

BØRN 1-10 ÅR

	Kcal/dgl.*	Bellyfood ml/dgl.	Anbefalede dgl. tilskud **
1-3 år (PAL 1,2)	940	785	8 ml MiviTotal Plus 2 dråber jern 1 Unikalk Kids
1-3 år (PAL 1,4)	1100	920	6 ml MiviTotal Plus 1 dråbe jern 1 Unikalk Kids
4-6 år (PAL 1,2)	1140	950	6 ml MiviTotal Plus 1 dråbe jern 1,5 Unikalk Kids
4-6 år (PAL 1,6)	1500	1250	5 ml MiviTotal Plus 1 dråbe jern 1,5 Unikalk Kids
7-10 år (PAL 1,2)	1400	1170	8 ml MiviTotal Plus 2 dråber jern 1,5 Unikalk Kids
7-10 år (PAL 1,6)	1860	1550	7 ml MiviTotal Plus 1 Unikalk Kids

PIGER 11-17 ÅR

	Kcal/dgl.*	Bellyfood ml/dgl.	Anbefalede dgl. tilskud **
11-14 år (PAL 1,2)	1540	1280	15 ml MiviTotal Plus 4 dråber jern 1,5 Calcium-Sandoz brusetablet
11-14 år (PAL 1,7)	2200	1830	15 ml MiviTotal Plus 2 dråber jern 1,5 Calcium-Sandoz brusetablet
15-17 år (PAL 1,2)	1685	1400	15 ml MiviTotal Plus 5 dråber jern 1,5 Calcium-Sandoz brusetablet
15-17 år (PAL 1,7)	2400	2000	15 ml MiviTotal Plus 3 dråber jern 1,5 Calcium-Sandoz brusetablet

DRENGE 11-17 ÅR

	Kcal/dgl.*	Bellyfood ml/dgl.	Anbefalede dgl. tilskud **
11-14 år (PAL 1,2)	1770	1475	15 ml MiviTotal Plus 2 dråber jern 1,5 Calcium-Sandoz brusetablet
11-14 år (PAL 1,7)	2500	2085	15 ml MiviTotal Plus 1,5 Calcium-Sandoz brusetablet
15-17 år (PAL 1,2)	2140	1785	15 ml MiviTotal Plus 1,5 Calcium-Sandoz brusetablet
15-17 år (PAL 1,7)	3025	2520	15 ml MiviTotal Plus 1 Calcium-Sandoz brusetablet

* Middelværdi af anbefalede estimerede energibehov ifølge referencenvægt og alder i NNR 2023. Her er PAL sat til 1,4 for 1-3 år, PAL 1,6 for 4-10 år og PAL 1,7 for 11-17 år. (NNR 2023. Tabel 10). Da alle ikke har så højt aktivitetsniveau, findes også eksempler på PAL 1,2.

**For at opfylde anbefalingerne fra NNR 2023. Udregnet efter ligeligt forbrug af begge Bellyfood varianter.

Tåles mælk, kan Calciumtilskud erstattes af mælk. Letmælk indeholder 126 mg calcium pr. 100 ml (og 3,4 g protein pr. 100 ml). Dvs. 1 Unikalk kids kan erstattes med 350 ml mælk. Der skal så suppleres med 3 dråber D-vitamin.

PAL (Physical Activity Level)	
Sengeliggende eller siddende	1.1-1.2
Siddende arbejde uden mulighed for bevægelse og lidt eller ingen fritidsaktivitet	1.3-1.5
Siddende arbejde med mulighed for bevægelse og med noget fritidsaktivitet	1.6-1.7
Stående og gående arbejdsaktivitet	1.8-1.9
Meget fysisk krævende arbejde eller sport	2.0-2.4

KONTAKT DIÆTISTERNE HOS BELLYFOOD, HVIS I ØNSKER AT BRUGE ANDRE TYPER TILSKUD ELLER HAR EN PATIENT MED ANDERLEDES ENERGIBEHOV.

Pia Overgaard Bjørn
Jylland & fyn
Tlf. +45 4272 8579
Mail: Pia@bellyfood.dk

Heidi Bechmann
Hovedstaden & Sjælland
+45 9383 6978
Heidi@bellyfood.dk