

# Dietetic Brother

Q food

## Ma Recette

Aliment	Ajout
Viande	<div>+</div>
Abricots	<div>+</div>
Noix de cajou	<div>+</div>
Haricots	<div>+</div>
Poulet	<div>+</div>
Pommes	<div>+</div>
Bananes	<div>+</div>
Riz	<div>+</div>
Pâtes	<div>+</div>
Brocolis	<div>+</div>

Aliment	Protéine	Glucide	Lipide	Quantité	Supprimer
Viande	40	10	20	<div>300g</div>	<div></div>
Abricots	38	12.1	15.2	<div>100g</div>	<div></div>
Noix de cajou	10	5.5	1.2	<div>100g</div>	<div></div>

