|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Mínimo** | **Mediana** | **Media** | **Máximo** | **Desviación estándar** |
| **Calorías** |  |  |  |  |  |
| Carne y Cerdo | 240 | 500 | 494 | 750 | 141.4 |
| Pollo y pescado |  |  |  |  |  |
| Desayunos |  |  |  |  |  |
| Ensaladas |  |  |  |  |  |
| Postres, Bebidas |  |  |  |  |  |
| Café y Té |  |  |  |  |  |
| Smothies |  |  |  |  |  |
| Snacks |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Grasa Insaturada** |  |  |  |  |  |
| Carne y Cerdo |  |  |  |  |  |
| Pollo y pescado |  |  |  |  |  |
| Desayunos |  |  |  |  |  |
| Ensaladas |  |  |  |  |  |
| Postres, Bebidas |  |  |  |  |  |
| Café y Té |  |  |  |  |  |
| Smothies |  |  |  |  |  |
| Snacks |  |  |  |  |  |
| **Grasa Saturada** |  |  |  |  |  |
| Carne y Cerdo |  |  |  |  |  |
| Pollo y pescado |  |  |  |  |  |
| Desayunos |  |  |  |  |  |
| Ensaladas |  |  |  |  |  |
| Postres, Bebidas |  |  |  |  |  |
| Café y Té |  |  |  |  |  |
| Smothies |  |  |  |  |  |
| Snacks |  |  |  |  |  |
| **Grasa Trans** |  |  |  |  |  |
| Carne y Cerdo |  |  |  |  |  |
| Pollo y pescado |  |  |  |  |  |
| Desayunos |  |  |  |  |  |
| Ensaladas |  |  |  |  |  |
| Postres, Bebidas |  |  |  |  |  |
| Café y Té |  |  |  |  |  |
| Smothies |  |  |  |  |  |
| Snacks |  |  |  |  |  |
| **Colesterol** |  |  |  |  |  |
| Carne y Cerdo |  |  |  |  |  |
| Pollo y pescado |  |  |  |  |  |
| Desayunos |  |  |  |  |  |
| Ensaladas |  |  |  |  |  |
| Postres, Bebidas |  |  |  |  |  |
| Café y Té |  |  |  |  |  |
| Smothies |  |  |  |  |  |
| Snacks |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Mínimo** | **Mediana** | **Media** | **Máximo** | **Desviación estándar** |
| **Sodio** |  |  |  |  |  |
| Carne y Cerdo |  |  |  |  |  |
| Pollo y pescado |  |  |  |  |  |
| Desayunos |  |  |  |  |  |
| Ensaladas |  |  |  |  |  |
| Postres, Bebidas |  |  |  |  |  |
| Café y Té |  |  |  |  |  |
| Smothies |  |  |  |  |  |
| Snacks |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Carbohidratos** |  |  |  |  |  |
| Carne y Cerdo |  |  |  |  |  |
| Pollo y pescado |  |  |  |  |  |
| Desayunos |  |  |  |  |  |
| Ensaladas |  |  |  |  |  |
| Postres, Bebidas |  |  |  |  |  |
| Café y Té |  |  |  |  |  |
| Smothies |  |  |  |  |  |
| Snacks |  |  |  |  |  |
| **Azúcar** |  |  |  |  |  |
| Carne y Cerdo |  |  |  |  |  |
| Pollo y pescado |  |  |  |  |  |
| Desayunos |  |  |  |  |  |
| Ensaladas |  |  |  |  |  |
| Postres, Bebidas |  |  |  |  |  |
| Café y Té |  |  |  |  |  |
| Smothies |  |  |  |  |  |
| Snacks |  |  |  |  |  |
| **Proteína** |  |  |  |  |  |
| Carne y Cerdo |  |  |  |  |  |
| Pollo y pescado |  |  |  |  |  |
| Desayunos |  |  |  |  |  |
| Ensaladas |  |  |  |  |  |
| Postres, Bebidas |  |  |  |  |  |
| Café y Té |  |  |  |  |  |
| Smothies |  |  |  |  |  |
| Snacks |  |  |  |  |  |
| **Fibra Dietética** |  |  |  |  |  |
| Carne y Cerdo |  |  |  |  |  |
| Pollo y pescado |  |  |  |  |  |
| Desayunos |  |  |  |  |  |
| Ensaladas |  |  |  |  |  |
| Postres, Bebidas |  |  |  |  |  |
| Café y Té |  |  |  |  |  |
| Smothies |  |  |  |  |  |
| Snacks |  |  |  |  |  |