

# Näringsberäkning 2



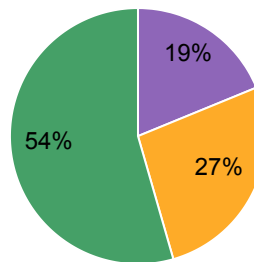
Nutrition Data

## Beskrivning

Tid	Måltid	Mängd	Vikt	Kcal
07:00	Frukost			
	Ägg kokt (SLV)	1,0 st	50 g	68 kcal
	Havregrynsgröt fullkorn (SLV)	1,0 port	250 g	165 kcal
	Bärblandning	0,5 dl	30 g	13 kcal
	Lättmjölk fett 0,5% berik A- och D-vitamin	1,0 dl	105 g	41 kcal
	Te bryggt (SLV)	1,0 mugg	250 g	0 kcal
	Kiwi grön (SLV)	1,0 st	80 g	44 kcal
	<b>Totalt: 331 kcal, 43,5 g kolh, 14,9 g protein, 9,4 g fett</b>			
12:00	Lunch			
18:00	Middag			

## NÄRING PER DAG

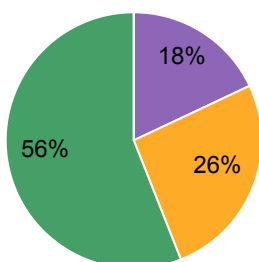
331 kcal  
15,0 g protein  
9,4 g fett  
43,4 g kolhydrater



■ Protein: 19 E%  
■ Fett: 27 E%  
■ Kolhydrater: 55 E%

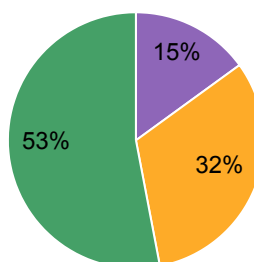
## Energifördelning

Klientens energifördelning



■ Protein 18 E% (14.9 g)  
■ Fett 26 E% (9.4 g)  
■ Kolhydrater 56 E% (43.5 g)

Rek. energifördelning



■ Protein 15 E%  
■ Fett 32 E%  
■ Kolhydrater 53 E%  
■ Alkohol 0 E%

## Tillsatt socker

Tillsatt socker - 0,0 E%

● Frukost ● Lunch ● Middag ● Mellanmål

Rekommenderat maximalt intag