·Importo al giorno Dieta Gastrointestinal low fat

3714 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	55	65	75
5	90	115	125
10	150	190	225
15	185	235	210
20	255	320	355
25	300	375	420
30	345	430	485
35	385	485	540
40	430	535	600
45	470	585	655
50	505	635	710
60	580	725	815
70	650	815	910
80	720	900	1010