

Cuadro de mandos Dieta 1500 Kcal

Kilocalorías:

KCal

Ingestas

Lácteos

Alimentos proteicos

Verduras

Alimentos hidrocarbonados

Frutas

Grasas

Desayuno

1

2

0,5

Media mañana

1

1

0,5

Comida

2,5

0,5

4

2

1,5

Merienda

1

1

Cena

1

1

3

2

1

Hidratos de carbono:

Grasas:

Proteínas: