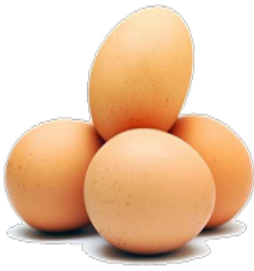


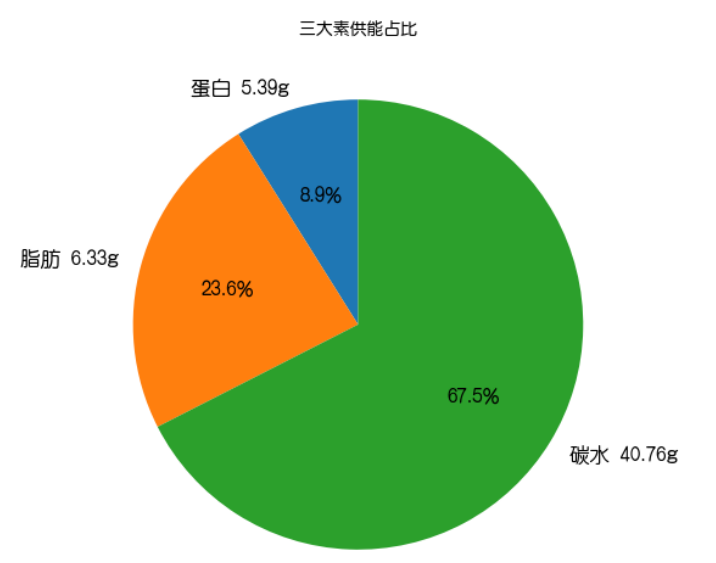
健康估告

食物入量估告			
种	片	入量	价
谷		150.0 g	不足
薯		0.0 g	不足
畜禽肉		0.0 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		10.0 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	238.6 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>占比</th><th>重量 (g)</th></tr></thead><tbody><tr><td>碳水化合物</td><td>67.5%</td><td>40.76g</td></tr><tr><td>脂肪</td><td>23.6%</td><td>6.33g</td></tr><tr><td>蛋白质</td><td>8.9%</td><td>5.39g</td></tr></tbody></table>		营养素	占比	重量 (g)	碳水化合物	67.5%	40.76g	脂肪	23.6%	6.33g	蛋白质	8.9%	5.39g
营养素	占比	重量 (g)												
碳水化合物	67.5%	40.76g												
脂肪	23.6%	6.33g												
蛋白质	8.9%	5.39g												
	16.1 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													