

<b>Meno</b>			
<b>Výška (cm)</b>		<b>Vek</b>	
<b>Váha (kg)</b>		<b>BMI</b>	
<b>BM (kcal)</b>	<b>Harris – Benedict</b>		
	<b>Faust</b>		
	<b>e-kalkulačka</b>		
	<b>InBody – nepovinný údaj</b>		
<b>celkový energetický výdaj (kcal) – z e-kalk.</b>			

<b>PRÍJEM:</b>	<b>doporučené množstvo</b>	<b>skutočné množstvo (podľa jedálničkov)</b>
<b>Energia (kcal/deň)</b>		
<b>Sacharidy (g/deň)</b>		
<b>Tuky (g/deň)</b>		
<b>Bielkoviny (g/deň)</b>		

<b>Jedálniček (1 deň): ENERGIA</b>		
<b>jedlo/nápoj</b>	<b>množstvo (ml, g,...)</b>	<b>príjem energie (kcal)</b>
<b>SPOLU energia (kcal):</b>		

<b>Jedálňiček (1 deň): SACHARIDY</b>		
<b>jedlo/nápoj</b>	<b>množstvo (ml, g,...)</b>	<b>příjem sacharidov (g)</b>
<b>SPOLU sacharidy (g):</b>		

<b>Jedálňiček (1 deň): TUKY</b>		
<b>jedlo/nápoj</b>	<b>množstvo (ml, g,...)</b>	<b>příjem tukov (g)</b>
<b>SPOLU tuky (g):</b>		

<b>Jedálniček (1 deň): BIELKOVINY</b>		
<b>jedlo/nápoj</b>	<b>množstvo (ml, g,...)</b>	<b>prijem bielkovín (g)</b>
<b>SPOLU bielkoviny (g):</b>		