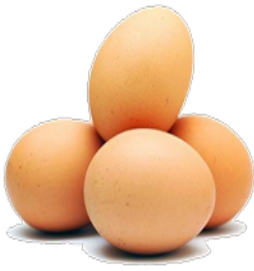


营养健康评估报告

食物摄入量评估报告			
种类	图片	摄入量	评价
谷类		300.0 g	适宜
薯类		0.0 g	不足
畜禽肉		0.0 g	不足
水产品		150.0 g	不足

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		500.0 g	适宜
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		150.0 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. 增加薯类摄入量 2. 增加畜禽肉摄入量 3. 增加水产品摄入量 4. 增加蛋类摄入量 5. 增加豆类摄入量 6. 增加蔬菜摄入量 7. 增加水果摄入量 8. 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	3500.5 kcal/day	—												
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>碳水化合物</td><td>386.9g</td><td>44.7%</td></tr><tr><td>脂肪</td><td>138.55g</td><td>36.0%</td></tr><tr><td>蛋白质</td><td>167.8g</td><td>19.4%</td></tr></tbody></table>		营养素	摄入量	供能占比	碳水化合物	386.9g	44.7%	脂肪	138.55g	36.0%	蛋白质	167.8g	19.4%
营养素	摄入量	供能占比												
碳水化合物	386.9g	44.7%												
脂肪	138.55g	36.0%												
蛋白质	167.8g	19.4%												
钙	3598.65 mg/day	—												
解读														