

\*\*\* 8 人 家 族 の 栄 養 所 要 量 \*\*\*

O SAYURI

年齢	性別	身長 CM	体重 KG	活動	妊婦その他	エネルギー KCAL	たんぱく質 G	脂肪 G	カルシウム MG	鉄 MG	ビタミンA IU	ビタミンB1 MG	ビタミンB2 MG	ナイアシン MG	ビタミンC MG	ビタミンD IU
16歳	女	165.	59.	2		2468.	79.1	76.8	686.	12.0	1800.	1.09	1.36	16.29	57.2	100.
89歳	女	152.	45.	1		1349.	56.3	34.5	613.	10.0	1800.	0.64	0.74	8.91	50.8	100.
71歳	男	165.	60.	2		2016.	72.6	51.5	673.	10.0	2000.	0.81	1.11	13.31	55.8	100.
70歳	女	150.	50.	2		1618.	57.5	41.3	625.	10.0	1800.	0.75	0.89	10.68	52.0	100.
46歳	男	178.	53.	2		1988.	58.8	50.8	505.	10.0	2000.	0.79	1.09	13.12	41.9	100.
42歳	女	156.	60.	2		2110.	66.0	53.9	661.	12.0	1800.	0.94	1.16	13.93	55.2	100.
21歳	女	163.	56.	2		2165.	64.4	55.3	645.	12.0	1800.	0.97	1.19	14.29	53.8	100.
19歳	女	161.	55.	2		2182.	66.0	67.9	637.	12.0	1800.	0.97	1.20	14.40	52.8	100.
**	総栄養所要量	**	**	**		15896.	520.6	432.1	5044.	88.0	14800.	6.96	8.74	104.91	419.5	800.
**	平均所要量	**	**	**		1987.	65.1	54.0	630.	11.0	1850.	0.87	1.09	13.11	52.4	100.

O SAYURI

\*\*\* 栄 養 指 数 \*\*\*

年齢	性別	身長	体重	指数・変数	判定
16歳	女	165.	59.	58.	正常
89歳	女	152.	45.	47.	正常
71歳	男	165.	60.	58.	正常
70歳	女	150.	50.	45.	正常
46歳	男	178.	53.	70.	やせすぎ
42歳	女	156.	60.	50.	正常
21歳	女	163.	56.	57.	正常
19歳	女	161.	55.	55.	正常

図5 栄養所要量と栄養指数の出力結果