•Importo al giorno Dieta huid&darm Pelle e intestino

4010 KCAL/KG

	Bassa attività	Attività moderata	Alta attività
Peso corporeo (kg)	Quantità consigliata (grammi/giorno)	Quantità consigliata (grammi/giorno)	Quantità consigliata (grammi/giorno)
2,5	50	65	80
5	85	105	140
10	145	180	230
15	195	240	315
20	240	300	390
25	285	355	460
30	325	405	530
35	365	460	595
40	405	505	655
45	440	550	715
50	475	595	775
60	545	685	890
70	615	770	1000
80	680	850	1105