

Cuadro de mandos Dieta 1750 Kcal

Kilocalorías: KCal Ingestas

	Lácteos	Alimentos proteicos	Verduras	Alimentos hidrocarbonados	Frutas	Grasas
--	---------	---------------------	----------	---------------------------	--------	--------

Desayuno

1

2

1

1

Media mañana

1

2

0,5

Comida

0,5

2,5

1

5

2

1,5

Merienda

1

1

1

Cena

1

3

2

1

Hidratos de carbono:

Grasas:

Proteínas: