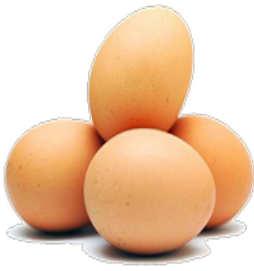


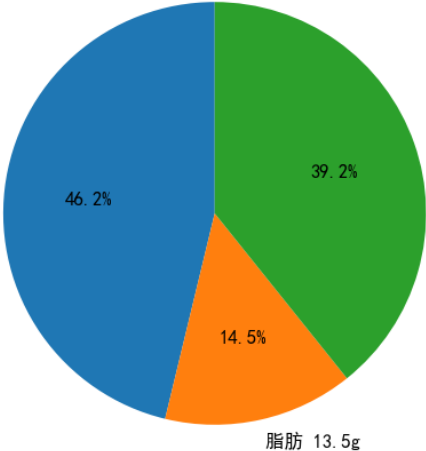
营养健康评估报告

食物摄入量评估报告			
种类	图片	摄入量	评价
谷类		200.0 g	不足
薯类		0.0 g	不足
畜禽肉		0.0 g	不足
水产品		500.0 g	适宜

食物摄入量评估报告			
种类	图片	摄入量	评价
蛋类		0.0 g	不足
豆类		0.0 g	不足
奶类		200.0 g	不足
蔬菜		0.0 g	不足

食物摄入量评估报告			
种类	图片	摄入量	评价
水果		0.0 g	不足
坚果		0.0 g	不足
零食		0.0 g	-
酒类		0.0 g	-

食物摄入量评估报告			
种类	图片	摄入量	评价
饮料		0.0 g	-
整体评估及建议	1. 增加谷类摄入量 2. 增加薯类摄入量 3. 增加畜禽肉摄入量 4. 增加蛋类摄入量 5. 增加豆类摄入量 6. 增加奶类摄入量 7. 增加蔬菜摄入量 8. 增加水果摄入量 9. 增加坚果摄入量		

能量及钙摄入量评估报告														
项目	摄入量	评价												
总能量	835.0 kcal/day	不足												
三大营养素供能占比	三大营养素供能占比  <table><thead><tr><th>营养素</th><th>摄入量</th><th>供能占比</th></tr></thead><tbody><tr><td>蛋白质</td><td>96.7g</td><td>46.2%</td></tr><tr><td>碳水</td><td>82.1g</td><td>39.2%</td></tr><tr><td>脂肪</td><td>13.5g</td><td>14.5%</td></tr></tbody></table>		营养素	摄入量	供能占比	蛋白质	96.7g	46.2%	碳水	82.1g	39.2%	脂肪	13.5g	14.5%
营养素	摄入量	供能占比												
蛋白质	96.7g	46.2%												
碳水	82.1g	39.2%												
脂肪	13.5g	14.5%												
钙	617.5 mg/day	不足												
解读	能量摄入不足，应增加碳水化合物摄入 钙摄入不足，应增加奶制品摄入													