

Körpergewicht	Ø Energiebedarf in kcal pro Tag
2	159,8
3	216,6
4	268,7
5	317,7
6	364,2
7	408,8
8	451,9
9	493,6
10	534,2
11	573,8
12	612,5
13	650,4
14	687,6
15	724,1
16	760,0
17	795,4
18	830,2
19	864,5
20	898,5
21	931,9
22	965,0
23	997,7
24	1.030,1
25	1.062,1
26	1.093,8
27	1.125,2
28	1.156,4
29	1.187,2
30	1.217,8
31	1.248,1
32	1.278,2
33	1.308,0
34	1.337,6
35	1.367,0
36	1.396,2
37	1.425,2
38	1.454,0
39	1.482,6
40	1.511,0
41	1.539,3
42	1.567,3
43	1.595,2
44	1.623,0
45	1.650,6

Körpergewicht	Ø Energiebedarf in kcal pro Tag
46	1.678,0
47	1.705,3
48	1.732,4
49	1.759,4
50	1.786,3
51	1.813,0
52	1.839,6
53	1.866,1
54	1.892,4
55	1.918,6
56	1.944,8
57	1.970,7
58	1.996,6
59	2.022,4
60	2.048,0
61	2.073,6
62	2.099,0
63	2.124,4
64	2.149,6
65	2.174,7
66	2.199,8
67	2.224,7
68	2.249,6
69	2.274,4
70	2.299,0
71	2.323,6
72	2.348,1
73	2.372,6
74	2.396,9
75	2.421,1
76	2.445,3
77	2.469,4
78	2.493,4
79	2.517,4
80	2.541,2
81	2.565,0
82	2.588,7
83	2.612,4
84	2.635,9
85	2.659,4
86	2.682,9
87	2.706,2
88	2.729,5
89	2.752,7