

**DIARIO GIORNALIERO**

<b>DATA</b>	<b>PESO</b>	<b>GIROVITA</b>	<b>CHO</b>	<b>PROTEINE</b>	<b>GRASSI</b>	<b>ACQUA</b>	<b>CALORIE</b>
17-12-14	98	93	411	214	54	3,5	2986
18-12-14	97,9	93	446	231	70	5	3338
19-12-14	98,3	93	402	238	70	4	3190
20-12-14	97,3	92.5	406	294	64	5	3376
21-12-14	97,7	92.5	385	220	125	5,5	3545
22-12-14	99,2	93.5	422	292	77	6	3549
23-12-14	98,1	94	457	244	59	4,5	3335
24-12-14	98	93.5	439	261	52	4,5	3268
25-12-14	98,1	92.5	414	247	118	3,5	3706
26-12-14	98,3	93.5	403	238	92	3,5	3392
27-12-14	99,8	94.5	428	257	55	5	3235
28-12-14	99,1	93.5	467	215	46	4,5	3142
29-12-14	98,6	93.5	450	268	67	5,5	3475
30-12-14	97,2	92.5	375	233	80	5	3152
31-12-14	96,8	92	507	341	266	5,5	5786
01-01-15	98,6	94	267	193	109	3,5	2821
02-01-15	97,9	94	455	259	71	6	3495
03-01-15	98,5	94	413	232	85	5,5	3345
04-01-15	98,7	93.5	442	175	89	4,5	3269
05-01-15	98,9	94	440	300	113	6,5	3977
06-01-15	98,1	93.5	520	299	117	6	4329
07-01-15	98,4	93.5	483	288	62	6	3642
08-01-15	97,8	92.5	327	159	74	3	2610
09-01-15	98,2	92.5	453	243	54	4	3270
10-01-15	96,5	92	472	252	78	6	3598
11-01-15	98,1	92	544	286	163	4,5	4787
12-01-15	97,7	94	441	271	73	6,5	3505
13-01-15	97,1	93	421	280	59	6,5	3335
14-01-15	97,7	92	445	282	72	6	3556
15-01-15	97,3	93	385	264	78	6	3298
16-01-15	97,4	93	469	284	60	6	3552
17-01-15	98,1	94	461	271	55	6,5	3423
<b>VALORI MEDI</b>	<b>98,0</b>	<b>93,2</b>	<b>433</b>	<b>254</b>	<b>85</b>	<b>5,1</b>	<b>3509,0</b>