

Fabbisogni di acidi grassi essenziali

dal 2 % al 4 % delle calorie totali

	PUFA ω -6	PUFA ω -3
1-3 aa	4	0,7
4-6 aa	4	1
7-10 aa	4	2,1
11-14 aa	4,5	1
15-17	5,5	1,3