영양 리포트 / HEALTH NOTES

주간 기록, 평균 읽기

한 번의 숫자에 결론 내리지 않기.

01

가상 세 기록

180, 210, 240 kcal인 간식 기록.

02

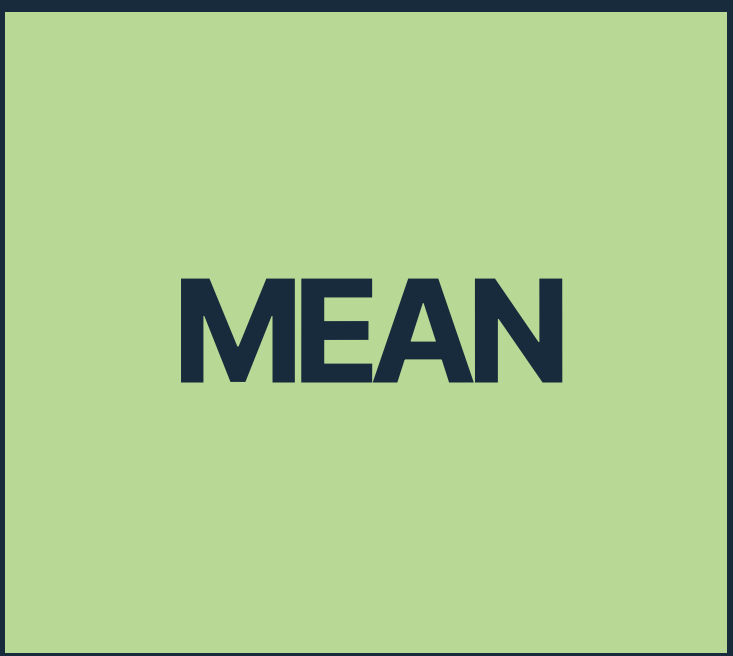
합계

180 + 210 + 240 = 630 kcal.

03

평균

630 ÷ 3 = 210 kcal.



가상 산술 예시 · 평균이 적정량을 의미하지 않아요.