

COMMENT

Utiliser la bibliothèque d'aliments

Bibliothèque d'aliments

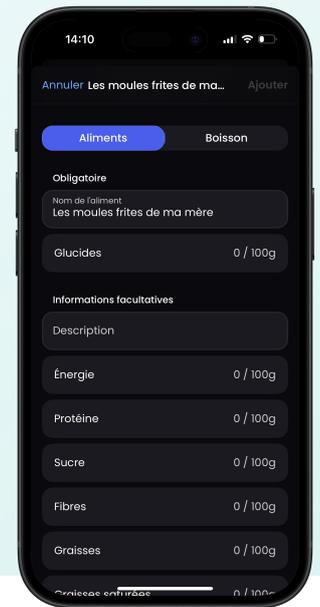
Créer votre propre nourriture



Pour ajouter vos propres aliments à la « Bibliothèque alimentaire » appuyez sur « Mon alimentation ».



Puis appuyez sur « Créer des aliments ».



Choisissez entre « Aliments » et « Boisson ». Indiquez le nom de votre produit et la teneur en glucides pour 100 grammes.

Vous pouvez également ajouter des informations nutritionnelles supplémentaires.

Appuyez sur « Ajouter » pour enregistrer.



Les articles de nourriture et de boisson créés se trouvent dans « Mon alimentation ».

Trouvez des articles dans la Bibliothèque.



Recherchez des articles en tapant dans la barre de recherche. Les résultats apparaissent en dessous pendant que vous tapez.



Cliquez sur l'article que vous recherchez.



La teneur en glucides des articles pour 100 grammes sera affichée. Les informations nutritionnelles supplémentaires apparaissent en dessous.