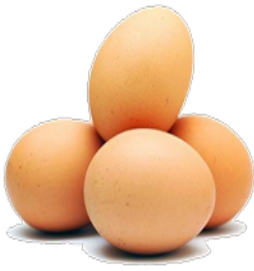


健康估告

食物入量估告			
种	片	入量	价
谷		200.0 g	不足
薯		0.0 g	不足
畜禽肉		100.0 g	不足
水产品		0.0 g	不足

食物入量估告			
种	片	入量	价
蛋		0.0 g	不足
豆		0.0 g	不足
奶		0.0 g	不足
蔬菜		0.0 g	不足

食物入量估告			
种	片	入量	价
水果		0.0 g	不足
果		0.0 g	不足
零食		0.0 g	—
酒		0.0 g	—

食物入量估告			
种	片	入量	价
料		0.0 g	—
整体估及建	1. 增加谷入量 2. 增加薯入量 3. 增加畜禽肉入量 4. 增加水产品入量 5. 增加蛋入量 6. 增加豆入量 7. 增加奶入量 8. 增加蔬菜入量 9. 增加水果入量 10. 增加果入量		

能量及入量估告														
目	入量	价												
能量	627.0 kcal/day	不足												
三大素供能占比	三大素供能占比 <table border="1"><thead><tr><th>营养素</th><th>重量 (g)</th><th>供能占比 (%)</th></tr></thead><tbody><tr><td>碳水</td><td>54.2g</td><td>34.5%</td></tr><tr><td>脂肪</td><td>37.6g</td><td>53.8%</td></tr><tr><td>蛋白</td><td>18.4g</td><td>11.7%</td></tr></tbody></table>		营养素	重量 (g)	供能占比 (%)	碳水	54.2g	34.5%	脂肪	37.6g	53.8%	蛋白	18.4g	11.7%
营养素	重量 (g)	供能占比 (%)												
碳水	54.2g	34.5%												
脂肪	37.6g	53.8%												
蛋白	18.4g	11.7%												
	20.0 mg/day	不足												
解	能量入不足，增加碳水化合物入 入不足，增加奶制品入													