82 (1,14)	10,37 (11,61)	1,49 (0,81)	21,45	14,05 (21,87)	442 (412)
7	Nie- diabetes 1388 (1303)	256 (265)	30 (36)	26 (11)	2539 (1486)	0,50 (0,78)	4,62 (6,0)	0,37 (0,52)	6,92	6,79 (10,78)	223 (201)
8	Nie- diabetes 1526 (1619)	233 (250)	50 (49)	47 (47)	6375 (3233)	0,63 (0,85)	8,35 (10,2)	0,96 (0,87)	31,83	12,29 (13,68)	469 (500)
9	Nie- diabetes 1376 (1305)	195 (223)	40 (38)	48 (29)	1935 (3467)	0,68 (0,82)	7,37 (4,5)	0,77 (0,75)	19,20	12,75 (10,50)	356 (374)
10	Nie- diabetes 2311 (1352)	328 (237)	63 (65)	84 (16)	5438 (2850)	1,42 (1,17)	19,38 (13,5)	1,39 (0,78)	21,26	19,12 (24,30)	395 (546)
11	Nie- diabetes 1695 (1652)	216 (229)	59 (58)	66 (56)	3243 (3733)	0,72 (0,82)	8,44 (9,2)	0,94 (1,11)	29,55	12,89 (17,01)	328 (516)
12	Nie- diabetes 2647 (1875)	362 (348)	75 (60)	99 (27)	4512 (1700)	1,45 (1,30)	23,68 (13,1)	2,31 (1,91)	15,64	20,88 (18,31)	417 (517)
Gemiddelde	1827 (1548)	267 (163)	54 (52)	61 (32)	4000 (2650)	0,89 (0,89)	11,74 (9,7)	1,18 (0,86)	20,84	14,11 (16,64)	376 (438)
Aanbevole standaard Nationale Voedings- raad (1956): Sitteend			65		4000	0,17	12,0	1,6	40	9	700
Totaal vir alle proefpersone : Manlik en vroulik	1793 (1460)	261 (249)	52 (48)	59 (31)	3885 (2778)	0,91 (0,86)	11,09 (9,41)	1,07 (0,86)	21,29	1385 (16,51)	376 (438)

Tabel L Die gemiddelde daaglikse nutrientinname van manlike proefpersone

Proef- persoon nr.	Kalorieë (kcal/dag)	Koolhidraat (g/dag)	Proteïen (g/dag)	Vet (g/dag)	Vitamiën A (IE/dag)	Tiamien (mg/dag)	Nikotiensuur (mg/dag)	Riboflaviën (mg/dag)	Vitamiën C (mg/dag)	Yster (mg/dag)	Kalsium (mg/dag)
13	Diabetics 1466 (1515)	205 (220)	61 (62)	47 (43)	3542 (3966)	0,65 (0,74)	8,15 (8,1)	0,96 (0,74)	26,85	9,54 (7,24)	403 (458)
14	Diabetics 1864 (1938)	302 (337)	59 (62)	47 (38)	2255 (1015)	1,41 (1,41)	15,05 (12,5)	0,85 (1,00)	13,59	15,65 (20,21)	389 (560)
15	Diabetics 2105 (2138)	292 (309)	75 (95)	66 (58)	4706 (1783)	1,14 (1,23)	12,10 (16,7)	1,22 (1,31)	42,02	16,24 (19,48)	504 (536)
16	Diabetics 1891 (1859)	266 (278)	55 (54)	69 (59)	5110 (3100)	0,89 (0,84)	11,31 (10,7)	0,88 (0,67)	42,79	14,22 (15,41)	477 (530)
Gemiddelde											
	1832 (1865)	266 (286)	63 (68)	57 (50)	5455 (3591)	1,03 (1,10)	11,65 (12,0)	0,98 (0,93)	31,31	13,91 (15,59)	443 (521)
17	Me- diabetics 1165 (1020)	144 (197)	34 (31)	27 (12)	1535 (636)	0,79 (0,88)	6,19 (6,6)	0,47 (0,31)	3,37	8,88 (11,30)	256 (188)
18	Me- diabetics 2723 (2082)	396 (386)	70 (58)	71 (34)	3670 (3850)	1,13 (1,56)	14,99 (10,6)	2,59 (1,00)	51,28	22,91 (17,73)	405 (497)
19	Me- diabetics 2518 (1613)	389 (294)	69 (53)	66 (25)	3068 (3233)	1,10 (1,39)	9,75 (8,0)	1,07 (0,82)	16,15	15,45 (20,89)	450 (361)
20	Me- diabetics 1655 (1839)	288 (247)	55 (80)	40 (59)	4256 (2650)	0,79 (0,70)	8,53 (10,5)	0,93 (0,78)	37,74	10,78 (16,13)	395 (709)
Gemiddelde											
	2015 (1639)	317 (281)	57 (56)	51 (33)	3132 (2592)	0,95 (1,13)	9,87 (8,9)	1,27 (0,73)	27,14	15,26 (16,51)	377 (444)
Aanbevole standaardie Nasionale Voedings- raad (1956)											
1)	Sittend 2300		65		4000	1,0	15	1,6	40	9	700
11)	Matig aktief 3000		65		4000	0,7	11	1,4	40	12	600
Totaal vir alle proef- persone: Manlik en 1924 (1752)											
Vroulik		292 (284)	60 (62)	54 (42)	4294 (3092)	0,99 (1,12)	10,76 (10,5)	1,13 (0,5)	29,23	14,59 (16,05)	410 (473)

Table 1. Mean values of the 100 subjects in the study

Proefpersoon nr.	Criterion	Koolhydraten (g/day)	Overdag (g/day)	Verfijn (g/day)	Sukrose-inname (g/day)	Calorie-inname kcal/day
Niet-diabetikers						
1	16	2253	335,2	103	25,5	9,12
2	20	1020	140,5	41	1,7	6,69
3	33	2571	392,5	29	22,7	8,29
4	17	1563	202,4	14	-	-
5	40	1336	200,9	85	6,3	2,30
Gemiddeld		1759	254,3	55	14,0	4,08
Niet-diabetische vrouwen						
6	30	1845	281,8	42	42,0	15,33
7	49	1398	255,6	80	44,7	17,78
8	30	1526	233,0	68	44,3	16,39
9	37	1376	195,1	67	-	-
10	29	2311	327,6	124	27,4	10,01
11	28	2647	361,9	182	1,8	0,66
12	24	1695	215,9	11	23,9	8,72
Gemiddeld		1827	267,8	82	31,5	9,74
Manlike diabetikers						
13	40	1466	204,5	23	Saccharien	-
14	35	1864	301,9	138	14,5	5,29
15	34	2105	292,3	27	12,2	4,45
16	15	1891	265,6	80	32,7	12,01
Gemiddeld		1832	266,1	67	19,9	7,44
Niet-diabetische mans						
17	19	1165	193,5	25	11,5	4,20
18	34	2723	396,2	35	19,1	6,97
19	31	2518	389,4	18	36,1	13,18
20	33	1655	288,1	48	43,7	15,95
Gemiddelde		2015	316,8	32	27,6	10,09
Gemiddeld voor groep						
		1848	273,7	53	20,7	7,57

Tabel LII

Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van
manstudente

Proefpersoon nr.	Ouderdom	Kalorie-inname (kkal/dag)	Koolhidraat-inname (g/dag)	Suikrose-inname (g/dag)	Suikrose-inname (kg/jaar)
1	22	2236	373	61,3	22,37
2	25	1758	100	9,4	3,43
3	21	2256	302	44,0	16,06
4	22	1856	239	19,4	7,08
5	24	1285	192	16,7	6,10
6	23	1857	230	38,5	14,05
7	23	2002	298	41,2	15,04
8	23	2294	344	60,4	22,05
9	22	2807	237	42,8	15,62
10	22	2244	320	50,2	18,32
11	23	1547	204	26,4	9,64
Gemiddeld		2013	212	37,3	13,61

Tabel LIII Die gemiddelde daaglikse suikrose-inname van Chatsworth-Indiërs uitgedruk in terme van ouderdom

	O u d e r d o m										
	(j a a r)										
Suikrose-inname (g/dag)	6	6-8	9-11	12-14	15-18	19-21	22-25	26-30	31-40	41-50	50
Mans	21,2	25,5	22,7	28,2	30,9	39,4	40,0	39,9	38,4	22,6	43,9
Vroue	20,0	19,1	23,6	23,6	22,5	27,6	33,2	45,7	32,8	28,2	28,3

Tabel LIV Die gemiddelde persentasie tyd wat daaglik aan aktiwiteite bestee was

Groep	Geslag	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweeg rond		Stap (eie pas)		Werk (beroep)		Ontspanning	
		% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
Diabeties	Vroulik	38,1	625	15,8	293	1,2	32	22,6	484	6,6	262	15,5	869	0,2	17	-	-
	Manlik	38,7	686	25,9	528	3,7	112	14,5	318	4,5	227	12,4	727	-	-	-	35
Nie-diabeties	Vroulik	37,3	616	17,9	316	3,1	79	15,3	309	10,5	372	15,9	851	-	-	-	-
	Manlik	37,9	689	21,2	430	5,4	119	14,0	343	1,2	32	12,6	744	6,7	620	1,0	55

Tabel LV Die aktiwiteitspatroon van 6 lede van gesin 33

Proefpersoonnummer	Lêend		Sittend		Sittend (besig)		Staande (besig)		Staande en beweë rond		Slap		werk (beroep)		Ontspanning	
	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal	% tyd	kcal
1	39,7	732	13,3	265	1,5	42	14,1	345	17,9	748	13,3	626	-	-	-	-
3	39,8	663	15,1	266	3,5	97	5,6	115	4,2	150	32,1	1504	1,2	15	-	-
10	34,1	488	18,8	310	2,9	80	14,3	232	17,7	637	12,2	557	-	-	-	-
11	41,1	693	18,8	327	2,1	51	22,9	452	3,9	156	10,9	565	-	-	-	-
13	36,1	641	21,1	423	-	-	30,1	716	-	-	2,5	456	4,2	201	-	-
19	36,2	604	21,9	438	0,6	19	18,8	221	-	-	10,4	535	22,5	1579	-	-

Tabel LVI
Vergelykende waardes tussen maksimale suurstofopname-kapasiteit van mans-
en vroue Indierstudiante en waardes uit vergelykende studies

	Suid-Afrikaanse Indiers	Suid-Afrikaanse Blankes	Suid-Afrikaanse Bantoes	Sweedse jong mans goed ge-oefen	Amerikaanse mans (Blank)	Noorweegse studente	Amerikaanse studente	Sweedse Huisvroue
	(a)	(b)	(c)	(d)	(e)	(f)	(g)	(h)
Ouderdoms-groep (jaar)	21-25 (18-23)	19-24	Jong Volwas-senes	20-29	18-24	23, 4 (22, 6)	17-22	20-29
Maksimale suurstofkapasiteit (l/min.)	2,35 (1,51)	3,15	2,12	4,19	-	3,20 (2,30)	(1,78)	(2,23)
Maksimale suurstofkapasiteit (ml/kg/min.)	41,0 (32,3)	47,2	36,2	52,2	39,2-40,0	44,0 (38,0)	(29,8)	(39,9)

(a) De Waal en Booyens (1971)
 (b)(c) Wyndham en Heyns (1969)
 (d)(h) Astrand (1960)

(e) Hansen et al. (1967)
 (f) Hermansen en Andersen (1965)
 (g) Michael en Harvath (1965)

Die waardes in hakies () dui vroulike proefpersone aan

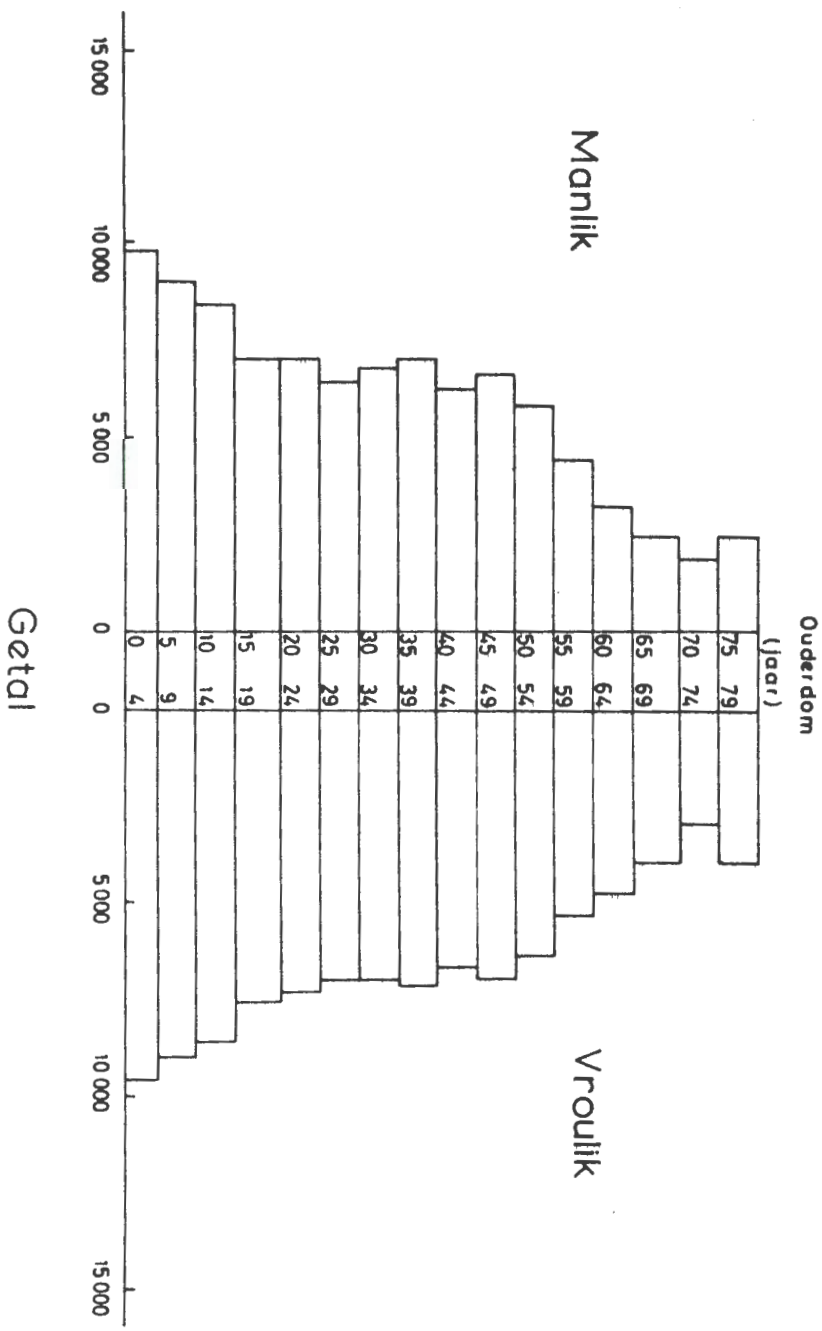
LYS VAN FIGURE

Figuur

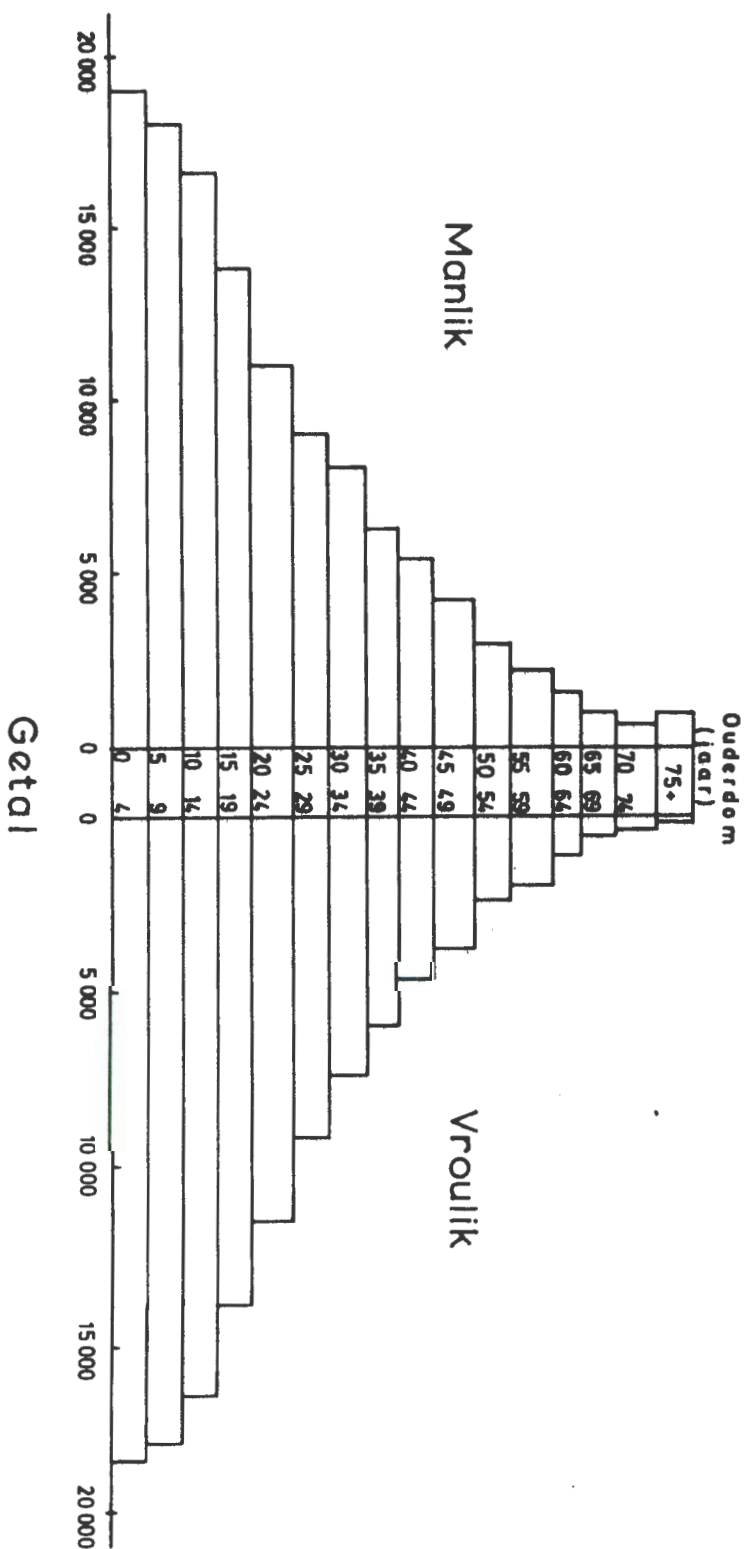
- 1 Bevolkingspiramied, Blankes, Durban 1960
- 2 Bevolkingspiramied, Indiërs, Durban 1960
- 3 Die verband tussen kalorie-inname en ouderdom vir mans en seuns
- 4 Die verband tussen kalorie-inname en ouderdom vir vroue en dogters
- 5 Standaard vir tricepsvelvoudikte van seuns
- 6 Standaard vir tricepsvelvoudikte van dogters
- 7 Standaard vir subskapulêre velvoudikte van seuns
- 8 Standaard vir subskapulêre velvoudikte van dogters
- 9 Standaard vir lengte en gewig van seuns
- 10 Standaard vir lengte en gewig van dogters
- 11 Standaard vir tricepsvelvoudikte van seuns
- 12 Standaard vir tricepsvelvoudikte van dogters
- 13 Standaard vir subskapulêre velvoudikte van seuns
- 14 Standaard vir subskapulêre velvoudikte van dogters
- 15 Vergelykende waardes vir gewig en lengte van seuns
- 16 Vergelykende waardes vir gewig en lengte van dogters
- 17 Lengte en gewigverhouding van seuns onder 18 jaar oud
- 18 Lengte en gewigverhouding van dogters onder 18 jaar oud
- 19 Gewig en ouderdom van vroue en dogters
- 20 Gewig en ouderdom van mans en seuns
- 21 Lengte en ouderdom van mans en seuns
- 22 Lengte en ouderdom van vroue en dogters

- 23 Subskapulêre velvoudikte van mans oor 18 jaar oud
- 24 Tricepsvelvoudikte van mans oor 18 jaar oud
- 25 Subskapulêre velvoudikte van vroue oor 18 jaar oud
- 26 Tricepsvelvoudikte van vroue oor 18 jaar oud
- 27 tot 39 Die gemiddelde daaglikse nutriëntinname van kinders van diabetiese ouers
 - 27 Kalorie-inname
 - 28 Proteïninname
 - 29 Vetinname
 - 30 Koolhidraatinname
 - 31 Vitamien A-inname
 - 32 Riboflavininname
 - 33 Tiamininname
 - 34 Niasininname
 - 35 Vitamien C-inname
 - 36 Ysterinname
 - 37 Kalsiuminname
- 38 Die verband tussen die gemiddelde daaglikse kalorie-inname en kalorieverbruik

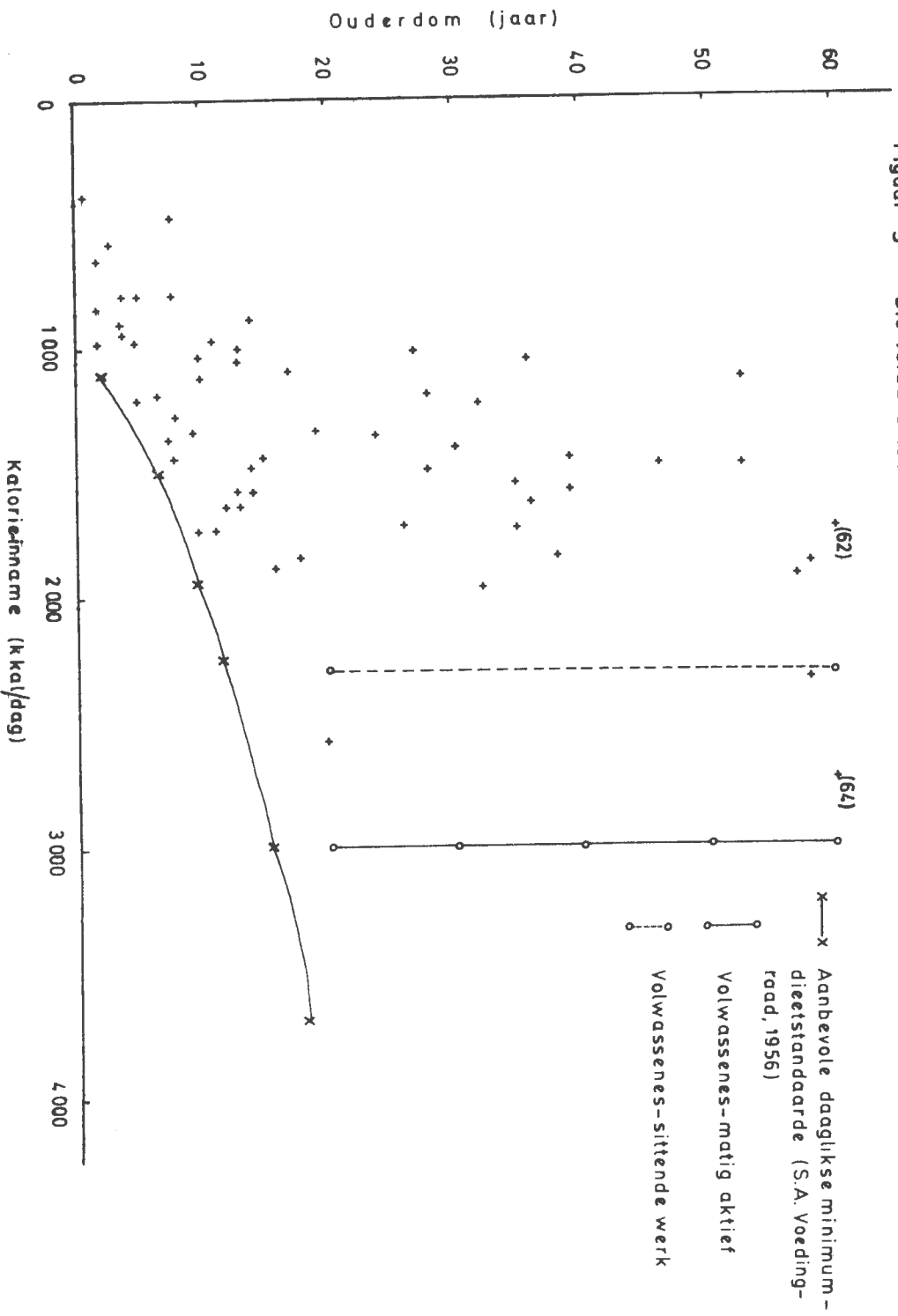
Figuur 1 Bevolkingspiramied - Blankes , Durban (1960)
(Stander, 1960)



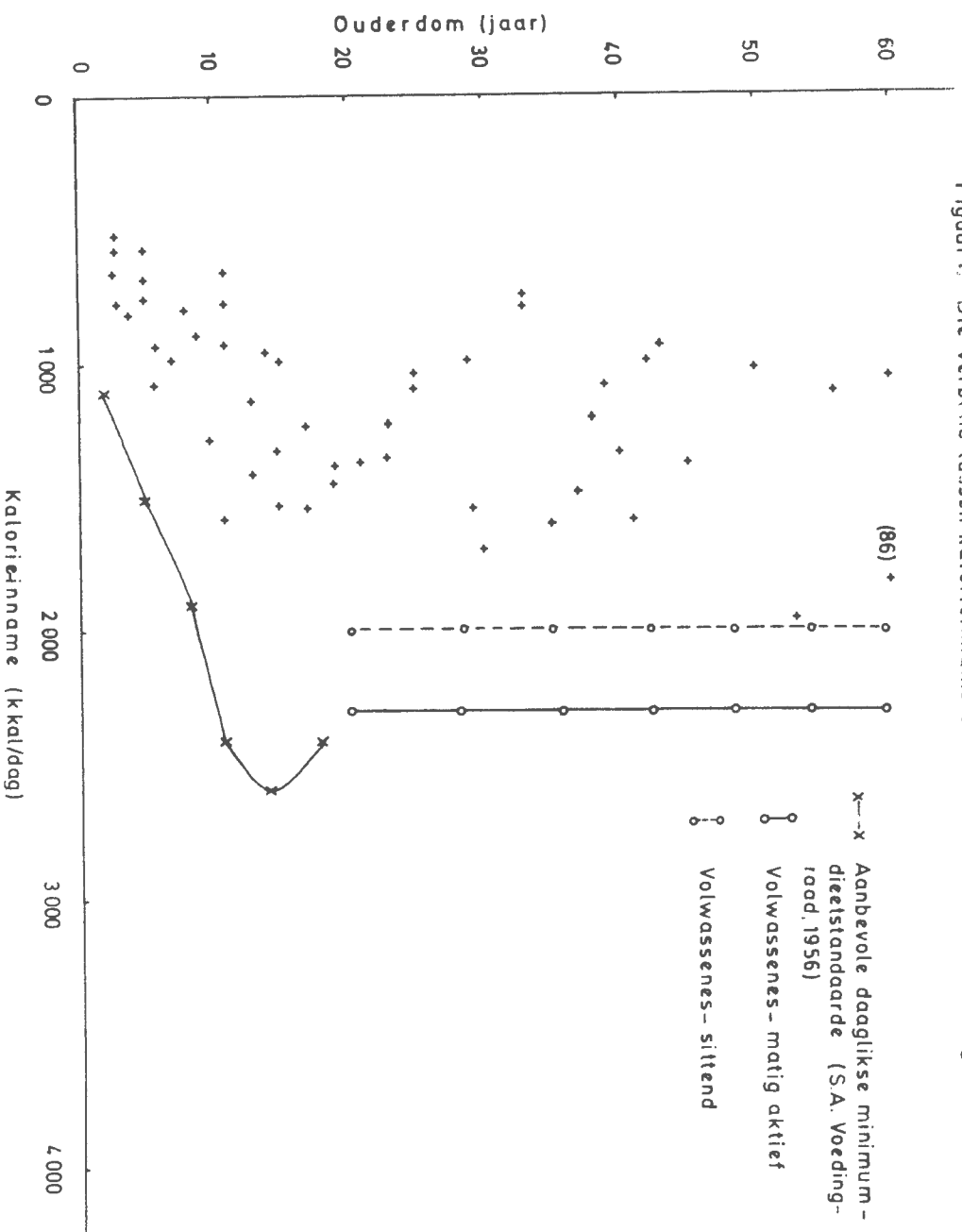
Figuur 2 Bevolkingspiramied – Indiërs , Durban (1960)
(Stander, 1960)

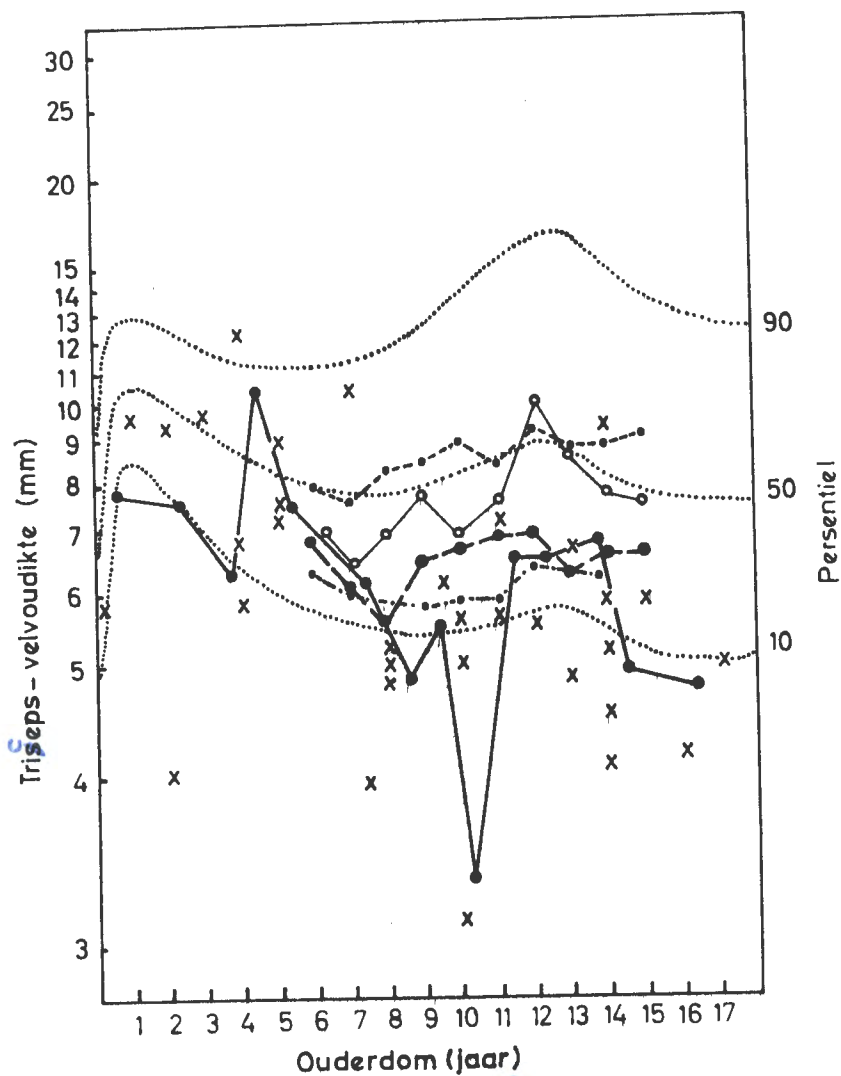


Figuur 3 Die verband tussen kalorieinname en ouderdom van mans en seuns



Figuur 4 Die verband tussen kalorie-inname en ouderdom van vroue en dragters

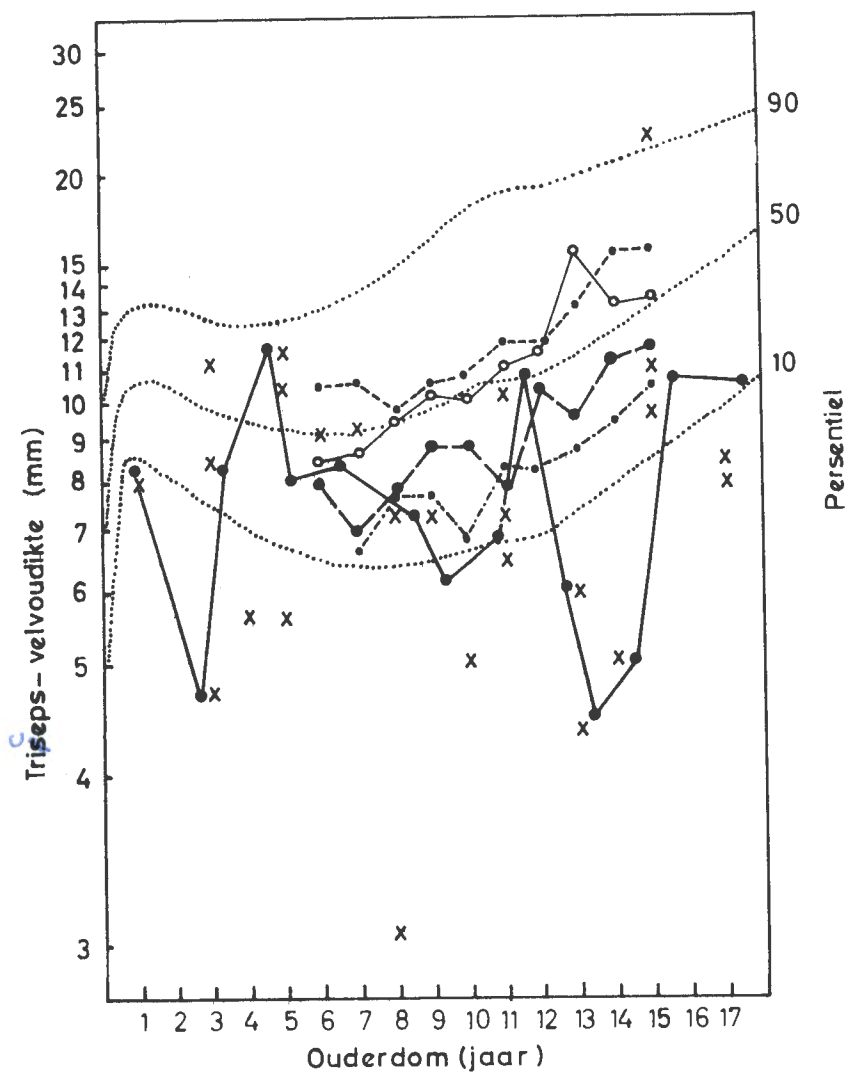




Figuur 5 Standaard vlr triceps-velvoudikte van seuns (Tanner en Whitehouse, 1962)

○—○ Indiërs
 ●—● Kleurlinge
 ●—● Bantoes
 ●—● Blankes
 (Smit et al., 1967)

x Chatsworth-Indiërs - individuele waarden
 ●—● Chatsworth-Indiërs - gemiddelde waarden



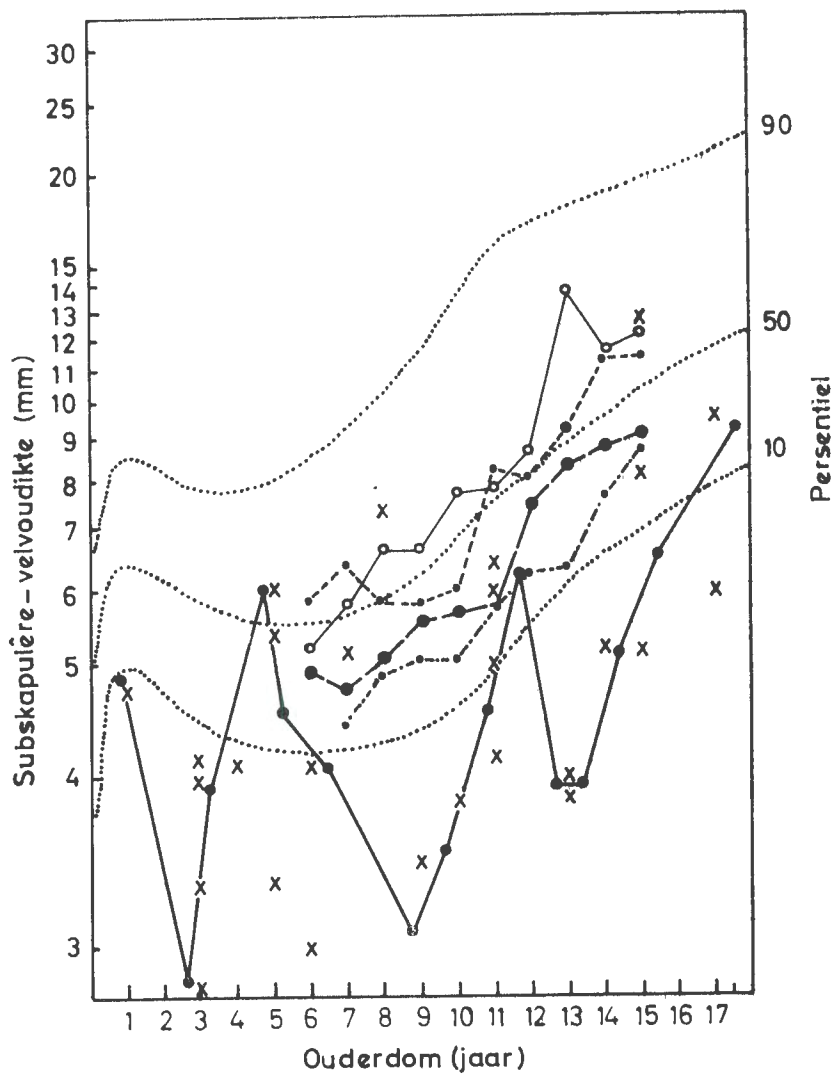
Figuur 6 Standaard vir trisepts-velvoudikte van dogters (Tanner en Whitehouse, 1962)

○—○ Indiërs ●—● Kleurlinge
 - - - - - Blankes ······ Bantoes

(Smit et al., 1967)

x Chatsworth-Indiërs - individuele waardes
 ●—● Chatsworth-Indiërs - gemiddelde waardes

x Chatsworth-Indiërs - individuele waarden
●—● Chatsworth-Indiërs - gemiddelde waarden

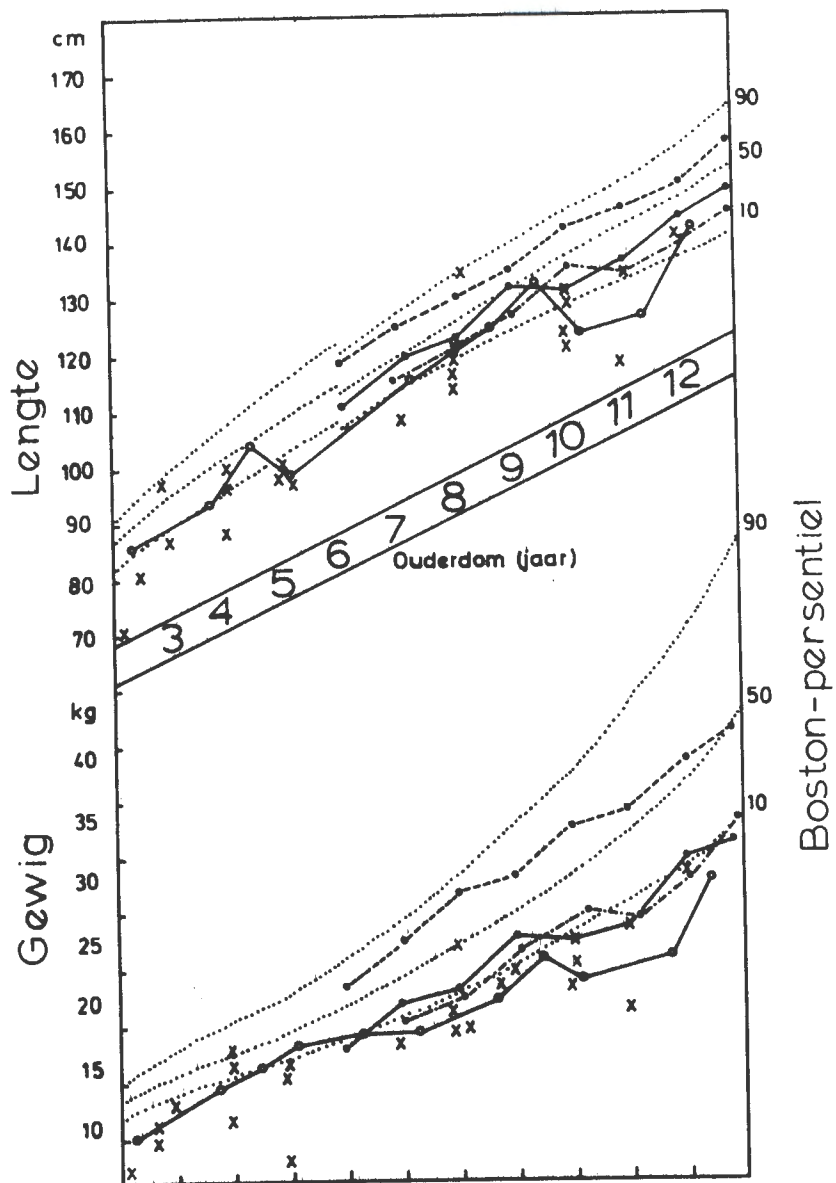


Figuur 8 Standaard vir subskapulêre-velvoudikte van dogters (Tanner en Whitehouse, 1962)

—○— Indiërs —●— Kleurlinge
 Bantoes - - - - Blankes

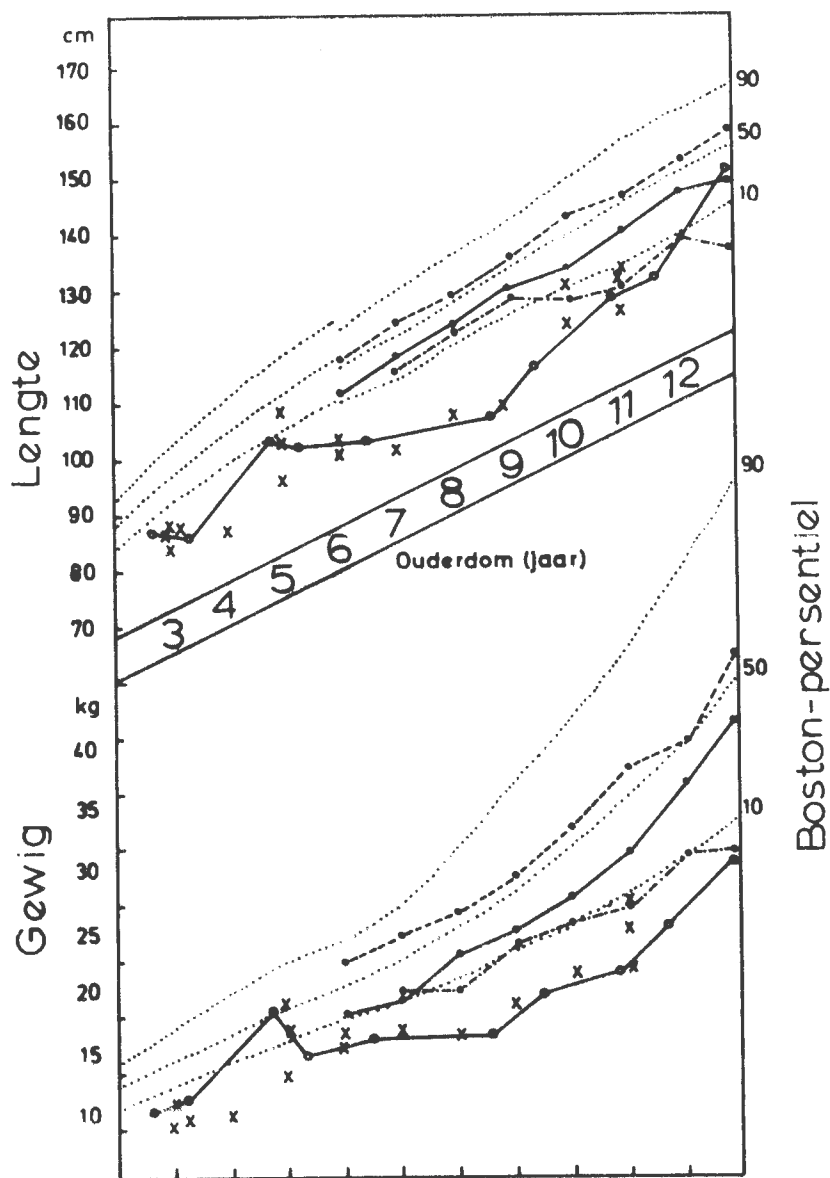
(Smit et al., 1967)

x Chatsworth-Indiërs - individuele waardes
 —●— Chatsworth-Indiërs - gemiddelde waardes



Figuur 9 Standaard vir lengte en gewig van seuns (Nelson, 1964)

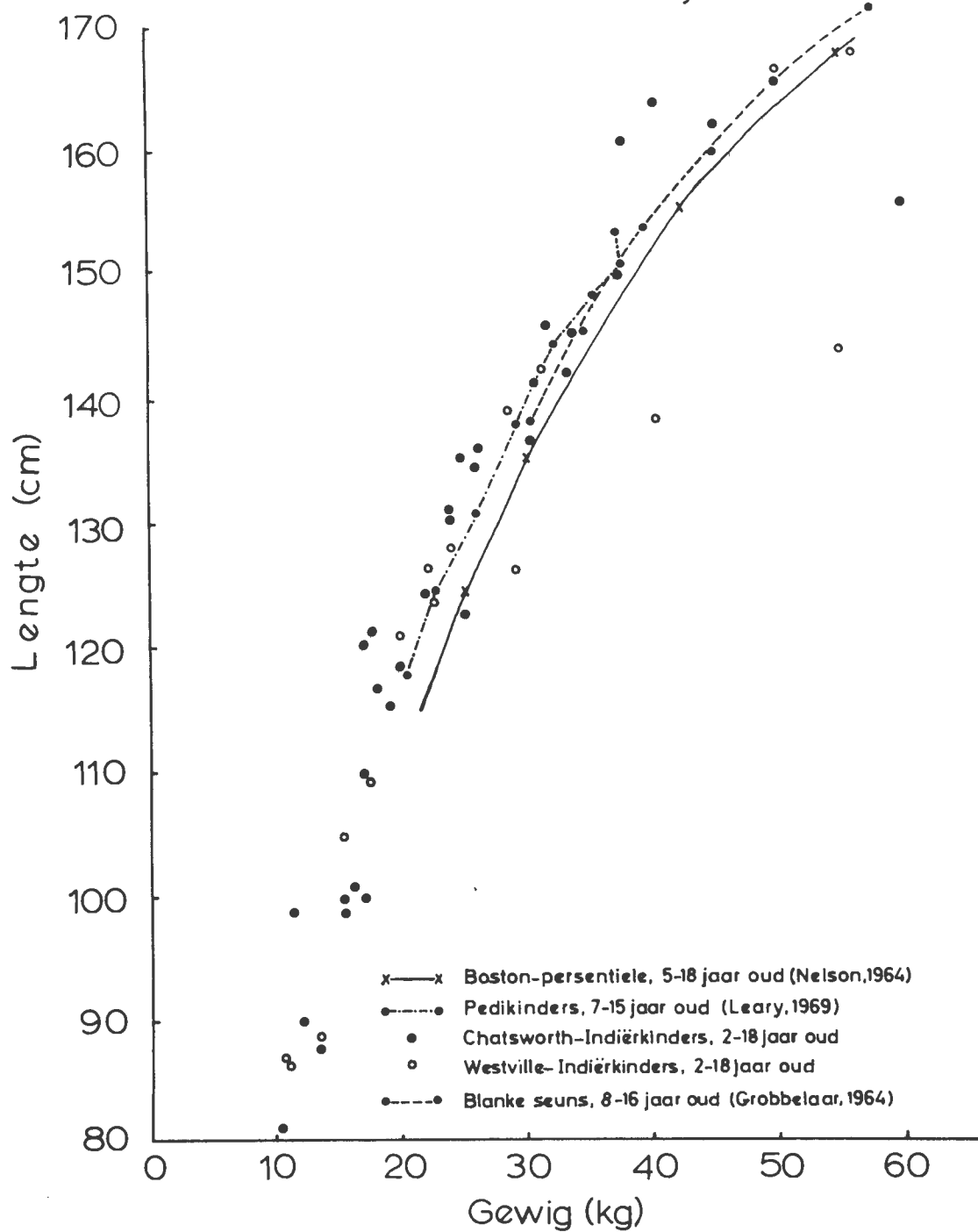
- Pedalkinders (Leary, 1969)
- Blankes, —• Indiërs (Smit et al., 1967)
- x Chatsworth-Indiërs - individuele waardes
- Chatsworth-Indiërs - gemiddelde waardes



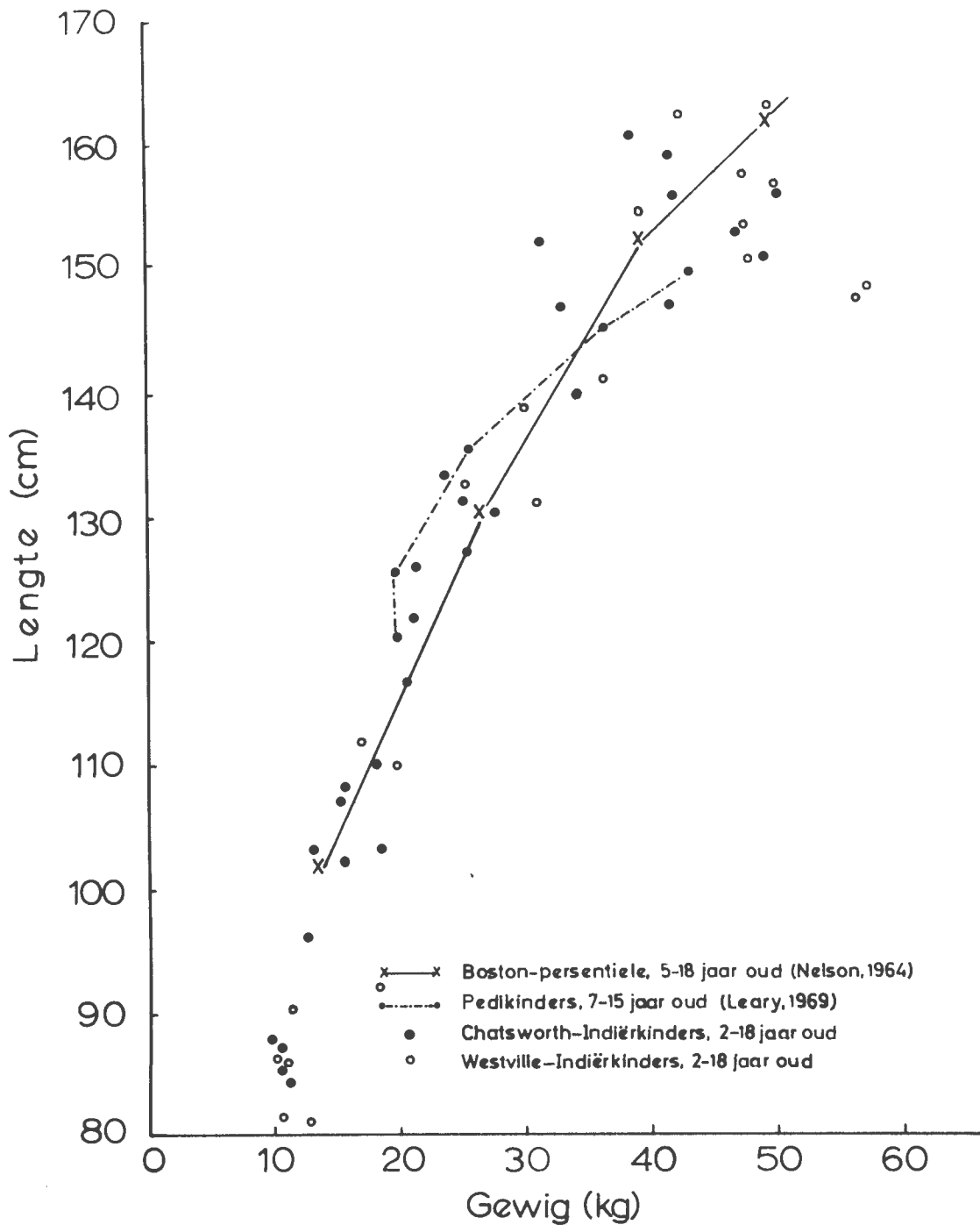
Figuur 10 Standaarde vir lengte en gewig van dogters (Nelson, 1964)

- Pedikinders (Leary, 1969)
- Blankes, —•—•— Indiërs (Smit et al., 1967)
- x Chatsworth-Indiërs - individuele waardes
- Chatsworth-Indiërs - gemiddelde waardes

Figuur 11 Lengte- en gewigsverhouding van
seuns onder 18 jaar

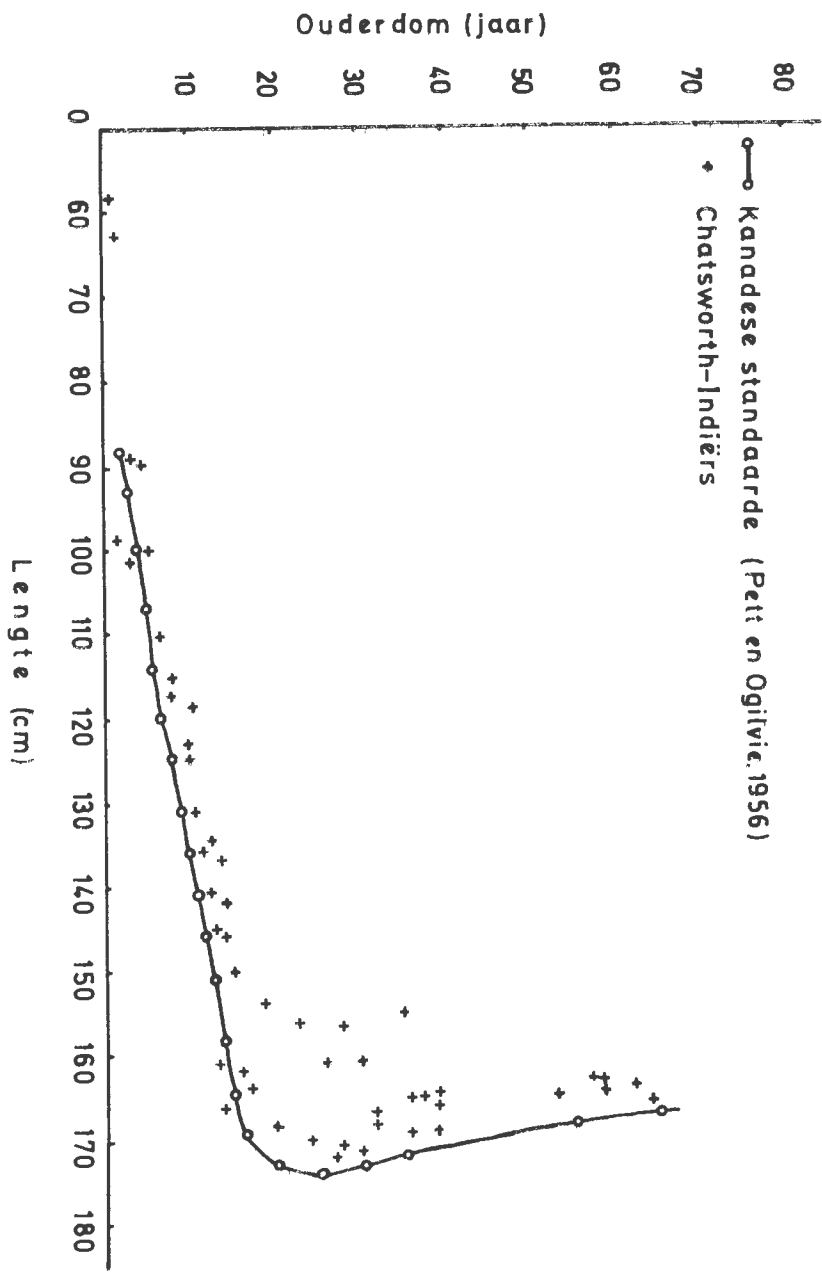


Figuur 12 Lengte- en gewigsverhouding van dogters onder 18 jaar

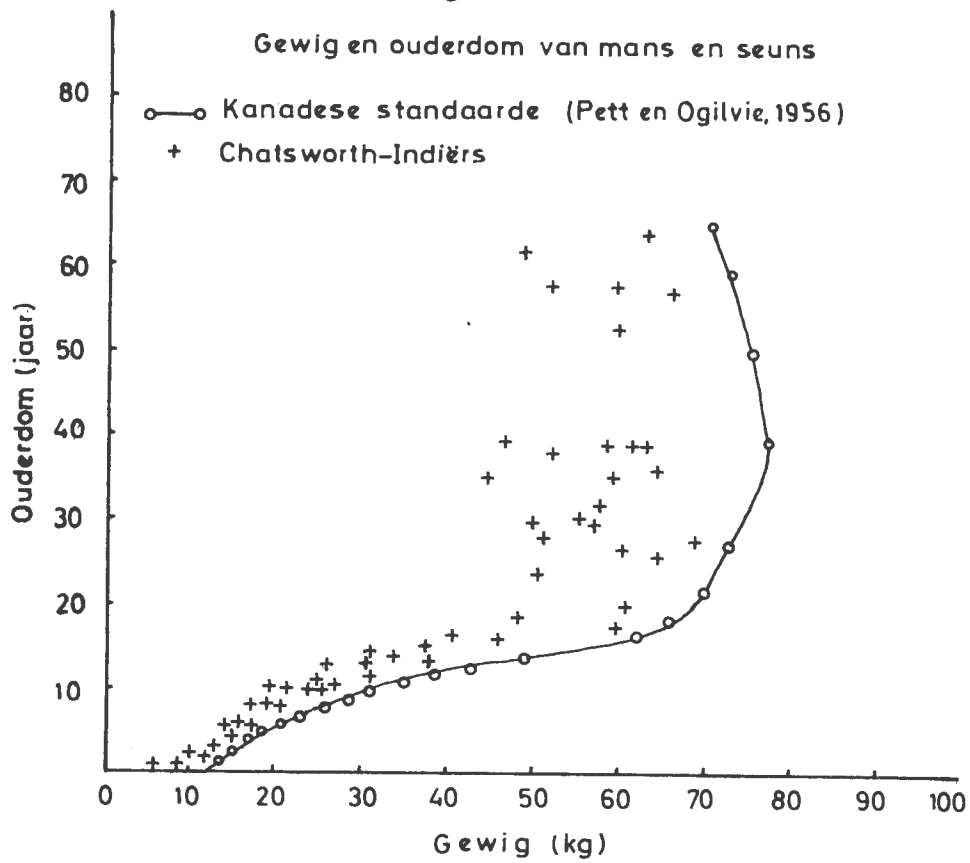


Figuur 13

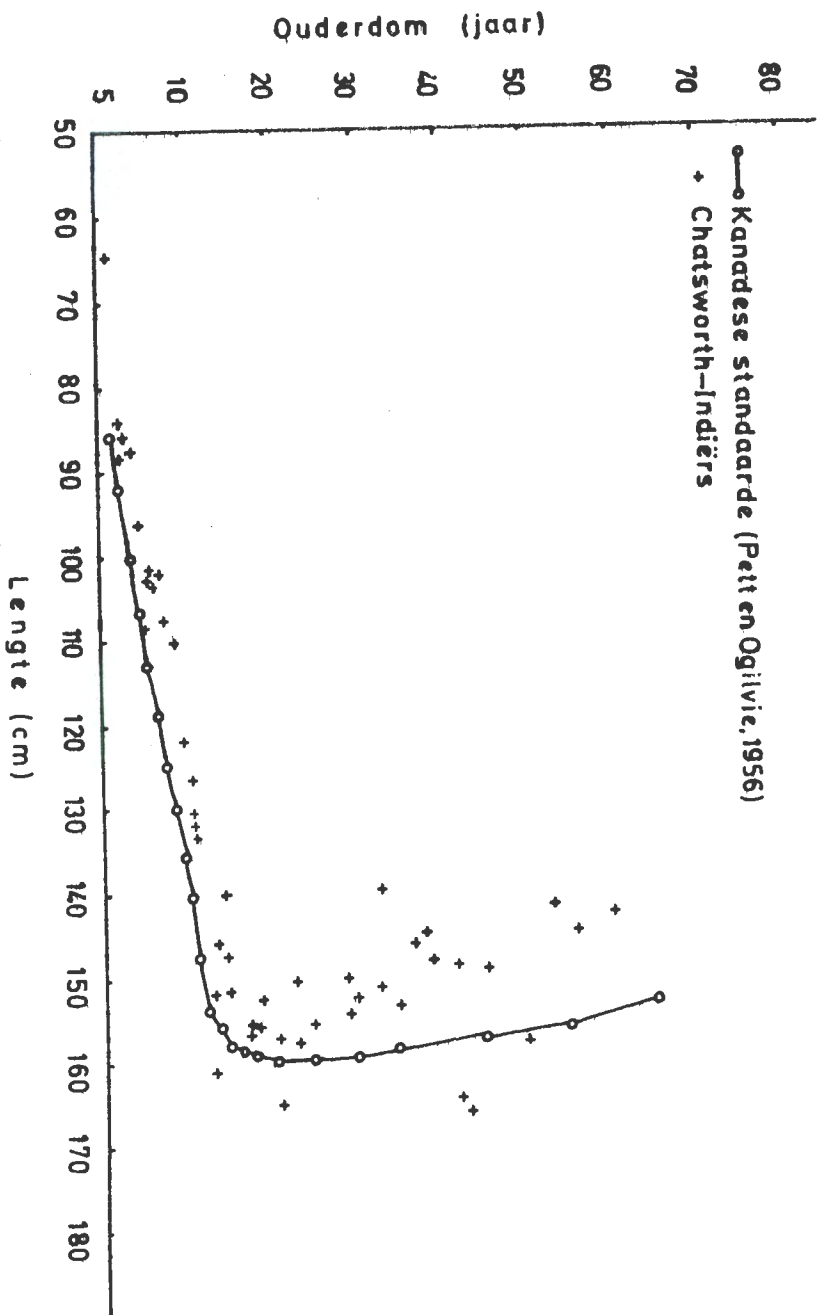
Lengte en ouderdom van mans en seuns



Figuur 14

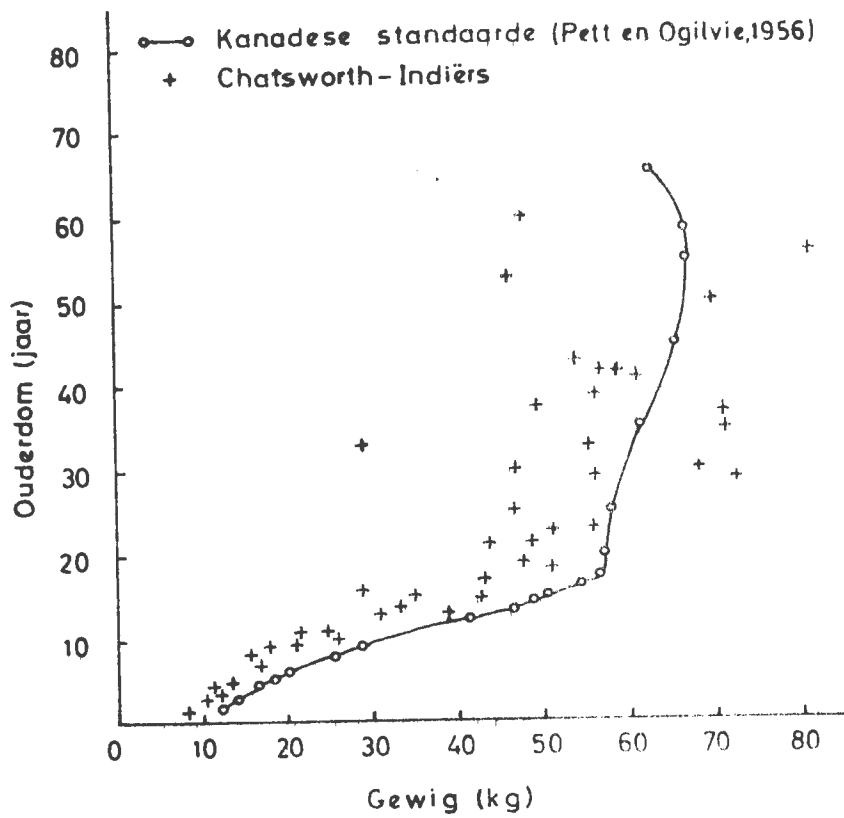


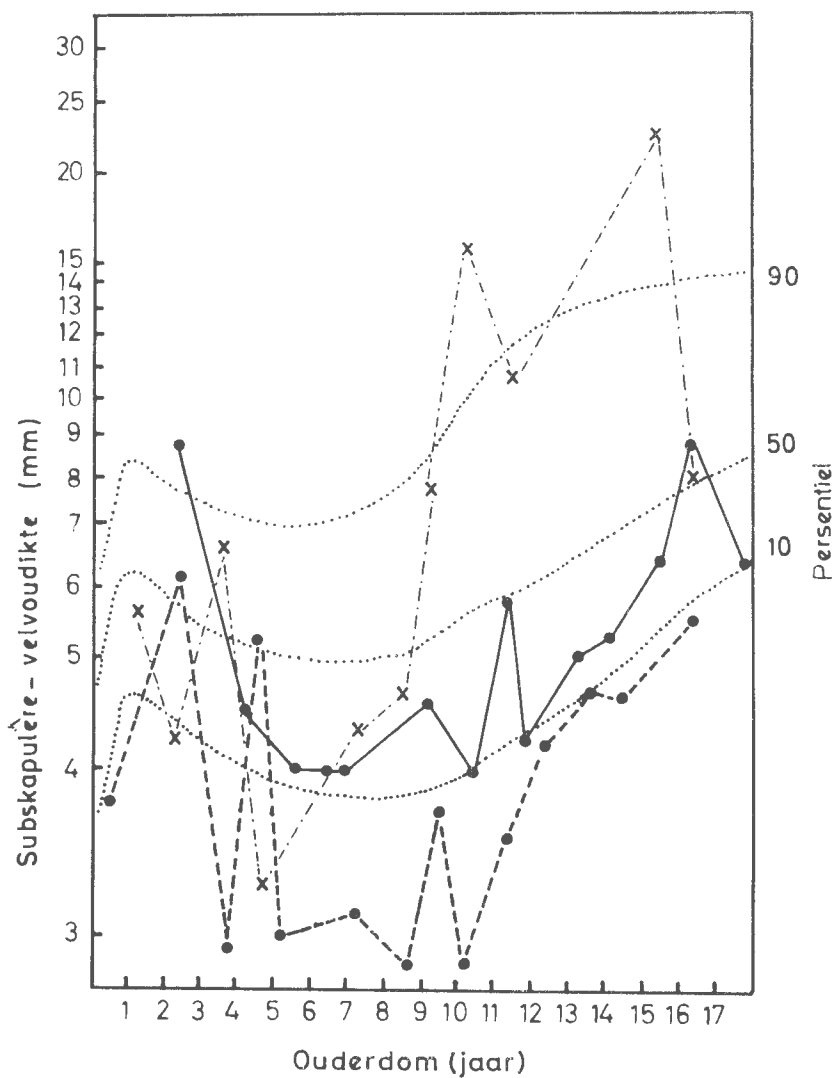
Figuur 15
Lengte en ouderdom van vroue en dogters



Figuur 16

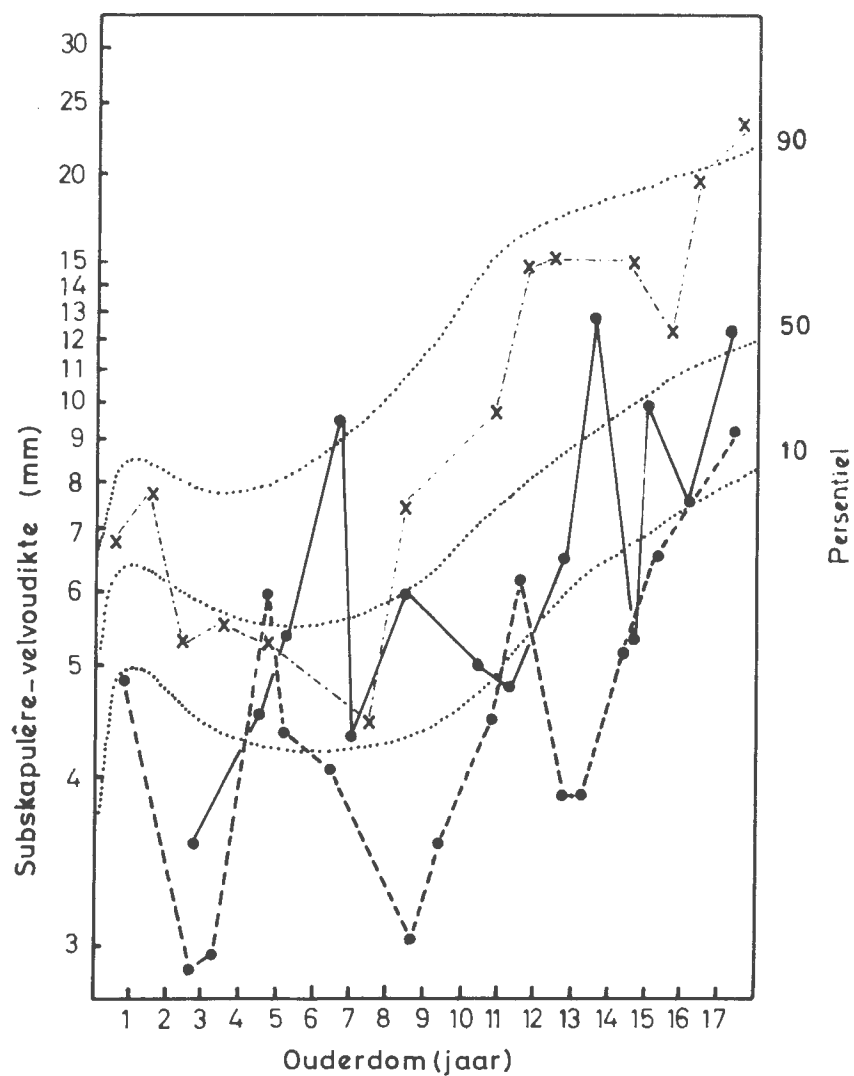
Gewig en ouderdom van vroue en
dogters





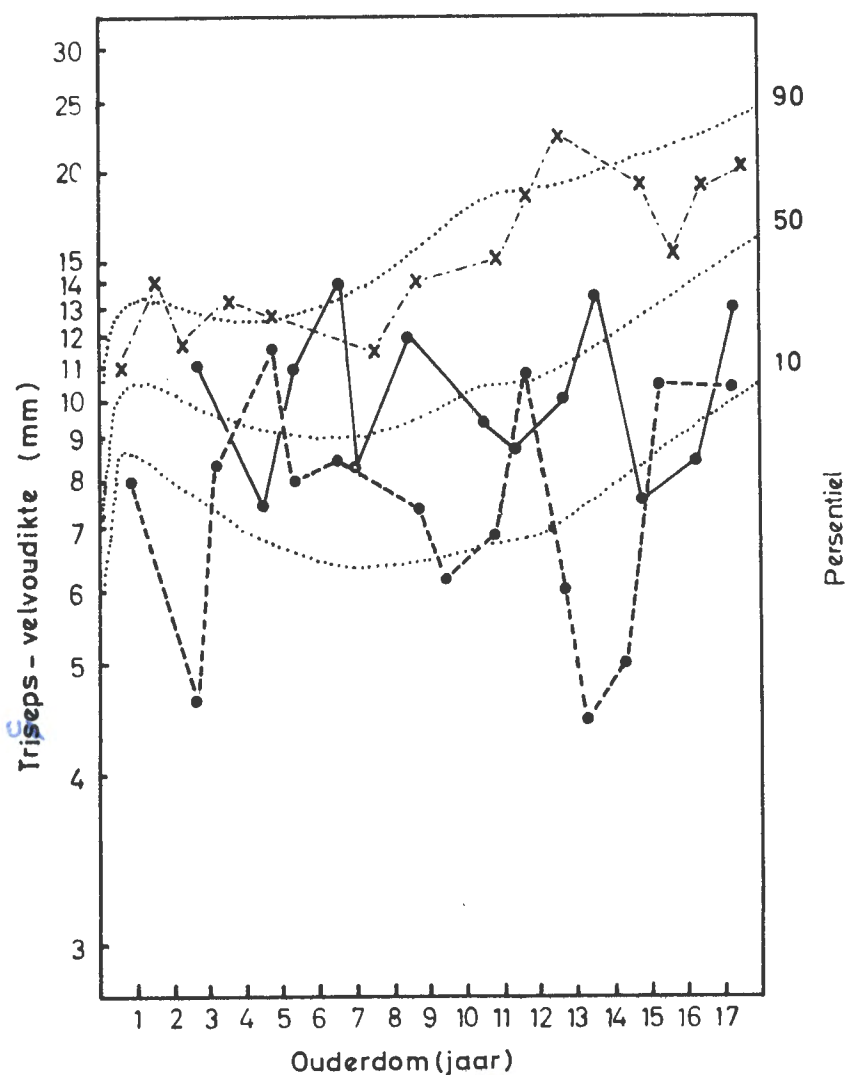
Figuur 17 Standaard vir subskapulêre-velvoudik-
te van seuns (Tanner en Whitehouse, 1962)

- Chatsworth-Indiërs - 1969
- Chatsworth-Indiërs - 1971
- x-----xWestville - Indiërs - 1971

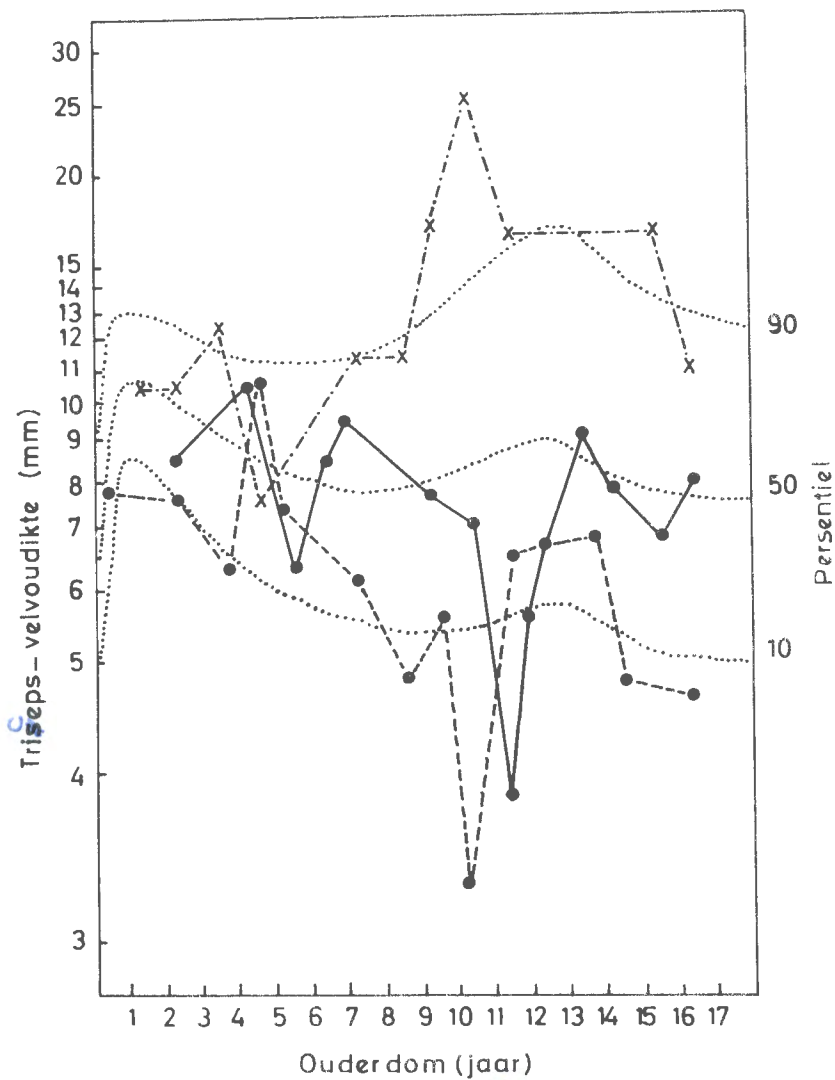


Figuur 18 Standaard vir subskapulêre-velvoudikte van dogters (Tanner en Whitehouse, 1962)

- Chatsworth-Indiërs - 1969
- Chatsworth-Indiërs - 1971
- x-----xWestville - Indiërs - 1971

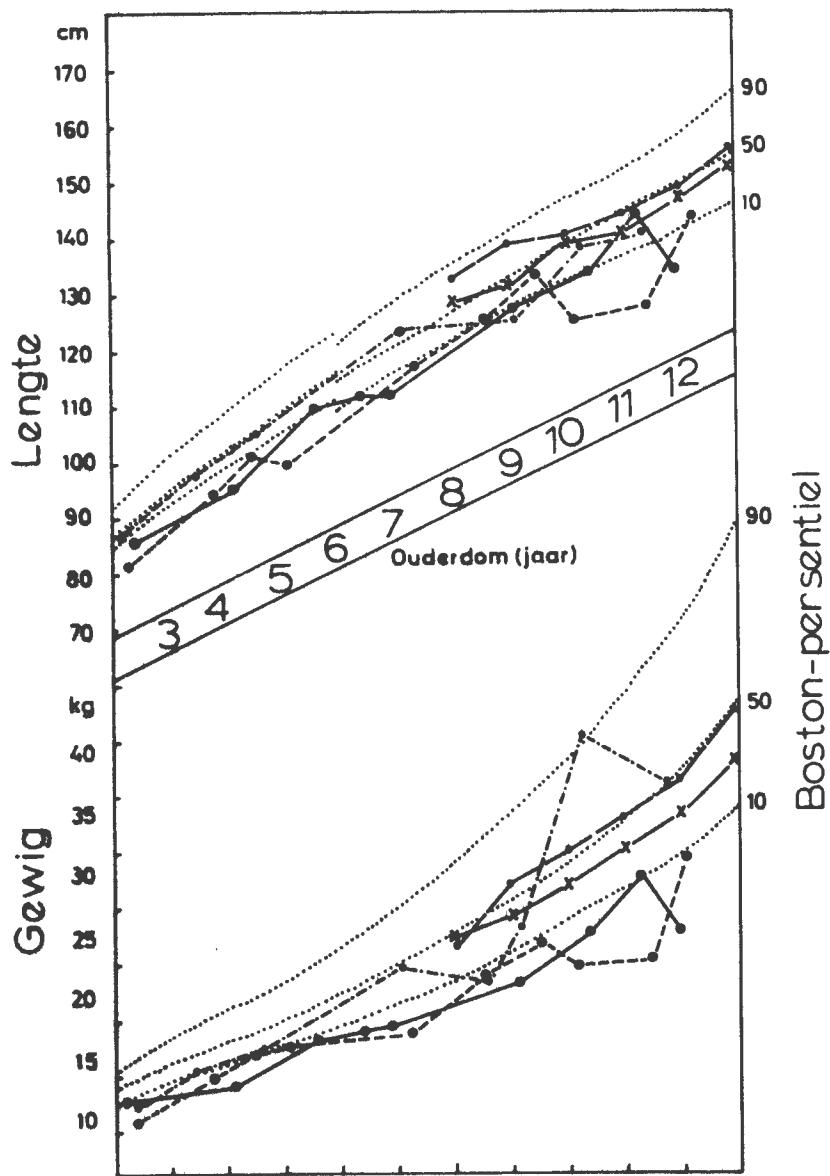


Figuur 19 Standaard vir trisepts-velvoudikte van dogters (Tanner en Whitehouse, 1962)



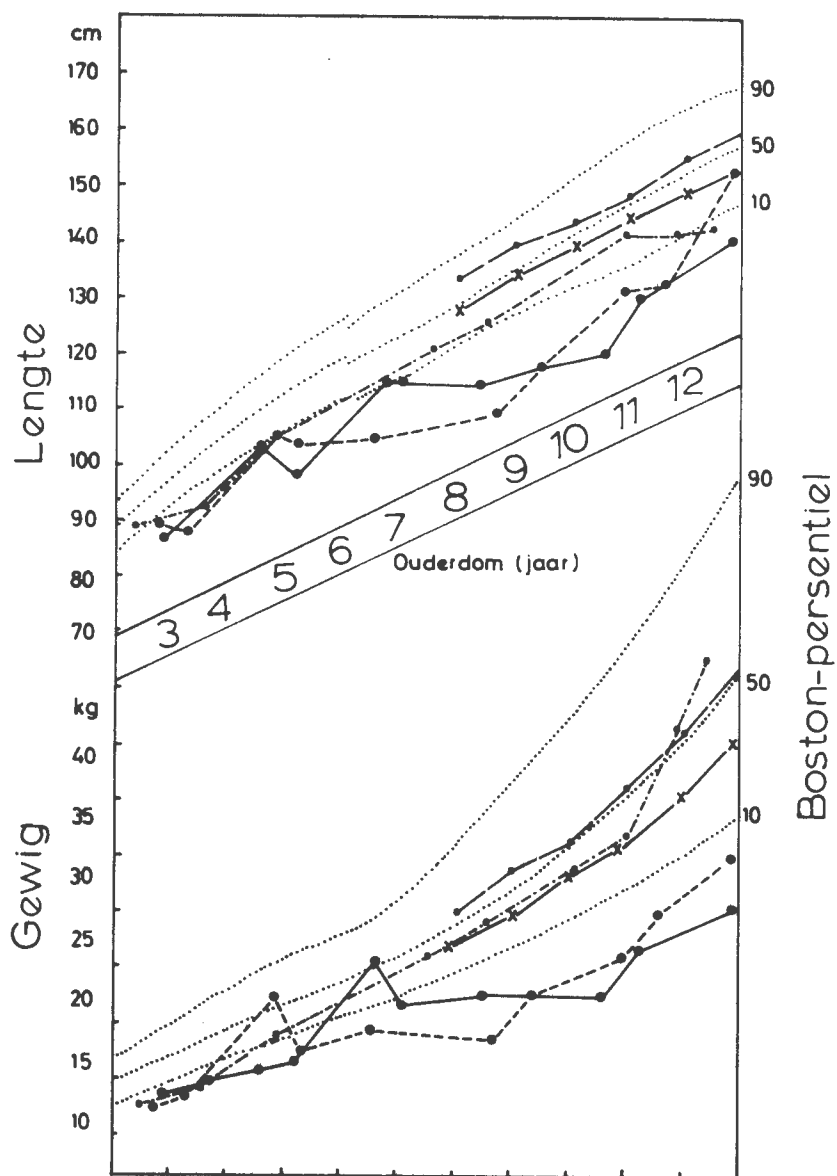
Figuur 20 Standaard vir trisepts-velvoudikte van seuns (Tanner en Whitehouse, 1962)

- Chatsworth-Indiërs - 1969
- Chatsworth-Indiërs - 1971
- x-----x Westville - Indiërs - 1971



Figuur 21. Vergelykende waardes vir gewig en lengte van seuns (Nelson, 1964)

-● Chatsworth-Indiërs, 1969
-● Chatsworth-Indiërs, 1971
-● Westville - Indiërs, 1971
- x—x Blankes uit welgestelde Pretoria families (Le Riche, 1940)
- x—x Blankes uit arm Pretoria families (Le Riche, 1940)

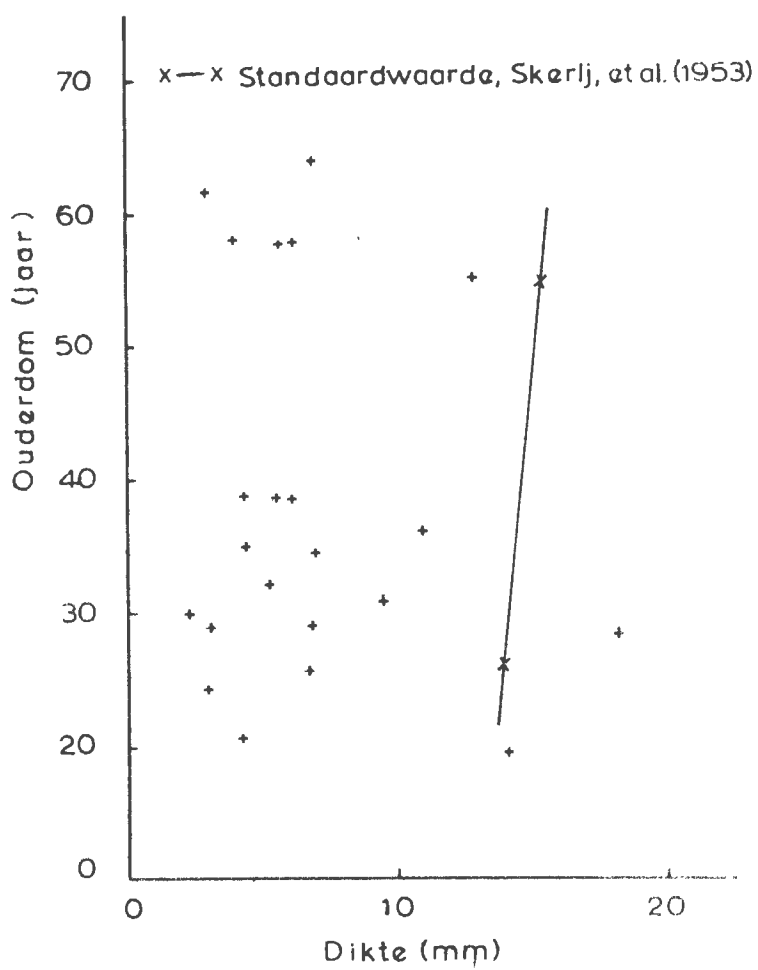


Figuur 22. Vergelykende waardes vir gewig en lengte van dogters (Nelson, 1964)

- Chatsworth-Indiërs, 1969
- Chatsworth-Indiërs, 1971
- Westville - Indiërs, 1971
- Blankes uit welgestelde Pretoria families (Le Riche, 1940)
- x..... Blankes uit arm Pretoria families (Le Riche, 1940)

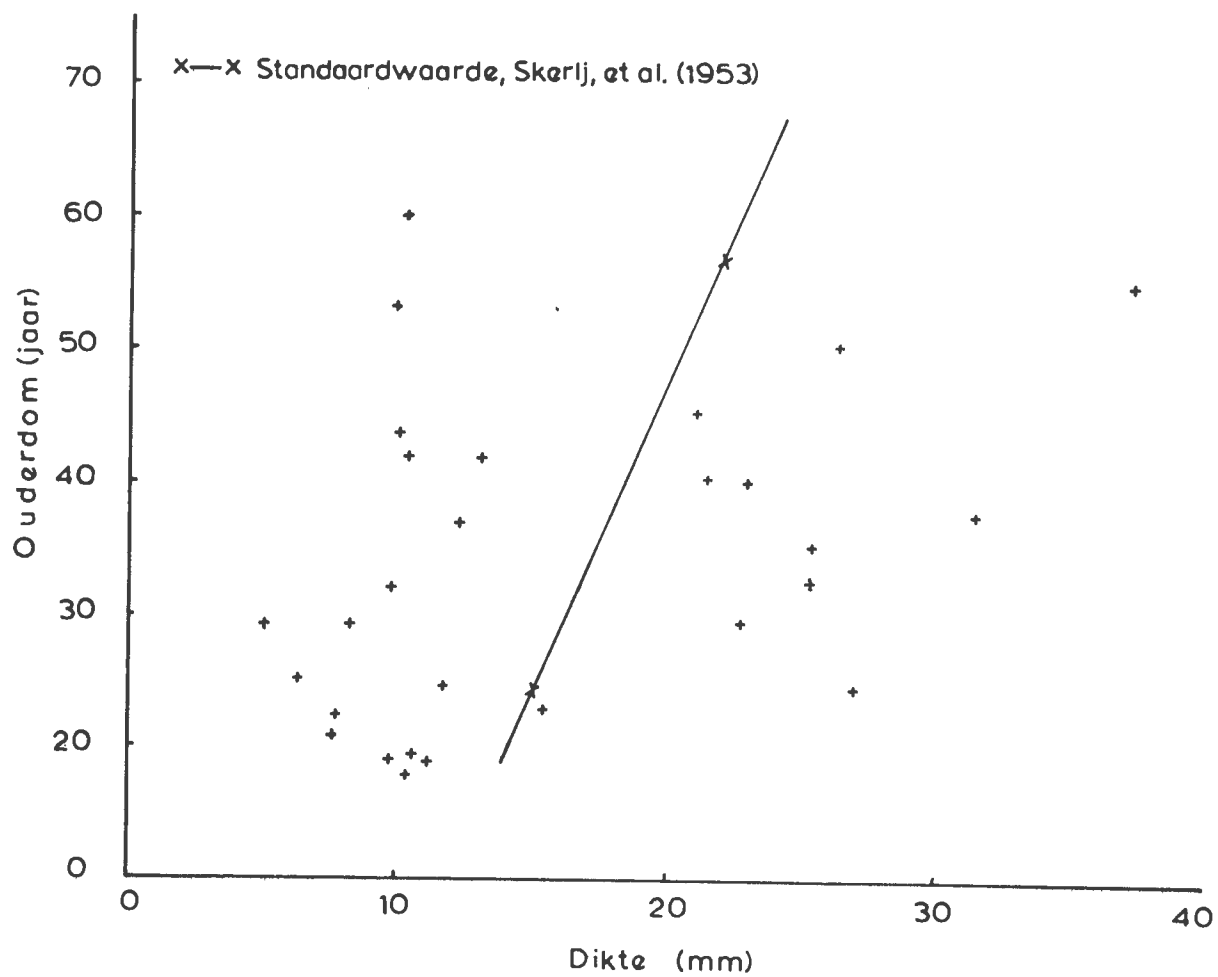
Figuur 23

Triceps-velvoudikte (vrouw oor 18
jaar oud)



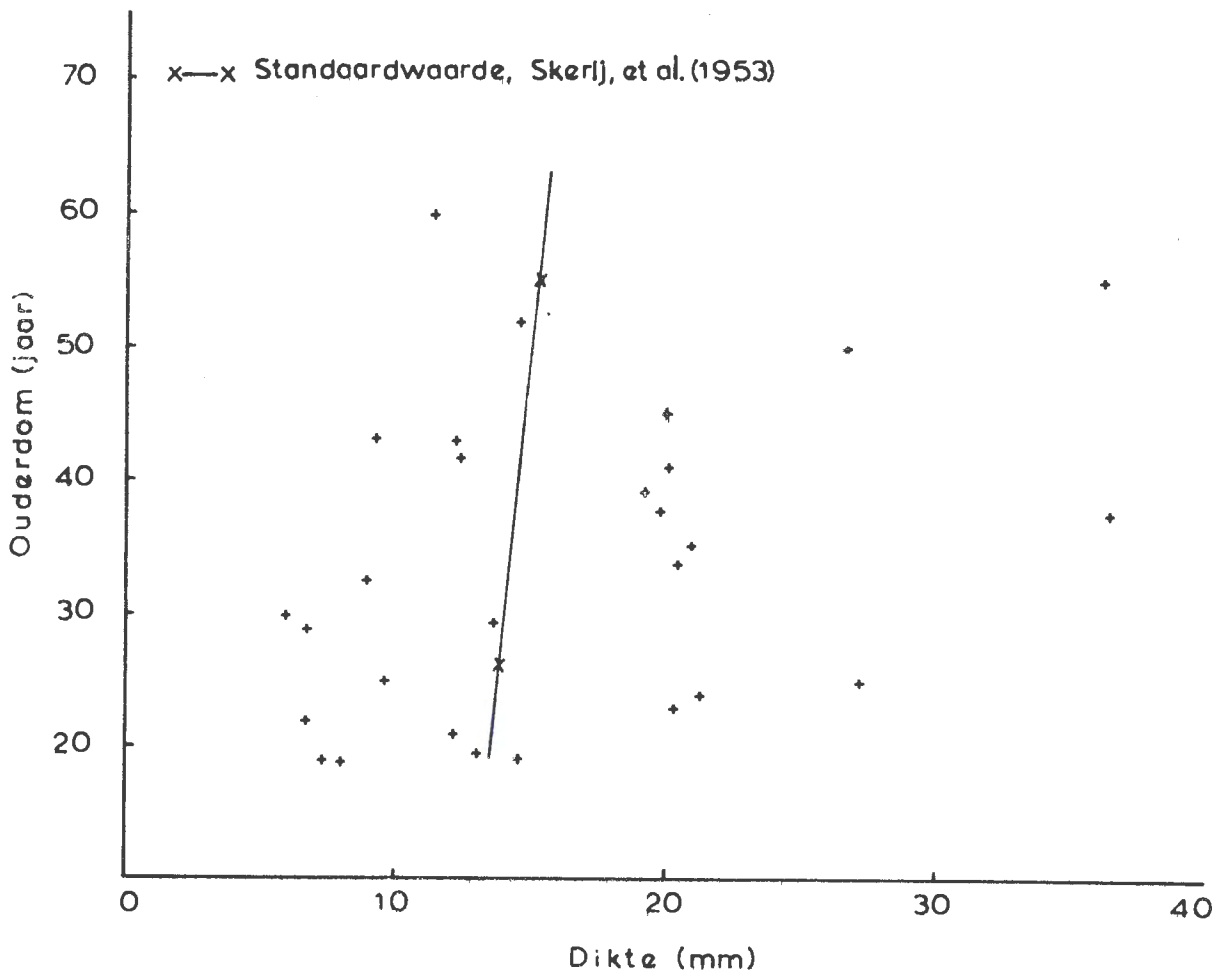
Figuur 24

Subskapulêre-velvoudikte (vroue oor 18 jaar oud)



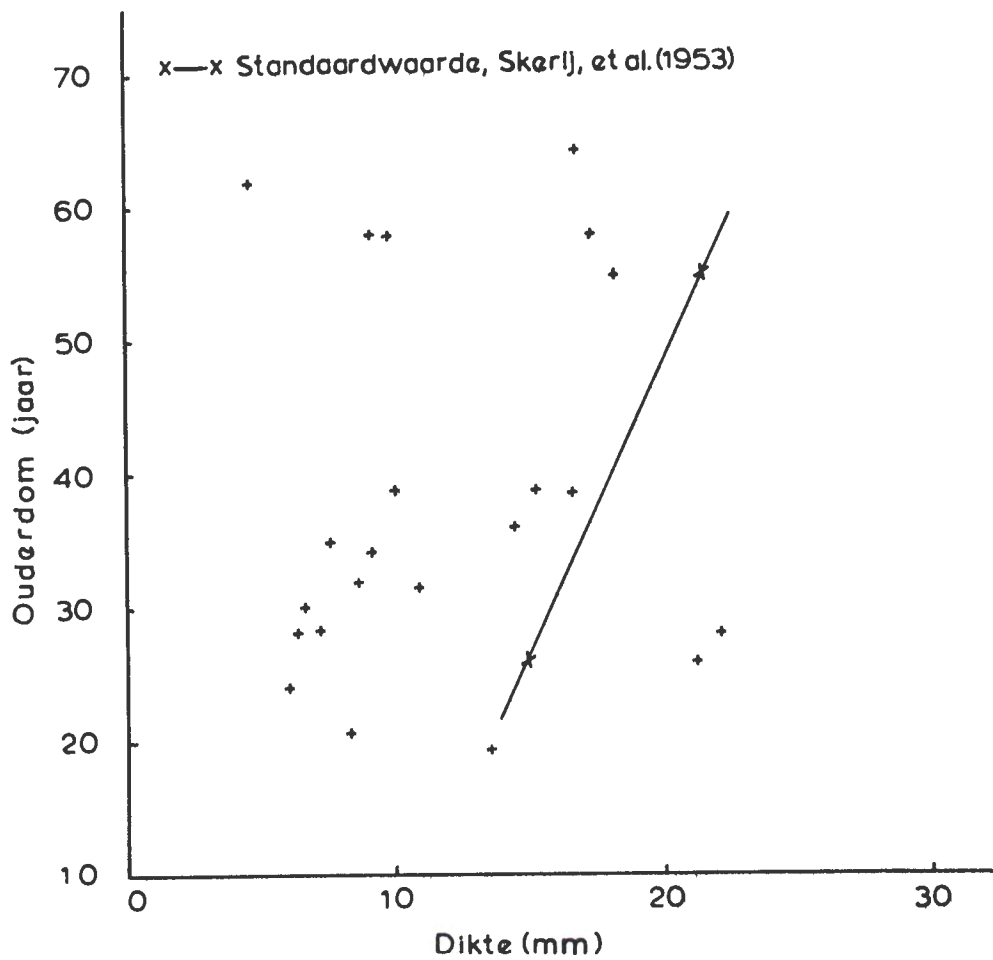
Figuur 25

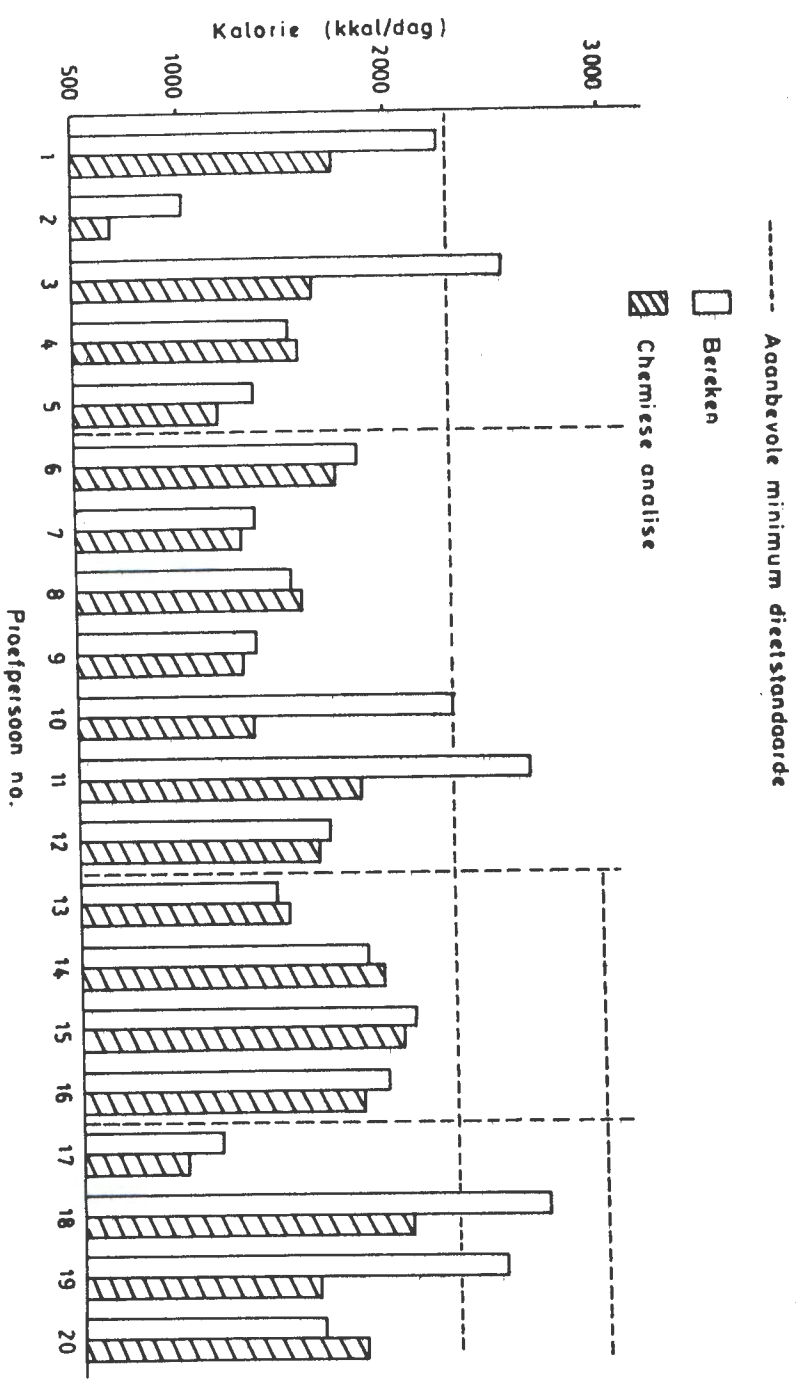
Triceps-velvoudikte (mans oor 18 jaar oud)



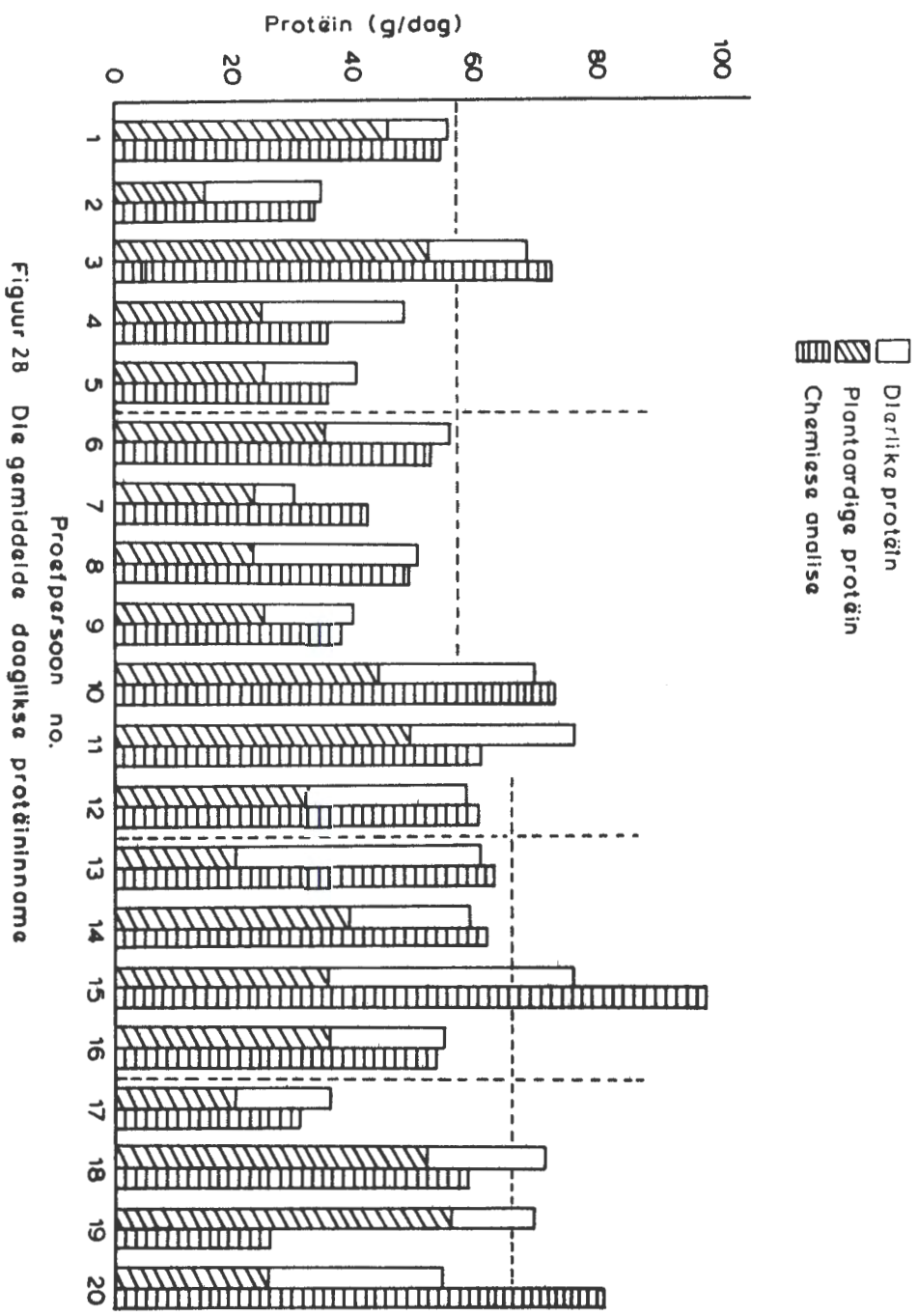
Figuur 26

Subskapulêre-velvoudikte (mans oor 18 jaar oud)

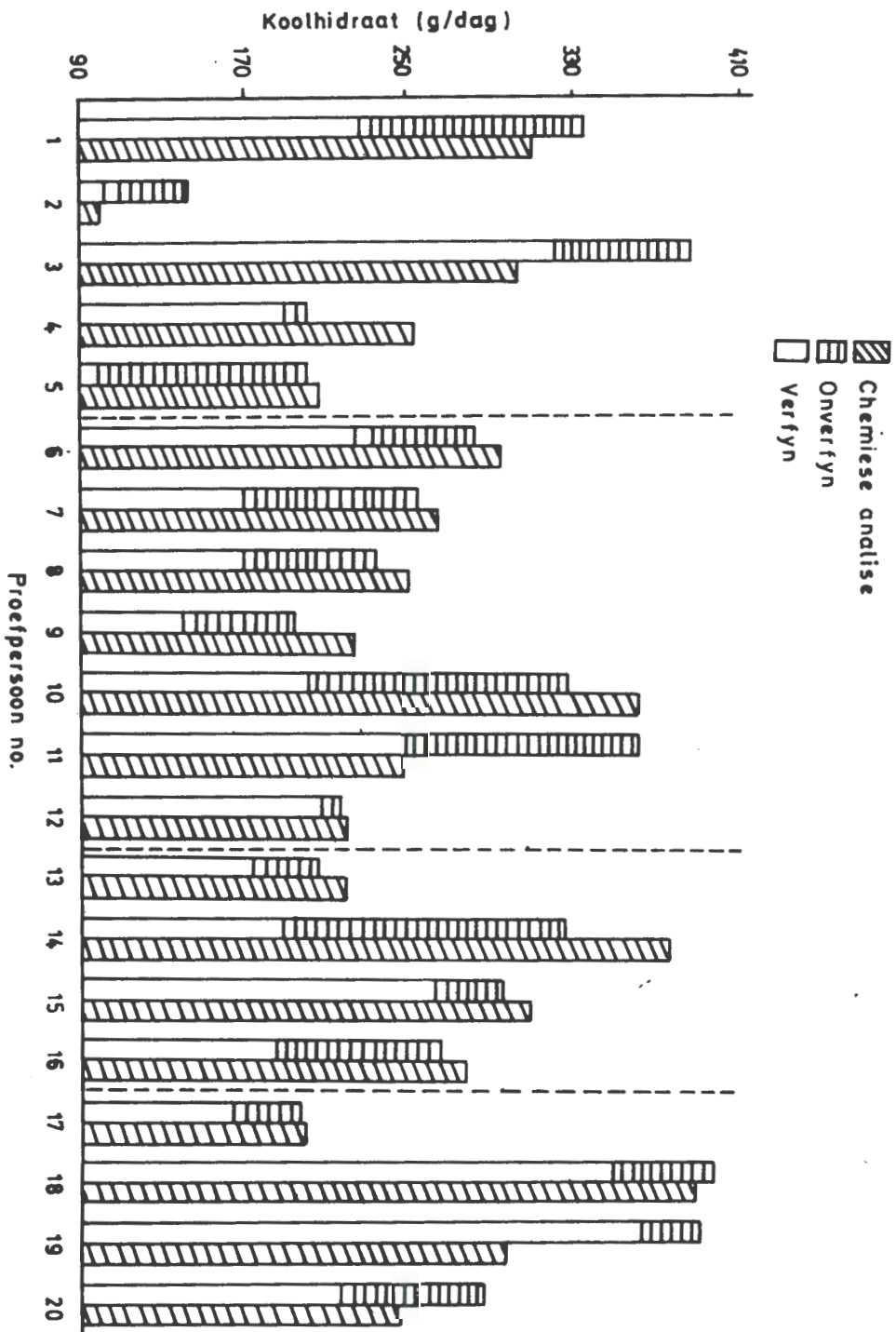




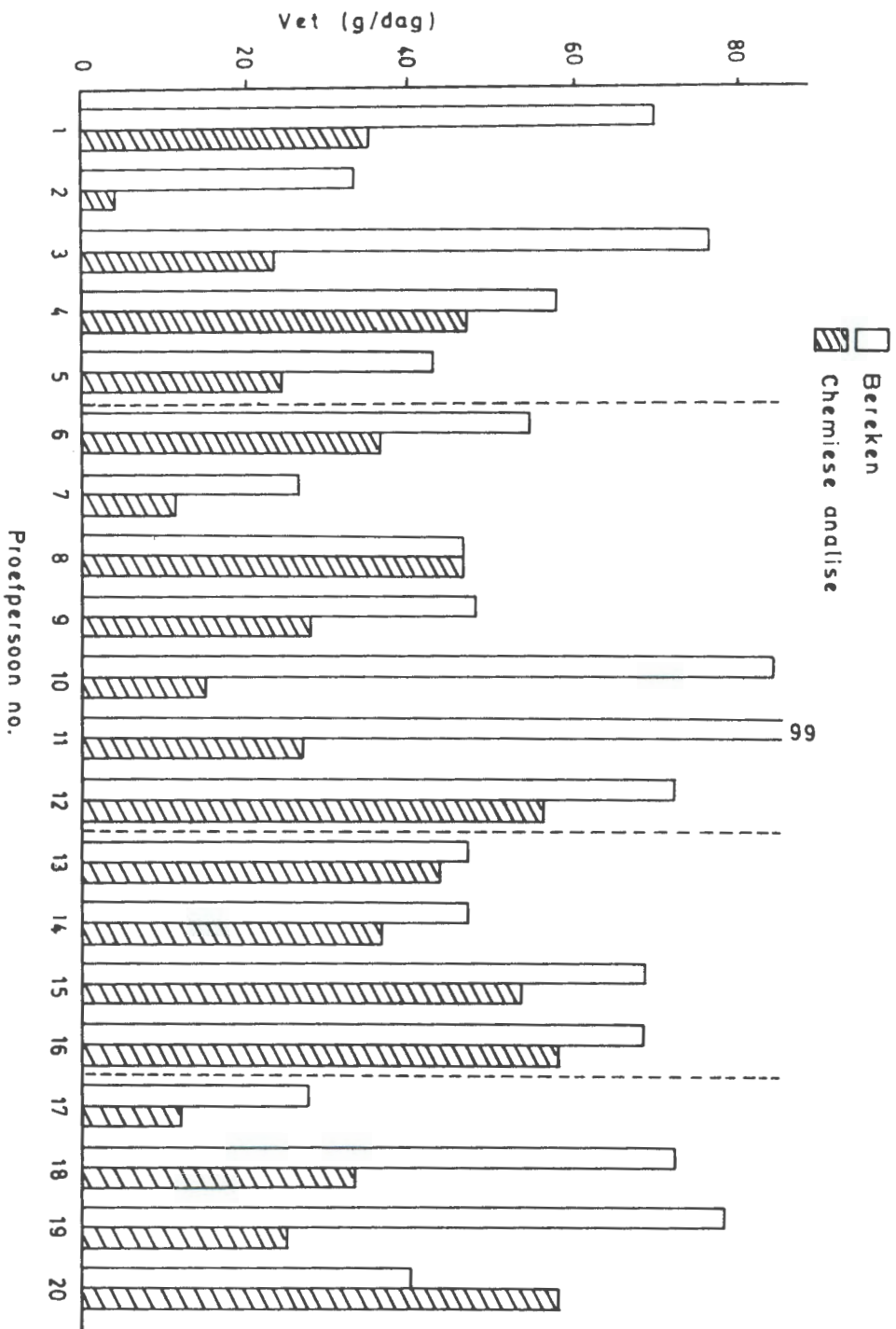
Figuur 27. Die gemiddelde daaglikse kalorie-inname



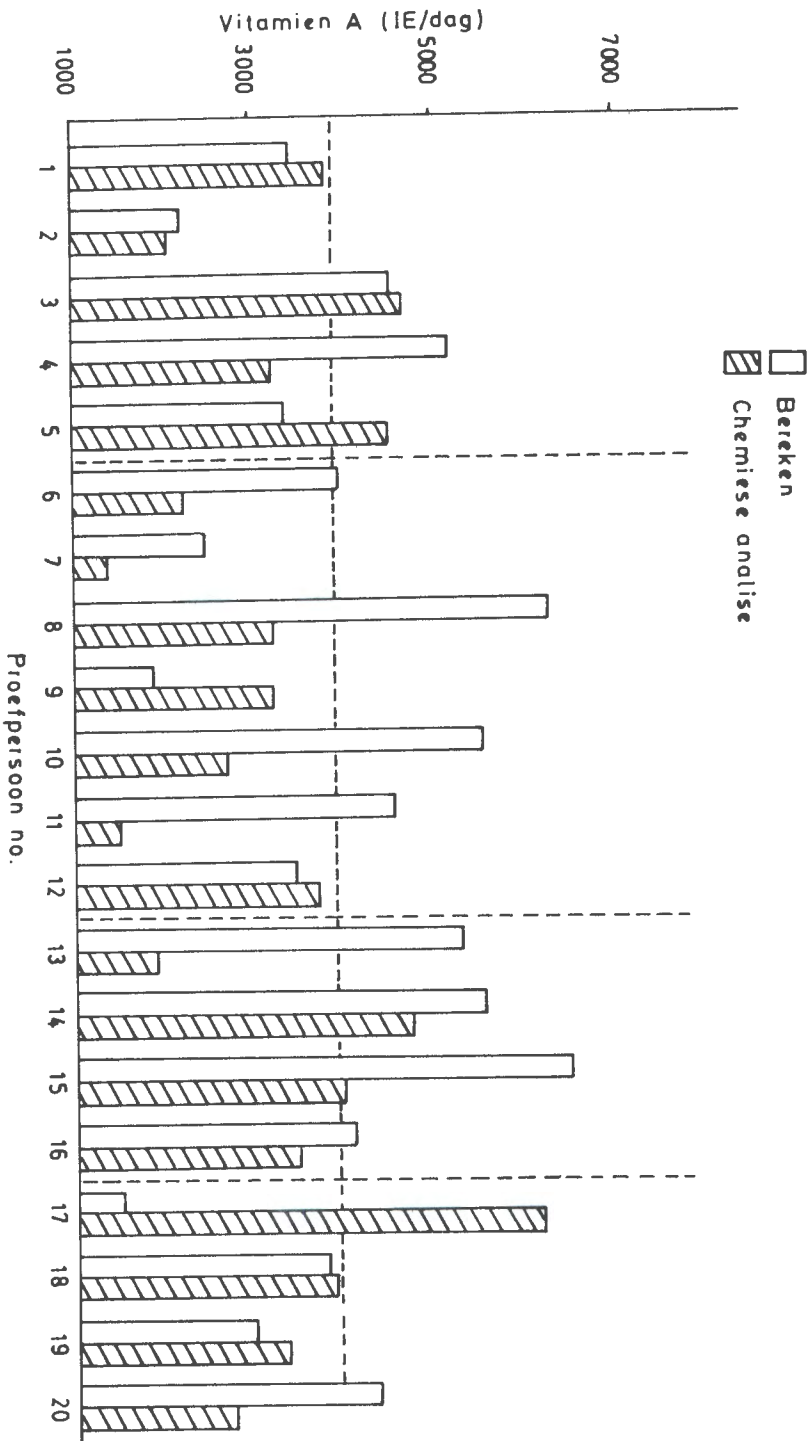
Figur 28 Die gemiddelde daaglikse proteïnnome



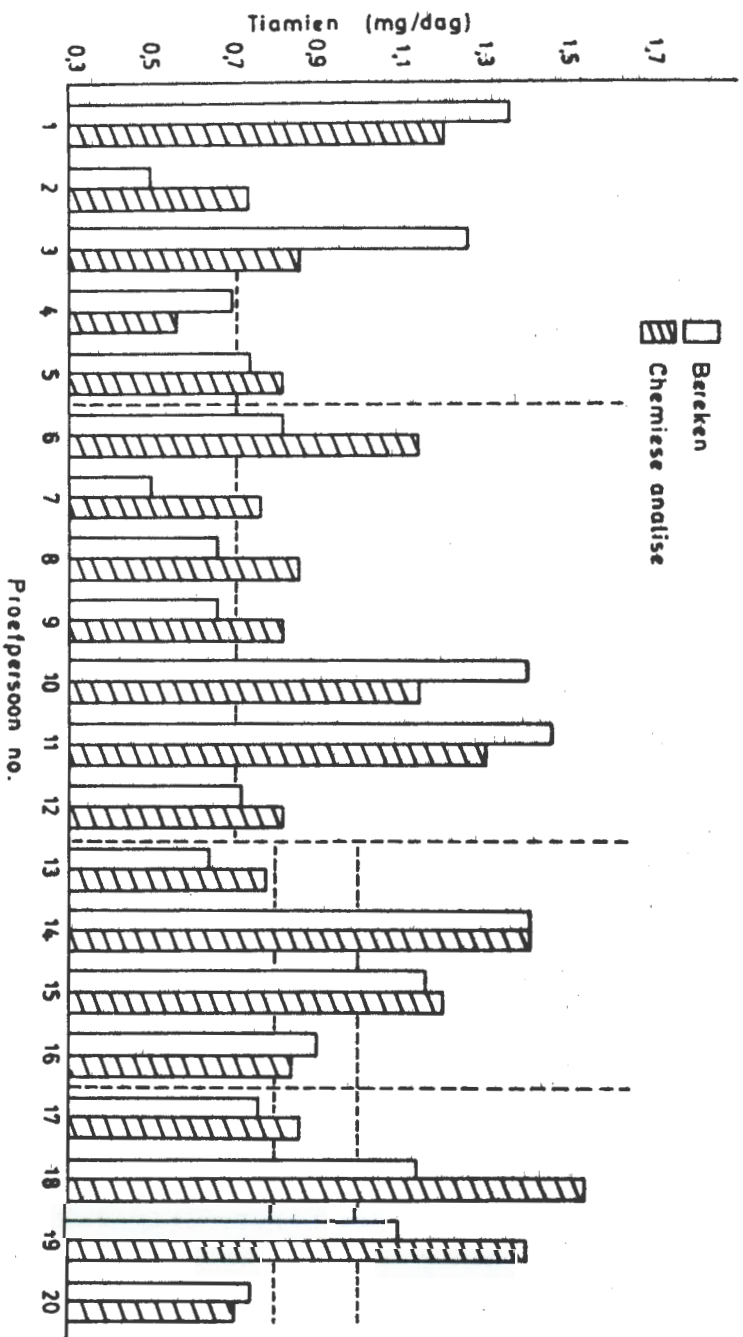
Figuur 29 Die gemiddelde daaglikse koolhidraatinname



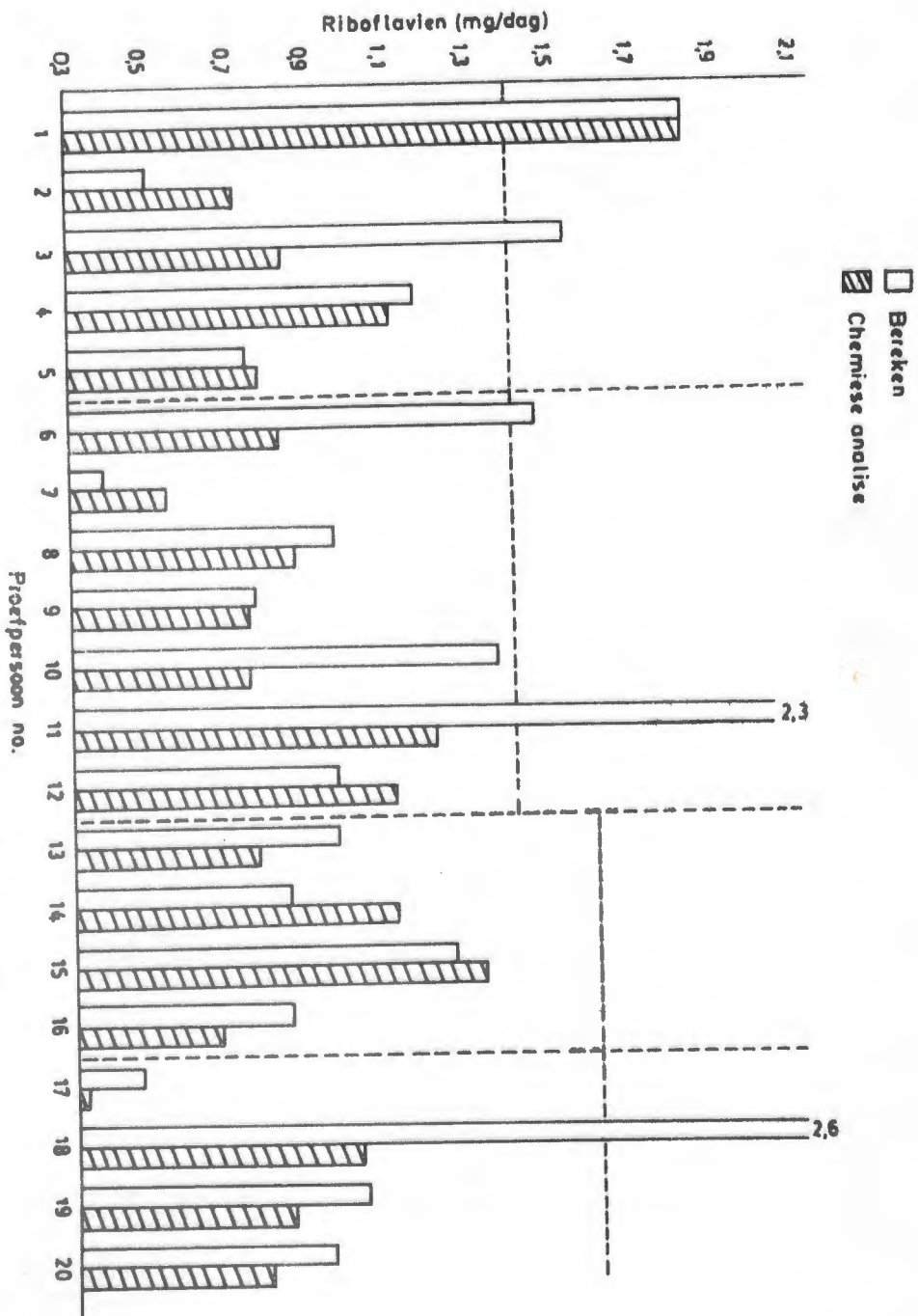
Figuur 30 Die gemiddelde daaglikse vetinname



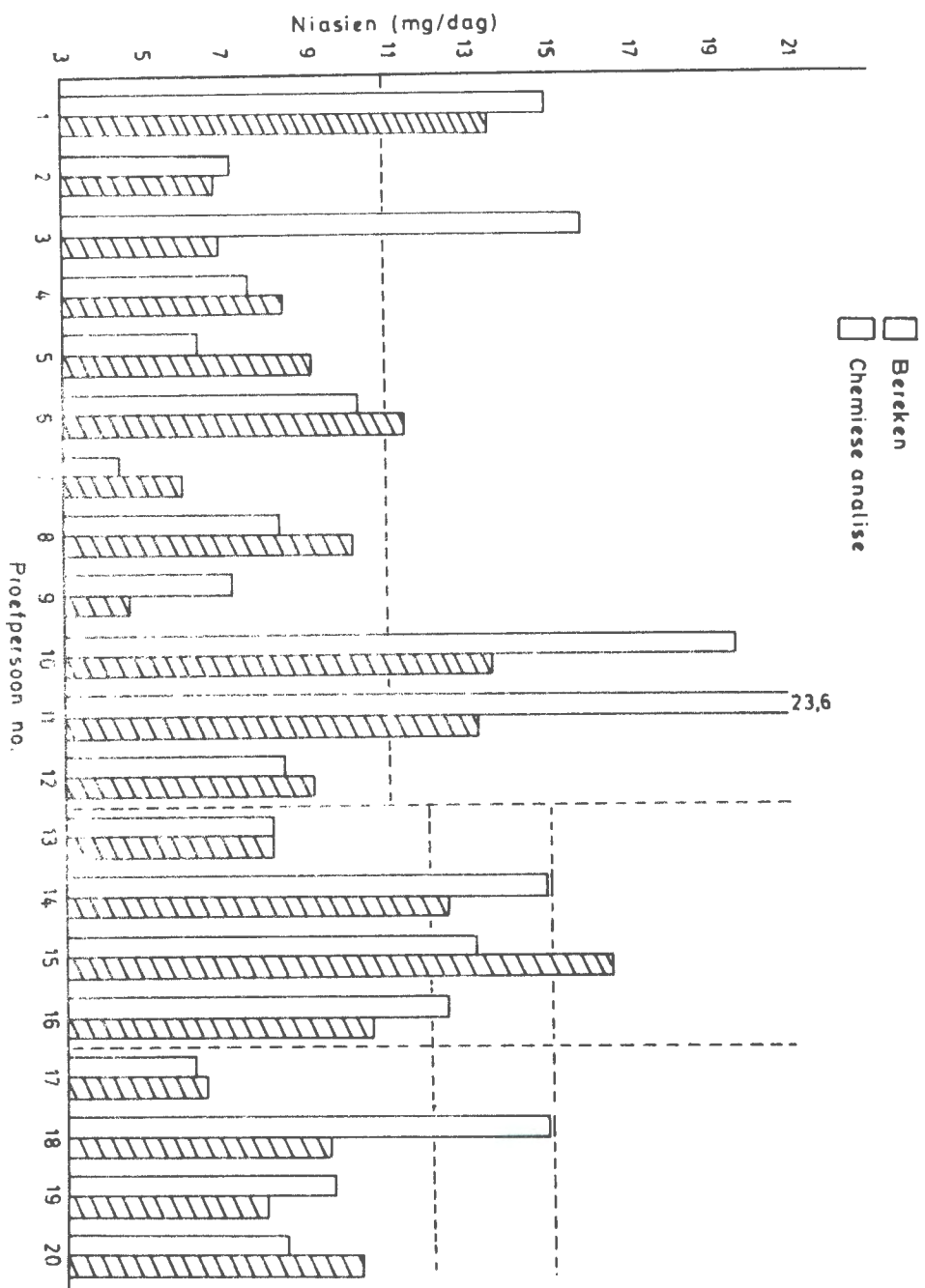
Figuur 31 Die gemiddelde dagelijkse vitaminen A-inname



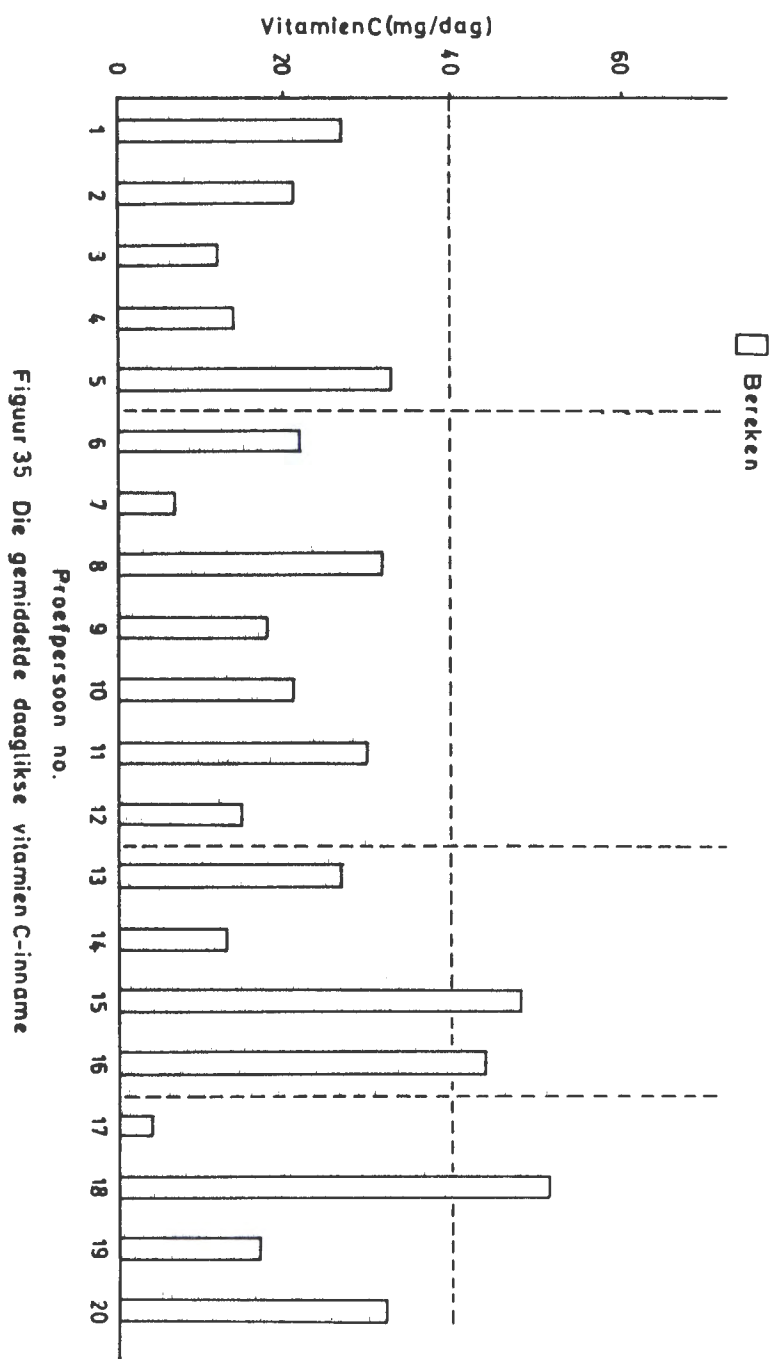
Figuur 32 Die gemiddelde dagelijkse tiamieninname



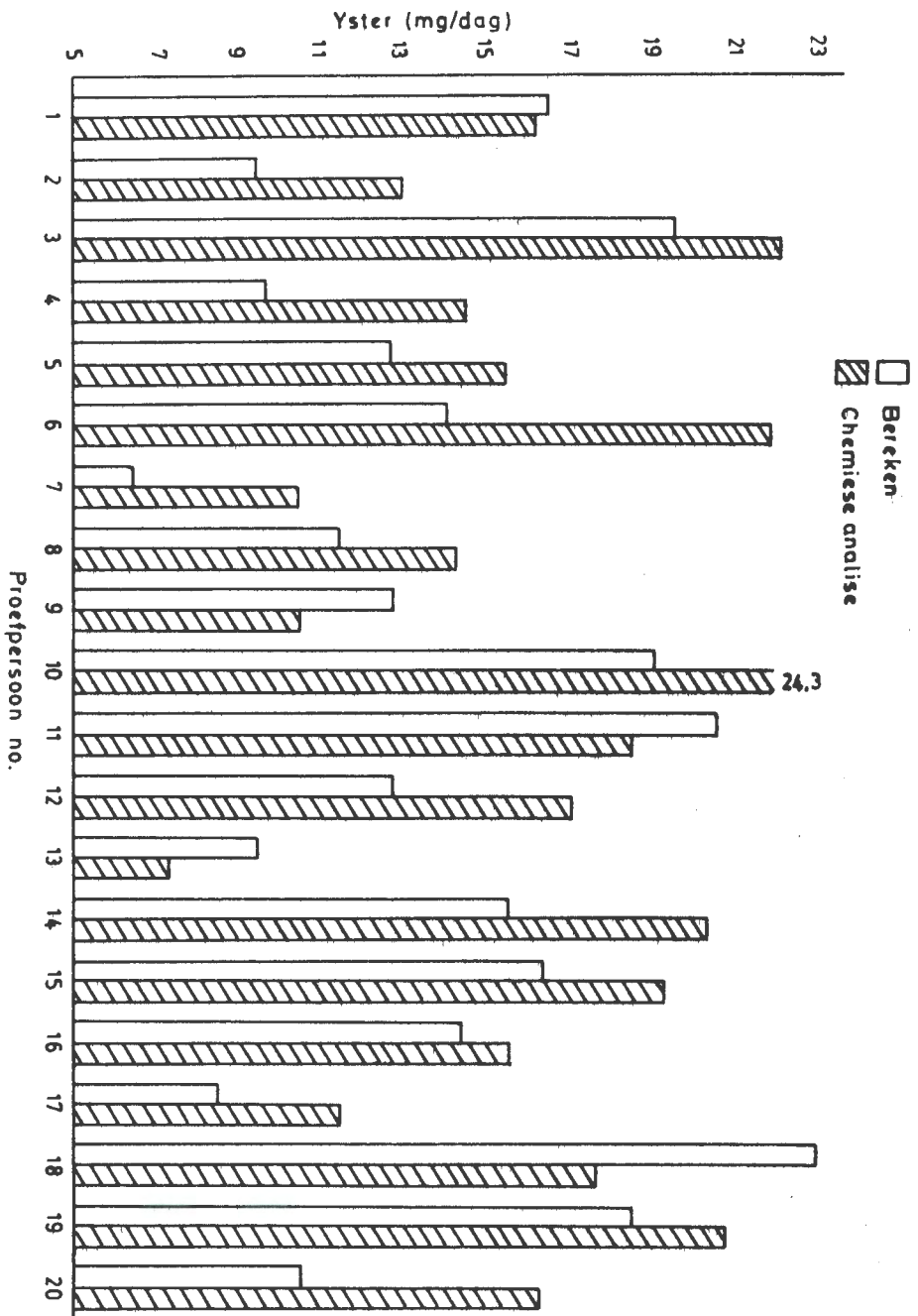
Figuur 33 Die gemiddelde dagelijkse riboflavieninname



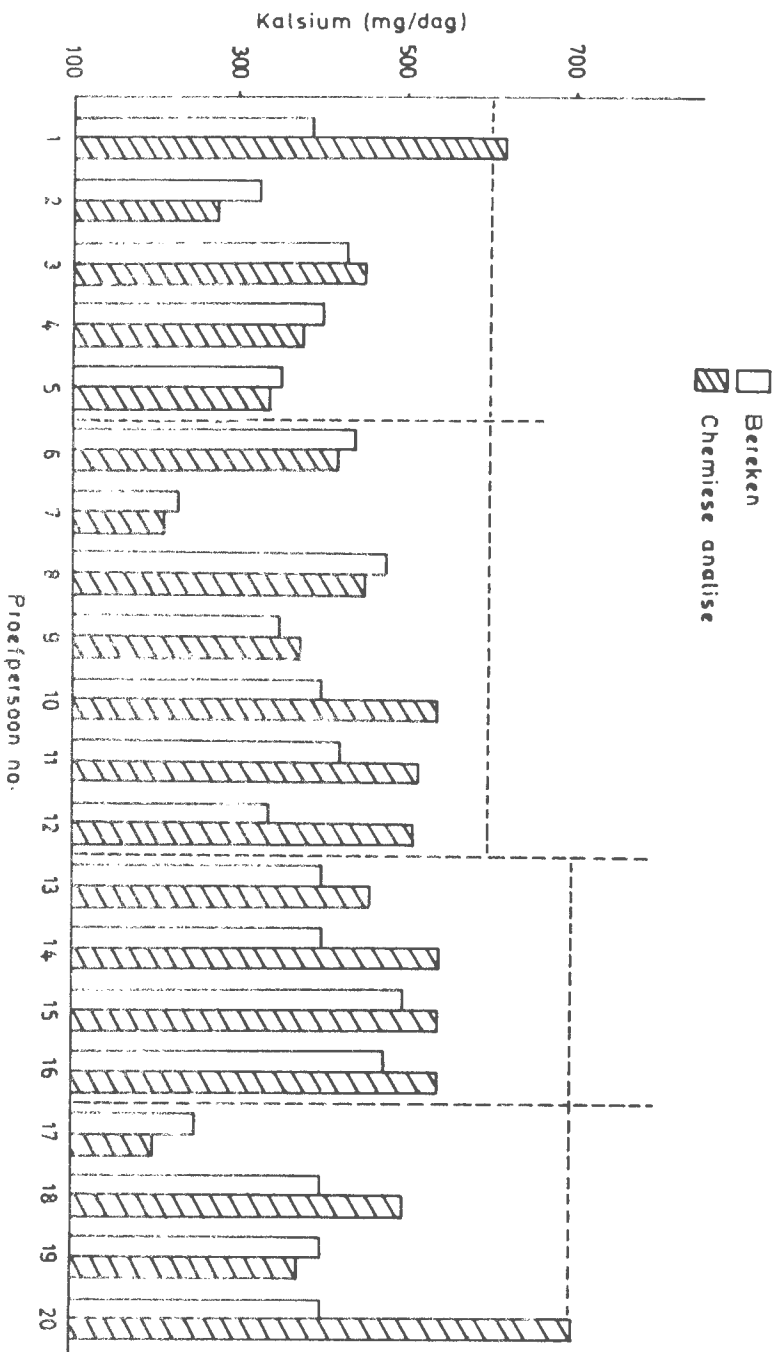
Figuur 34. Die gemiddelde dagelijkse niasieninname



Figuur 35 Die gemiddelde daaglikse vitamien C-inname

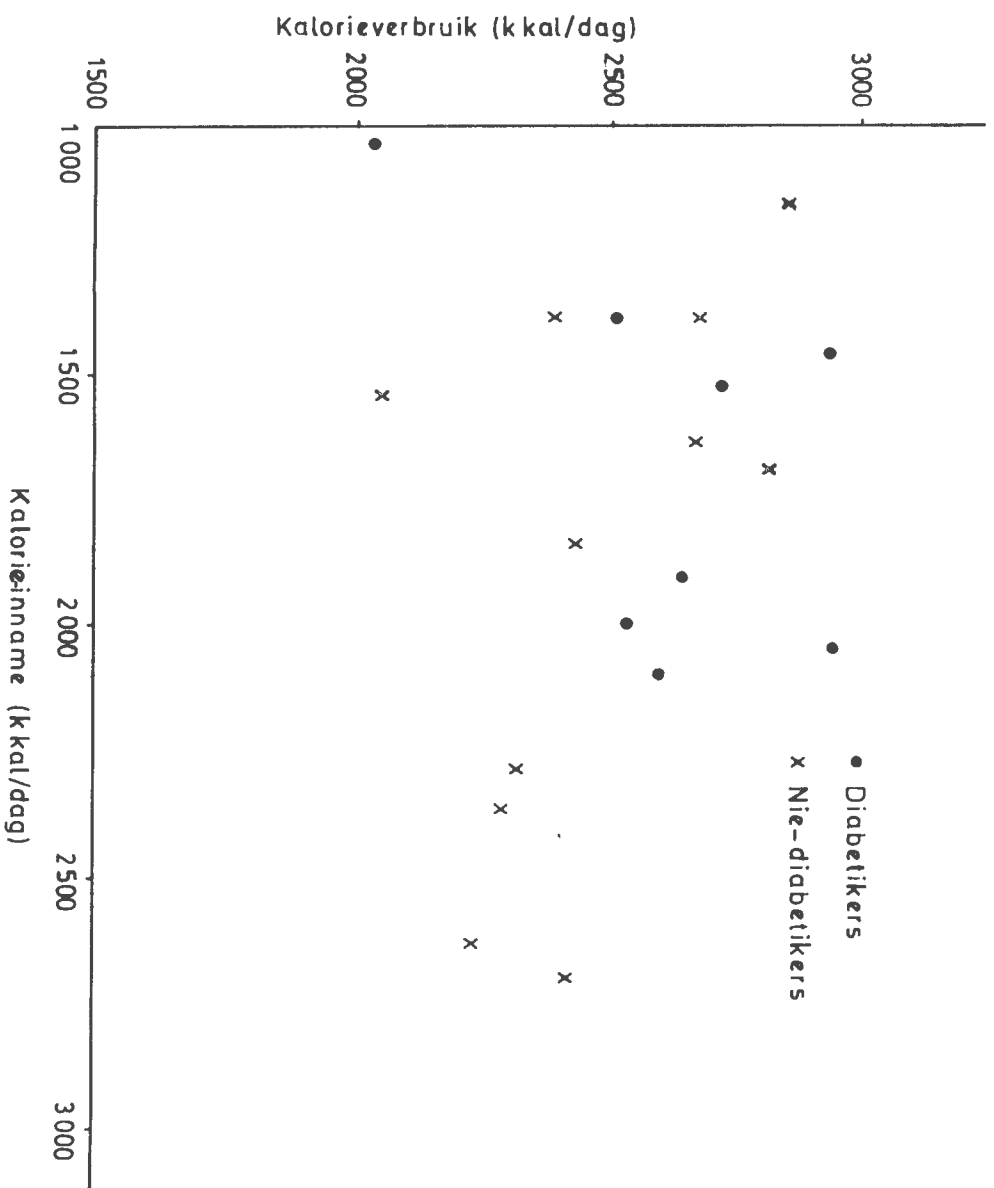


Figuur 36 Die gemiddelde daaglikse ysterinname



Figuur 37 Die gemiddelde dagelijkse kalsiuminname

Figuur 38 Verband tussen berekende dagelijkse calorie-
inname en verbruik



LITERATUURVERWYSINGS

- Altman, H. (1965): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 39, 1144.
- Astrand, I. (1960): Acta Physiol. Skand., 49, suppl. 169.
- Aykroyd, W. R. (1963): The nutritive value of Indian foods
Indian Connc. Med. Res., New Delhi.
- Babcock, M. J. (1950): Simplification of the long method for
calculating the nutritional value of diets, The
State University of New Jersey, Bull. nr. 751.
- Bannerjee, S., Barma, A. en Ghosh, A. (1961): J. Appl.
Physiol., 16, 164.
- Bannerjee, S., Makindra, S. K. en Bandyopadhyay, A. (1963):
Indian J. Med. Res., 51, 494.
- Bhattacharya, A. K. en Bannerjee, S. (1965): J. Nutr. Dietet.,
2, 53.
- Booyens, J. en McCance, R. A. (1957): Lancet, Feb. 2, 225.
- Brink, A. J. (1971): Persoonlike mededeling.
- Brozek, J. (1956): Human Biol., 28, 195.
- Bureau of Market Research (1961): Income and expenditure
patterns of urban Bantu households, Pretoria
survey, Research report nr. 3.
- Burke, B. S. (1947): J. Amer. Dietet. Assoc., 23, 1041.
- Campbell, G. D. (1963): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 37,
1195.
- Campbell, G. D. (1971): Connubial Diabetes. The simultaneous
presence of Diabetes Mellitus in Husbands and Wives
D.Sc.-proefskrif, Universiteit van Pretoria
- Cathcart, E. P. (1931): Nutr. Abstr. and Rev., 1, 6
- Cathcart, E. P. en Cuthbertson, D. P. (1931): Human Physio-
logy. London, 3de uitgawe.
- Chalmers, F. W., Clayton, M. M., Gates, L. O., Tucker,
R. E., Wertz, A. W., Young, C. M. en Foster,
W. D. (1951): J. Amer. Dietet. Assoc., 28,
711.

- Church, H. N., Clayton, M. M., Young, C. M. en Foster, W. D. (1954): ibid., 30, 777.
- Cleave, T. L., Campbell, G. D. en Painter, N. S. (1969): Diabetes, coronary thrombosis and the saccharine disease, John Wright and Sons Ltd, Bristol, 2de uitgawe.
- Dacie, J. V. en Lewis, S. M. (1963): Practical haematology, J. and A. Churchill, London, 3de uitgawe.
- Davel, J. G. A. (1965): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 39, 1148.
- Davidson, S. en Passmore, R. (1969): Human nutrition and dietetics, E. & S. Livingstone Ltd, Edin., 4de uitgawe.
- Den Haan, D. C. en Vermey-Scheltema, G. C. (1967): Voeding, 28, 10.
- De Waal, V. M. en Booyens, J. (1971): Ongepubliseerde resultate.
- Douglas, C. G. en Priestly, J. G. (1948): Human Physiology, Clarendon Press, Oxford, 3de uitgawe.
- Du Plessis, J. P., De Lange, D. J. en Fellingham, S. A. (1965): ibid., 39, 1181.
- idem. (1966a): ibid., 40, 509.
- idem. (1966b): ibid., 40, 518.
- Du Plessis, J. P., De Lange, D. J. en Vivier, F. S. (1967a): ibid., 41, 1212.
- idem. (1967b): ibid., 41, 1216.
- Durnin, J. G. V. A. en Passmore, R. (1967): Energy, work and leisure, Heinemann, London, 1ste uitgawe.
- Edholm, O. G., Fletcher, J. G., Widdowson, E. M. en McCance, R. A. (1955): Brit. J. Nutr., 9, 286.
- Edholm, O. G. (1961): Proc. Nutr. Soc., 20, 71.
- Edwards, A. (1951): Clinical Sc., 10, 305.

- Engelhoff, H. en Wastl, H. (1933): Skand. Arch. f. Physiol., 67, 47.
- Epstein, F.H., Carol, R en Simmonson, R. (1956): Amer. J. Clin. Nutr., 4, 1.
- Gary, R. C., Passmore, R., Warnock, G. M. en Durnin, J. G. V. A. (1955): Spec. Rep. Ser. Med. Res. Council., London, nr. 289.
- Goldberg, M. D., Marine, N., Ribeiro, F., Campbell, G. D. en Jackson, W. P. U. (1969): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 43, 733.
- Gordon, H. (1968): ibid., 42, 143.
- Greyling, J. J. C. (1969): Problems of Indian land-ownership and land-occupation on the Natal North Coast: A Socio-Geographic investigation, Ph. D. -proefskrif, Universiteit van Natal.
- Grobbelaar, C. S. (1964): Suggested norms of physical status for White South African males aged 10 - 26 years, based on an anthropometric survey, Cape Town, C. Struik.
- Ham, A. W. (1965): Histology, Pitman Med. Publ. Co. Ltd, London, 5de uitgawe.
- Hansen, J. D. L. (1965): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 39, 1142.
- Hansen, J. E., Vogel, J. A., Stetler, G. P. en Consolagio, C. F. (1967): J. Appl. Physiol., 23, 511.
- Hermansen, L en Anderson, K. (1965): ibid., 20, 425.
- Henneman, R. L. en Turner, D. (1942): J. Amer. Dietet. Assoc., 18, 562.
- Keys, A. (1956): Human Biol., 28, 111.
- Khan, E. en Freedman, M. L. (1960): Public Hlth. (Lond.) 60, 31.
- Konno, J., Hansen, J. D. L., Truswell, A. S., Woodd-Walker, R. en Becker, D. (1968): ibid., 42, 950.
- Lamb, M. W. en Mc Pherson, C. M. (1948): J. Home Econ., 40, 19.

Leichsenring, J. M. en Donelson Wilson, E. (1951): J. Amer. Dietet. Assoc., 27, 386.

Leitch, I. en Aitken, F. C. (1950): Nutr. Abstr. and Rev., 19, 507.

Le Riche, H. (1940): Physique and Nutrition, South African Council for Educational and Social Research, Series 13, Gray en Kie., Johannesburg.

Leary, P. M. en Lewis, J. E. S. (1965): S. A. Trydskr. vir Geneesk., 39, 1156.

Leary, P. M. (1968): ibid., 42, 1314.

idem. (1969a): ibid., 43, 1165.

idem. (1969b): ibid., 43, 792.

idem. (1969c): ibid., 43, 338.

idem. (1969d): ibid., 43, 324.

Lubbe, A. M. (1968): A survey of the nutritional status of White school children in Pretoria: Description and comparative study of two dietary survey techniques, N. V. N. I., W. N. N. R.

Mayer, J. (1959): Postgrad. Med., 25, 469.

Mayet, F. G. H. (1971): Persoonlike mededeling.

idem. (1968): J. Amer. Diet. Assoc., 52, 13.

McCance, R. A. en Widdowson, E. M. (1946): The composition of foods, Spec. Rep. Med. Res. Council., London, nr. 235.

McKay, H. (1929): Ohio Agric. Exp. Sta. Bull. nr. 433.

Michael, E. D. en Harvath, S. M. (1965): J. Appl. Physiol., 20, 263.

Moodie, A. D., Wittmann, W., Truswell, A. S. en Hansen, J. D. L. (1965): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 39, 498.

Moodie, A. D., Wittmann, W., Bowie, M. D. en Hansen, J. D. L. (1967): ibid., 41, 1253.

- Muller, A. L. (1964): Die Ekonomiese posisie van die Asiaat in Suid-Afrika en enkele gebiede in Afrika, D. Comm. -proefskrif, Universiteit van Stellenbosch.
- Nasionale Voedingsraad (1956): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 30, 108.
- Naudé, S. M. (1967): ibid., 41, 1208.
- Nelson, W. E. (1964): Textbook of Paediatrics, W. B. Saunders Co., Philad., 8ste uitgawe.
- Neser, M. L. (1965): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 39, 1158.
- Norris, T. (1949): Dietary surveys : Their technique and interpretation, F. A. O. Nutr. Studies, nr. 4, Washington, D. C.
- Odland, L. M., Page, L. en Guild, L. P. (1956): J. Amer. Dietet. Assoc., 31, 1134.
- Oudkerk, A. C. F. (1965): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 39, 1148.
- Passmore, R., Meiklejohn, A. P., Dewar, A. D. en Thom, R. K. (1955): Brit. J. Nutr., 9, 20.
- Paton, D. N., Dunlop, J. C. en Inglis, E. M. (1900): Aangehaal deur Tulley, A. M. T. (1921): Lancet, 11, 57.
- Pett, L. B. en Ogilvie, G. F. (1956): Human Biol., 28, 178.
- Pillay, P. N. en Ellison, P. A. (1969): The Indian domestic budget. A socio-economic study of incomes and expenditures of Durban Indian households, Departement van Ekonomie, Universiteit van Natal.
- Potgieter, J. F. (1965): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 39, 1151.
- idem. (1966): ibid., 40, 504.
- Potgieter, J. F. en Fellingham, S. A. (1967): ibid., 41, 886.
- Pretorius P. J. en Norvis, H. (1965): ibid., 39, 501.

- Prinsloo, J. G. (1964): S. A. Tydskr. Lab. en Klin. Med.,
10, 11.
- Quass, F. W. (1965): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 39, 1136.
- Reid, J. V. O. (1970): ibid., 44, 732.
- Reynolds, M. S., Ohlson, M. A., Pittman, M. S., McKay, H.,
Patton, M. B., Donelson, E., Liverton, R.,
Meiller, E. J. en Bitting, M. H. (1942): J. Home
Econ., 34, 379.
- Ricketts, H. T. en Krahll, M. E., (1966): in Sodeman, W. A.:
Pathologic Physiology : Mechanisms of disease,
W. B. Saunders, Philad., 3de uitgawe.
- Robertson, I. (1969): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 43, 1072.
- Rowntree, S. (1902): Aangehaal deur Tully, A. M. T.
(1921): Lancet ii, 57.
- Sherman, A. C. (1933): Chemistry of food and nutrition,
New York.
- Skerlj, B., Brozek, J. en Hunt, E. E. (1953): A. J.
Phys. Anthropol. n. s. 11, 577.
- Sloane, A. W. (1966): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 40, 682.
- Smit, P. J., Potgieter, J. F. en Fellingham, S. A. (1967a):
ibid., 41, 868.
- Smit, P. J., Potgieter, J. F. en Neser, M. L. (1967b):
ibid., 41, 422.
- Stander, E. (1968): Problems and progress in the Indian
areas of Durban. A study in Urban Geography,
Navorsingsinstituut, Universiteitskollege,
Durban.
- Tanner, J. M. (1959): Proc. Nutr. Soc., 18, 148.
- Tanner, J. M. en Whitehouse, R. H. (1962): Brit. Med. J.,
1, 446.
- Taylor, M. C. en Pye, O. F. (1966): Foundations of nutri-
tion, The Macmillan Co., New York, 6de uit-
gawe.

- Tiegerstedt, R. (1910): Skand. Arch. f. Physiol. 24, 97.
- Thomas, R. U., Fox, H. M., Kelly, H. J., Moyer, E. Z.
en Macey, I. G. (1954): J. Amer. Dietet.
Assoc., 30, 865.
- Tully, A. M. T. (1921): Lancet ii, 57.
- Walker, A. R. P. (1963): S. A. Tydskr. vir Geneesk., 37, 1155.
- Walker, A. R. P., Holdsworth, C. M. en Walker, E. J.
(1971): ibid., 45, 516.
- Walt, F. en Wells, L. (1950): ibid., 24, 920.
- Watt, K. W. en Merrill, A. L. (1967): The composition of
foods, Agriculture handbook nr. 8, United
States Department of Agriculture, Washington,
D. C.
- Watts, H. L. en Lamond, N. K. (1963): A study of the social
circumstances of the social characteristics of
the Bantu in the Durban region, Report nr. 2
Institute for Social Research, Univ. Natal.
- Watts, H. L. (1970): Persoonlike mededeling.
- Widdowson, E. M. (1936): J. Hyg., 36, 13.
- Wilmer, H. A. (1940): Soc. Exper. Biol. and Med. 43, 386.
- Wintrobe, M. M. (1967): Clinical Haematology, Lee and
Sebiger, 6de uitgawe.
- Wittmann, W., Moodie A. D., Fellingham, S. A. en
Hansen, J. D. L. (1967): S. A. Tydskr. vir
Geneesk. 41, 664.
- W. N. N. R. (1960): A Survey of the Rent-Paying Capacity of
Urban Natives in South Africa, Report of the
Committee on Socio-Economic Surveys for Bantu
Housing Research, Cape Times Ltd., Parow,
Kaapprovinsie.
- Wyndham, C. H., Walker, S. F. en Morrison, J. F. (1967):
S. A. Tydskr. Lab. en Klin., 10, 1.

Young, C. M. (1946): J. Amer Dietet Assoc., 22, 25.

Young, C. M., Hagan, G. C., Tucker, R. E. en Foster,
W. D. (1951): ibid., 28, 218.

Young, C. M., Einset, B. M., Empey, E. L. en Serran,
V. U. (1957): ibid., 22, 25.

Young, C. M. en Trulson, M. F. (1960): Am. J. Publ.
Hlth., 50, 803.