

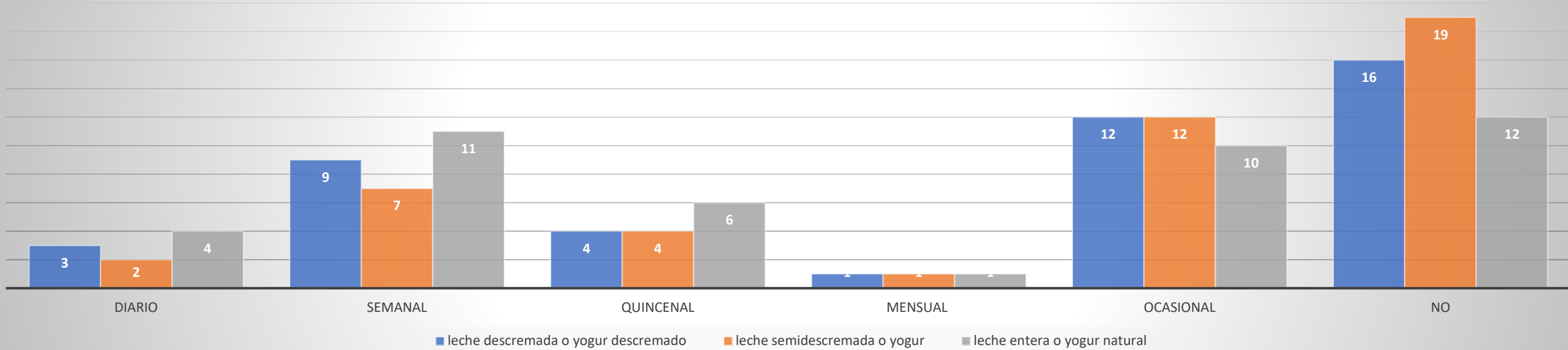
# UDS

- Frecuencia de consumo de alimentos.

Profe: Nefi Alejandro gordillo sanches

Alumno: Santiago Gómez Hernández

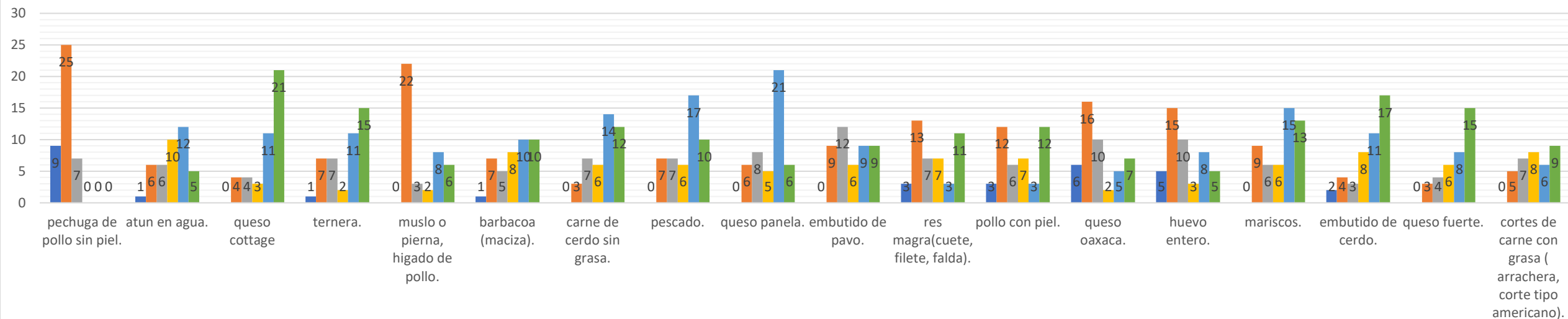
## LECHE



En esta grafica evaluamos el consumo del producto lácteo y pudimos notar que la leche semidescremada tiene un aumento del que no se consume mucho y de ahí le sigue la leche descremada a lo cual nos deja en claro que la leche entera tiene un consumo mas constante.

## Productos de origen animal

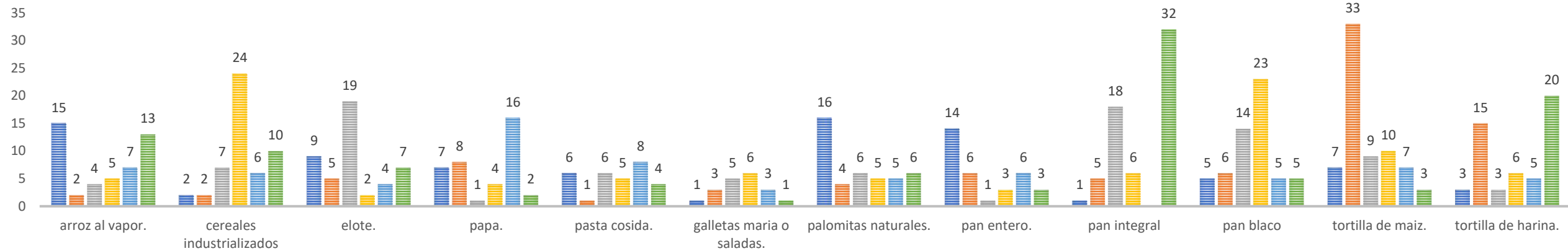
■ diario ■ semanal ■ quincenal ■ mensual ■ ocasional ■ no



- En esta grafica podemos analizar que el pollo sin piel tiene un mayor consumo que y de ahí le sigue el muslo de pollo tiene un consumo mensual y el de menor consumo lo tiene el queso cottage.

# CEREALES Y TUBERCULOS

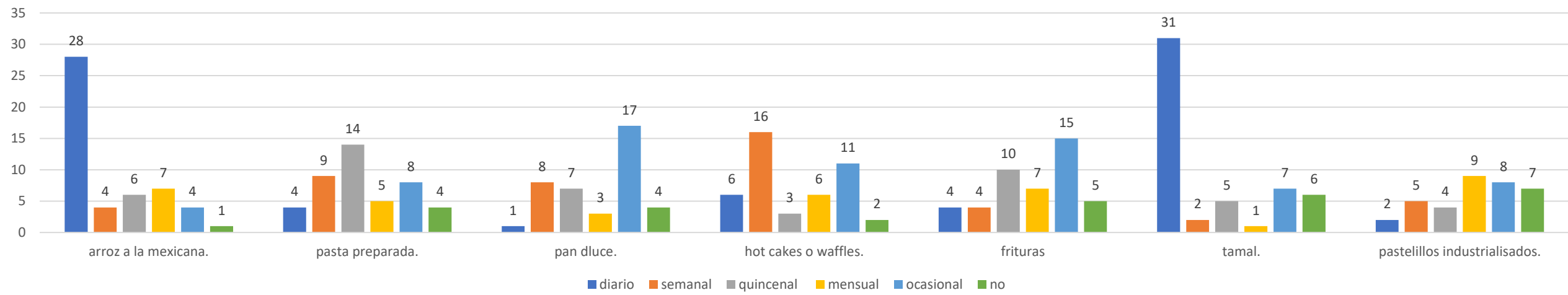
■ diario ■ semanal ■ quincenal ■ mensual ■ ocasional ■ no



## Cereales sin grasas

- En esta grafica podemos analizar que el pan integral tiene menos consumo que la tortilla de maíz y de ahí los cereales industriales se llevan el uso mensual de alimentos.

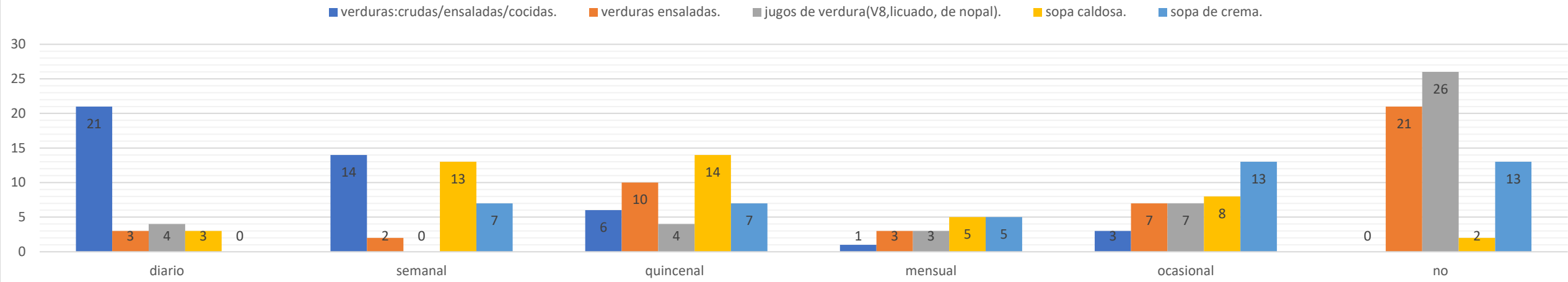
Cereales y tuberculos



- Cereales con grasas

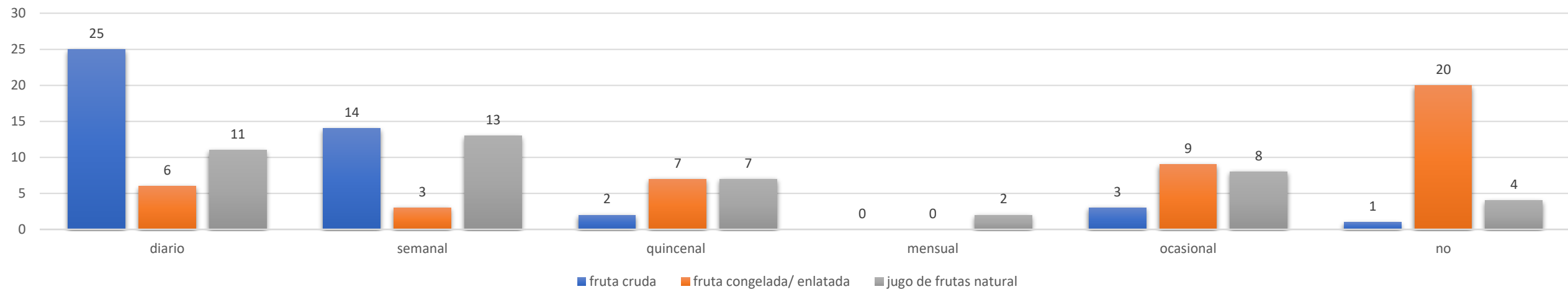
En esta grafica podemos observar un gran consumo de tamal y lo siguiente seria arroz a la mexicana como segundo lugar teniendo en claro que el tamal es mas consumido en la usd

## verduras



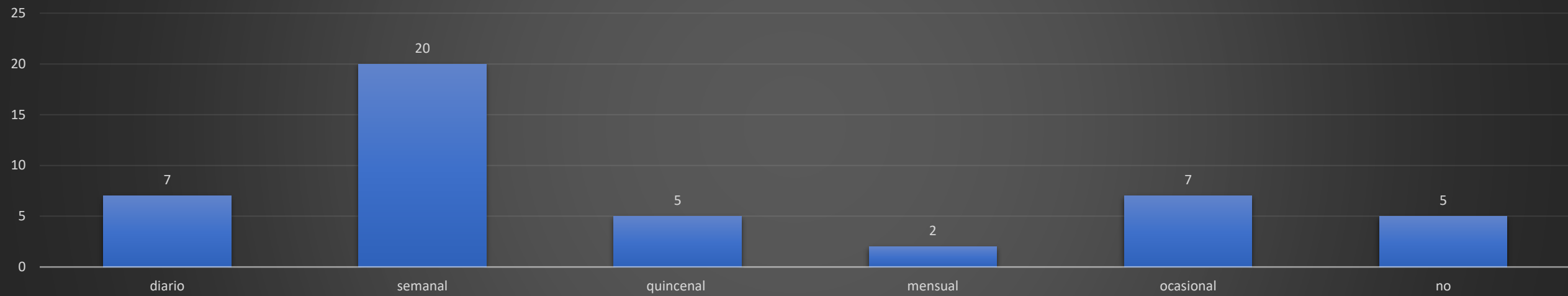
- En las verduras podemos observar que el jugo de verduras como el menos consumido y las verduras crudas como el mas consumido diaria mente.

## frutas



- En la frutas podemos ver un consumo diario en la mayoría de estudiantes y un porcentaje menos en la frutas congeladas.

## frijol, alubias, habas, lentejas

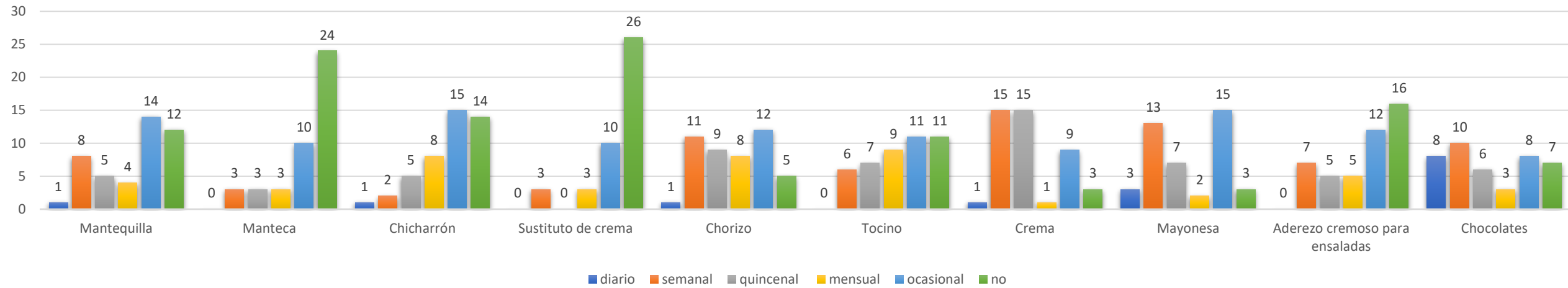


## Leguminosas

a qui podemos observar que a la semana se consume mas leguminosa que mensualmente.

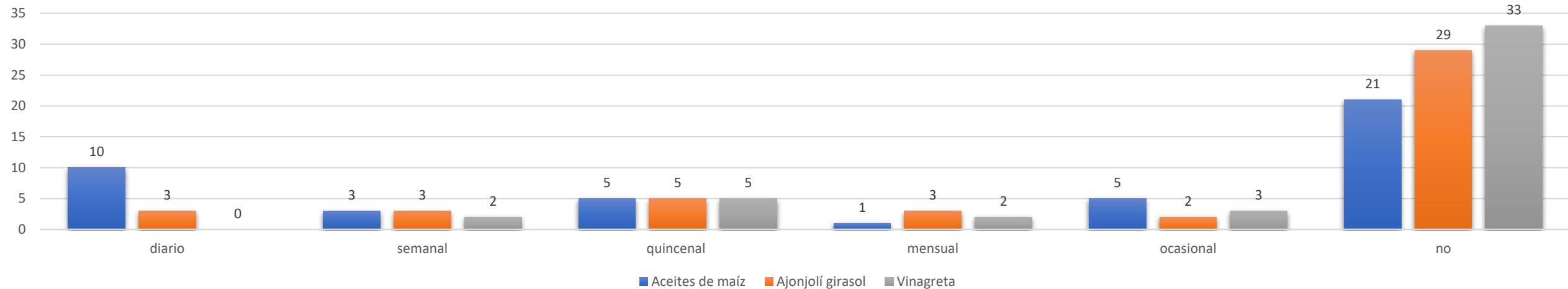


## lipidos



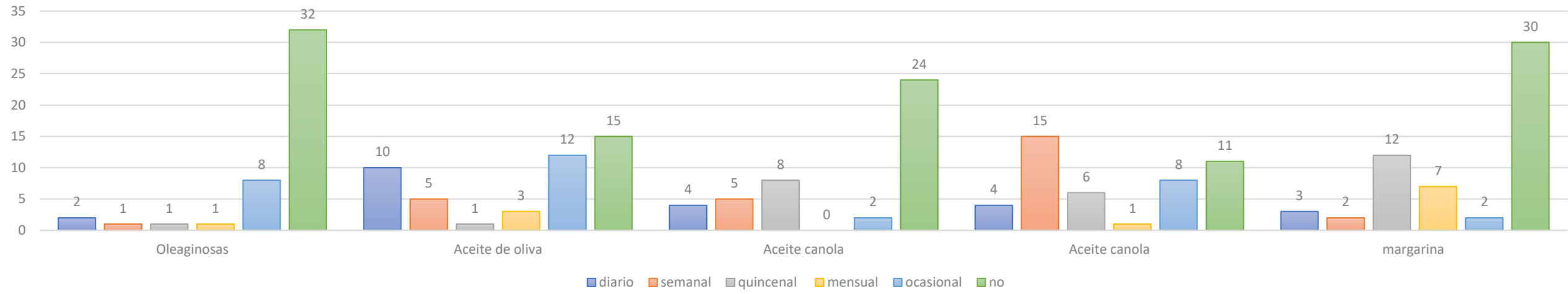
Podemos ver en esta grafica que la manteca y el sustito de crema tiene casi el mismo porcentaje dándonos a tender que es el menos consumido.

## Acidos grasos polinsaturados

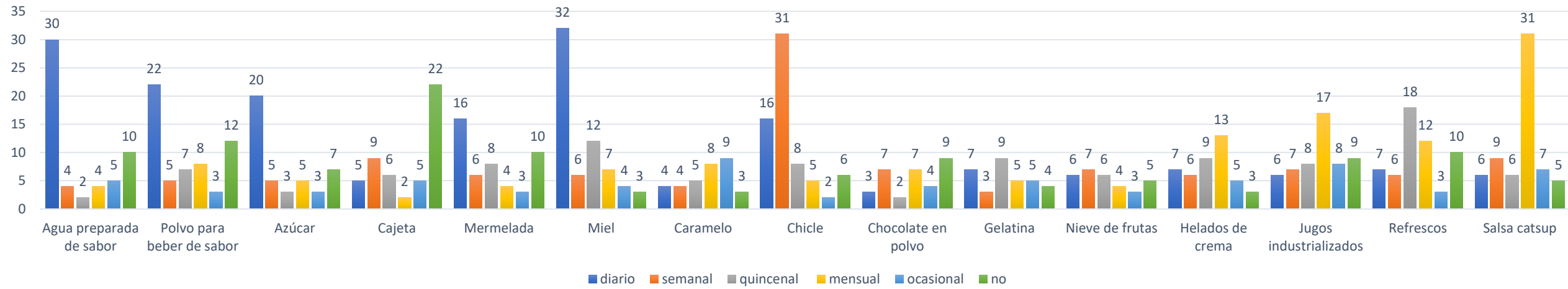


A qui podemos observar que la vinagreta tiene menos consumo que el aceite de maíz y de por de medio esta el ajonjolí de girasol.

# Acidos grasos trans

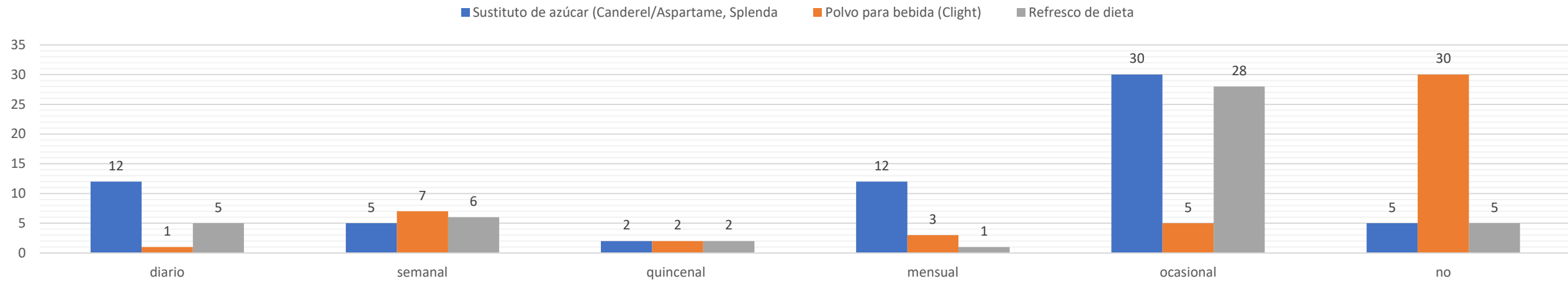


## azucares



En los azucares podemos ver la miel en un uso frecuente y de ahí el segundo lugar sería las agua de sabor y al final el chicle tiene un uso semanal bastante alto.

## Sustitutos



- En este caso podemos ver que el polvo de bebida y el sustituto de azúcar tiene el mismo porcentaje pero en uno es ocasional y el otro sería en un completo NO.