



Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Francisco Eduardo Albores Alfaro

Nombre del tema: Diseño y planificación De Dietas Saludables

Parcial: Tercer Parcial

Nombre de la Materia: Trastornos De La Cultura Alimentaria

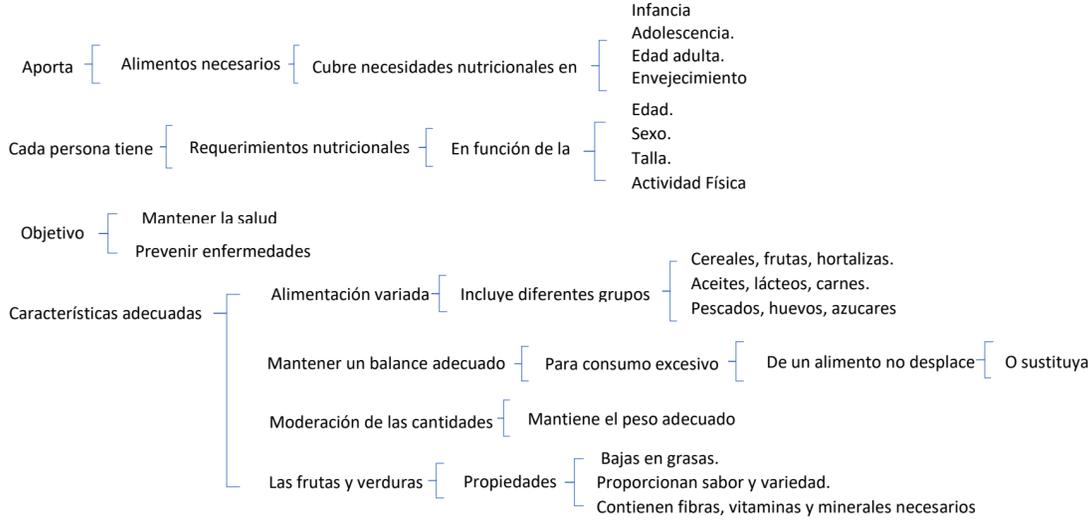
Nombre del profesor: María De Los Ángeles Venegas

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

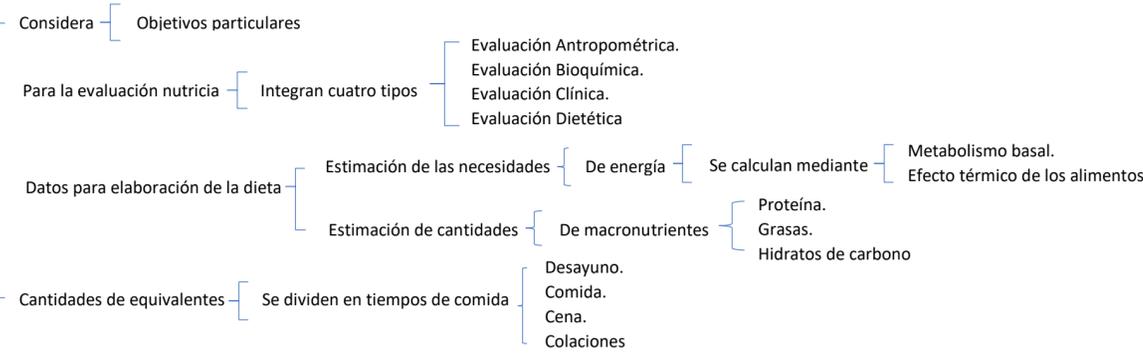
Cuatrimestre: Noveno Cuatrimestre.

DISEÑO Y PLANIFICACIÓN DE DIETAS SALUDABLES

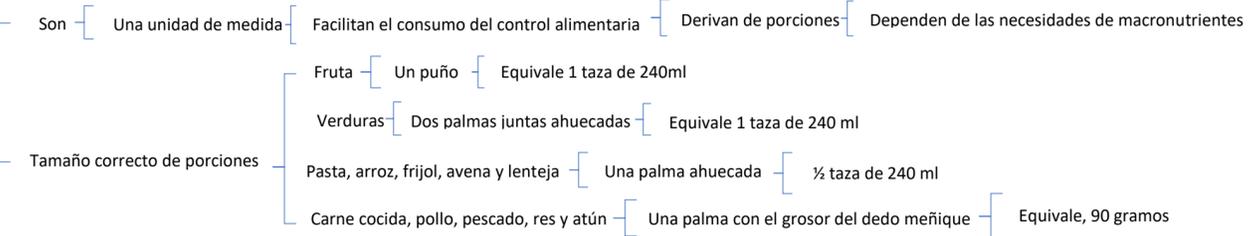
La dieta saludable



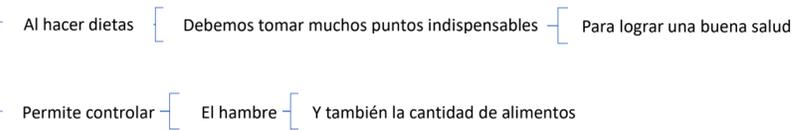
Criterios para establecer un plan de dietas



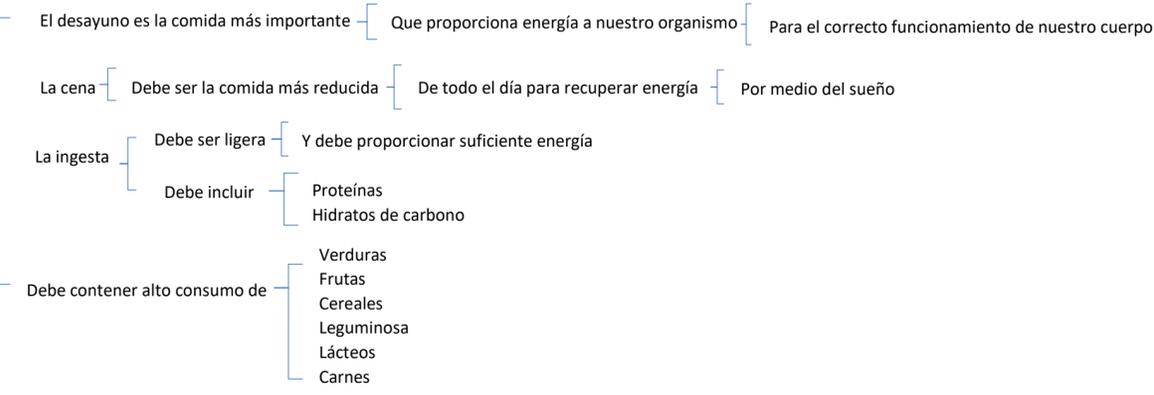
Los tamaños de las porciones



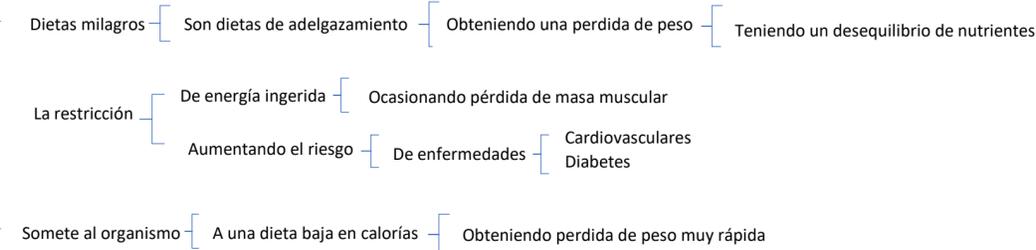
El plan de dietas y su expresión



Los consumos de alimentos en las diferentes horas del día



Dietas mágicas o exóticas



Bibliografía
 UDS. (2022). Diseño Y Planificación De Dietas Saludables. Antología De Trastornos De La Cultura Alimentaria. Pág. 71-82