

年齢別安静時エネルギー消費量

年齢 (歳)	男性			女性		
	基準値 (kcal/kg)	平均値 (kcal/kg)	標準偏差	基準値 (kcal/kg)	平均値 (kcal/kg)	標準偏差
18～29	25.1 ~ 33.3	29.2	8.20	25.4 ~ 31.8	28.6	6.4
30～49	24.0 ~ 31.2	27.6	7.20	24.7 ~ 32.8	28.7	8.1
50～69	25.6 ~ 33.6	29.6	8.00	26.2 ~ 33.7	29.9	7.5
70以上	26.5 ~ 35.3	30.9	8.80	24.0 ~ 32.2	28.1	8.2

出典: 第六次改定 日本人の栄養所要量-食事摂取基準-