



Nutritional Assessment Chart

Body Mass Index (BMI) Chart

Percentage Unplanned Weight Loss Calculator

Height (Feet & Inches)

Weight (kg)	4'10"	4'11"	5'0"	5'0 1/2"	5'1"	5'2"	5'3"	5'4"	5'4 1/2"	5'5"	5'6"	5'7"	5'7 1/2"	5'8"	5'9"	5'10"	5'11"	5'11 1/2"	6'0"	6'1"	6'2"	6'3"	
100	46	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	35	34	33	32	32	31	30	30	29	28	28	1510
99	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	31	30	29	29	28	27	158
98	45	44	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	32	31	30	30	29	28	28	27	27	156
97	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	34	33	32	31	31	30	29	28	28	27	27	154
96	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	32	31	30	30	29	28	28	27	27	152
95	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	34	33	32	31	31	30	29	28	27	27	26	26	150
94	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	1411
93	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	31	30	29	28	28	27	27	26	26	149
92	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	147
91	42	40	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	145
90	41	40	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	25	142
89	41	40	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	30	29	29	28	27	27	26	25	25	24	140
88	40	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	25	24	1312
87	40	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	30	29	29	28	27	27	26	25	25	24	24	1310
86	39	38	37	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	25	24	24	138
85	39	38	37	36	35	34	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	25	25	24	24	24	136
84	38	37	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	28	28	27	27	26	25	25	24	24	23	133
83	38	37	36	35	34	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	25	24	24	23	131
82	37	36	35	34	33	33	32	31	30	30	29	28	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	1213
81	37	36	35	34	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	24	24	23	23	22	1211
80	37	36	35	34	33	32	31	30	30	29	28	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	128
79	36	35	34	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	126
78	36	35	34	33	32	31	30	30	29	28	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	124
77	35	34	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	121
76	35	34	33	32	31	30	30	29	28	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	1113
75	34	33	32	32	31	30	29	29	28	27	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	1111
74	34	33	32	31	30	30	29	28	28	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	119
73	33	32	32	31	30	29	29	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	117
72	33	32	31	30	30	29	28	27	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	114
71	32	32	31	30	29	28	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	113
70	32	31	30	29	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	110
69	32	31	30	29	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	11011
68	31	30	29	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	1010
67	31	30	29	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	19	19	19	19	107
66	30	29	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	106
65	30	29	28	27	26	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	19	19	19	19	19	103
64	29	28	28	27	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	101
63	29	28	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	913
62	28	27	26	25	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	910
61	28	27	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	894
60	27	27	26	25	25	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	896
59	27	26	26	25	24	24	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	894
58	26	26	25	24	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	91
57	26	25	25	24	23	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	90
56	26	25	24	24	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	811
55	25	24	24	23	23	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	88
54	25	24	23	23	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	87
53	24	24	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	84
52	24	23	23	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	83
51	23	23	22	22	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	80
50	23	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	713
49	22	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	710
48	22	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	77
47	21	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	76
46	21	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	73
45	21	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	71
44	20	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	613
43	20	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	611
42	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	68
41	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	66
40	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	64
39	18	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	61
38	18	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	60
37	18	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	511
36	18	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	59
35	18	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	57
34	18	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	55

Height (m)

	SCORE 0 Wt Loss < 5%	SCORE 1 Wt Loss 5-10%	SCORE 2 Wt Loss > 10%
34 kg	<1.70	1.70 – 3.40	