

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

NOMBRE DE ALUMNO: KARLA BEDOLLA FERNANDEZ

NOMBRE DEL DOCENTE: Licenciada Daniela

NOMBRE DEL TRABAJO: Nutrición

MATERIA: nutrición I

GRADO: 3° SEMESTRE

GRUPO: "B"

Grupo en el sistema equivalente	Subgrupos	Energía	prot	Lipi	Hc	Porción
1. Verduras	/	25-100	8	0	0	4
2. Frutas	/	60-240	0	0	0	4
3. Cereales y tuberculos	a. Sin grasa b.	70-140	4	10	0	2
4. Leguminosas	/	115-75	16	2	0	2
5. Alimentos de origen animal	Moderado el aporte kg.	120-10	7	1	2	1
6. Leche	Descremada Entera o azucar.	100-200	9	27	1	4
7. Aceite y grasa	a- Sin proteína b- con	70-55 45-110	9	4	5	1/3
8. Azúcares	a- sin grasa. b- con	40-120 85-88	0	0	3	3/1
Total		2,280	96	75	327	
V. normal		2,276	80	70.74	380	

