

BMI Mädchen (BMI = kg/m<sup>2</sup>)

Alter	Untergewicht	Normalgewicht	Übergewicht	Adipositas
0	< 11	11 – 14	14 – 15	> 15
1	< 15	15 – 18	18 – 19	> 19
2	< 14	14 – 18	18 – 19	> 19
3	< 14	14 – 18	18 – 19	> 19
4	< 14	14 – 18	18 – 19	> 19
5	< 14	14 – 18	18 – 19	> 19
6	< 14	14 – 18	18 – 20	> 20
7	< 14	14 – 19	19 – 20	> 20
8	< 14	14 – 19	19 – 21	> 21
9	< 14	14 – 20	20 – 23	> 23
10	< 14	14 – 21	21 – 24	> 24
11	< 15	15 – 22	22 – 25	> 25
12	< 15	15 – 22	22 – 25	> 25
13	< 16	16 – 23	23 – 26	> 26
14	< 17	17 – 24	24 – 27	> 27
15	< 17	17 – 25	25 – 27	> 27
16	< 18	18 – 25	25 – 28	> 28
17	< 18	18 – 25	25 – 28	> 28
18	< 18	18 – 25	25 – 28	> 28

BMI Jungen

Alter	Untergewicht	Normalgewicht	Übergewicht	Adipositas
0	< 11	11 – 14	14 – 15	> 15
1	< 15	15 – 19	19 – 20	> 20
2	< 15	15 – 18	18 – 19	> 19
3	< 14	14 – 18	18 – 19	> 19
4	< 14	14 – 18	18 – 19	> 19
5	< 14	14 – 18	18 – 19	> 19
6	< 14	14 – 18	18 – 19	> 19
7	< 14	14 – 18	18 – 20	> 20
8	< 14	14 – 19	19 – 21	> 21
9	< 14	14 – 20	20 – 22	> 22
10	< 15	15 – 21	21 – 23	> 23
11	< 15	15 – 21	21 – 24	> 24
12	< 15	15 – 22	22 – 25	> 25
13	< 16	16 – 23	23 – 26	> 26
14	< 16	16 – 24	24 – 27	> 27
15	< 17	17 – 24	24 – 28	> 28
16	< 18	18 – 25	25 – 28	> 28
17	< 18	18 – 25	25 – 28	> 28
18	< 19	19 – 26	26 – 29	> 29

Überreicht durch Studio für Ernährungsberatung, modifiziert nach AGA