



Buscomida



Calorías restantes : 780 kcal
Proteínas restantes: 20 g
Grasas restantes: 10 g
Carbohidratos restantes: 50 g

1. 01/08/2025 Calorías: 2,150 kcal Proteínas: 95 g Grasas: 70 g Carbohidratos: 260 g

2. 05/09/2025 Calorías: 1,950 kcal Proteínas: 90 g Grasas: 65 g Carbohidratos: 230 g

3. 10/10/2025 Calorías: 2,000 kcal Proteínas: 100 g Grasas: 70 g Carbohidratos: 230 g





Buscomida



Opción 1

Opción 2

Opción 3

Opción 4

Opción 4

Calorías restantes : 780 kcal
Proteínas restantes: 20 g
Grasas restantes: 10 g
Carbohidratos restantes: 50 g

5 g Grasas: 70 g Carbohidratos: 260 g

0 g Grasas: 65 g Carbohidratos: 230 g

0 g Grasas: 70 g Carbohidratos: 230 g





Buscomida



1. 01/08/2025 Calorías: 2,150 kca

2. 05/09/2025 Calorías: 1,950 kca

3. 10/10/2025 Calorías: 2,000 kcal

Genero_____

Peso (kg):_____

Altura_____

Edad_____

Nivel de actividad física_____

Objetivo nutricional_____

Calcular

