

# Näringsberäkning 1

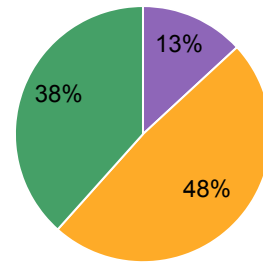


## Beskrivning

Tid	Måltid	Mängd	Vikt	Kcal
07:00	Frukost			
	Bröd vitt fibrer ca 5% typ formfranska (SLV)	3,0 skiva	75 g	185 kcal
	Apelsinjuice färskpressad (SLV)	1,0 glas	200 g	96 kcal
	Ost hårdost fett 28% (SLV)	6,0 skiva	60 g	215 kcal
	Matfetsblandning havssaltat fett 80% berikad typ Bregott (SLV)	1,5 msk	21 g	150 kcal
	Apelsinmarmelad (SLV)	3,0 tsk	18 g	42 kcal
	<b>Totalt: 688 kcal, 64,7 g kolh, 22,8 g protein, 36,6 g fett</b>			
12:00	Lunch			
18:00	Middag			

## NÄRING PER DAG

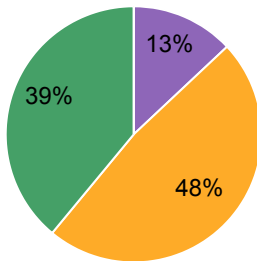
688 kcal  
22,8 g protein  
36,6 g fett  
64,8 g kolhydrater



■ Protein: 13 E%  
■ Fett: 48 E%  
■ Kolhydrater: 38 E%

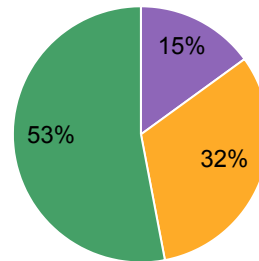
## Energifördelning

Klientens energifördelning



■ Protein 13 E% (22.8 g)  
■ Fett 48 E% (36.6 g)  
■ Kolhydrater 39 E% (64.7 g)

Rek. energifördelning



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

## Tillsatt socker

