pas_assez_fibres trop_proteines

viande_rougeassez_proteines

trop_gras
diversifieassez_fruits

pas_assez_legumes trop_proteines

trop_gras
diversifieassez_fruits

pas_assez_feculents

assez_legumes

proteines

trop_gras
diversifieassez_fruits

pas_assez_feculents

assez_feculentstrop_leger_digestion_rapide

vitamines assez_gras

pas_assez_quantite