

Mois en cours

Enregistrer

24.07.2025

Repas	Heure	G7	Aval	Me	Tota	Poid	Colonne1	Commentaires
Matin	09:00	8.0	1.00	14	15			
Midi	14:00	13.2	6.20	14	20		Atriaux risotto milanais salade de tomate	
Soir	12.juil							

23 Raz

Limite	7.0
Matin	4.0
Midi	3.0
Soir	4.0
Lentus	36

Aliments

METS	Qte	HC	09:00	14:00	19:00
Abricots (fruit frais)	100	30	12	9	12
Ballon	60	28	11	8	11
Banane	190	36	14	11	14
Boule de glace	50	25	10	8	10
<b>Cake 1 tranche</b>	80	45	18	14	18
Compote divers fruits	200	46	18	14	18
Coupe de glace	280	60	24	18	24
Croissant	60	30	12	9	12
Emincé aux curry + une portion de riz blanc	Portion	48	19	14	19
Flan caramel	100	20	8	6	8
Fondue avec pain ou pomme de terre	150	70	28	21	28
<b>Foret noire</b>	120	40	16	12	16
Fraise crème yogourt vanille		24	10	7	10
Frites portion	100	30	12	9	12
Gateau au fromage	300	40	16	12	16
Gratin daupinois	350	60	24	18	24
<b>Jambon melon</b>	150	20	8	6	8
Lasagne	400	52	21	15	21
<b>Lasagne France 1 Kg</b>	250	38	15	11	15
Miracoli	190	46	18	14	18
<b>Nesquik 8.6 Gr pour 150 ml</b>		9	3	3	3