



PCAL



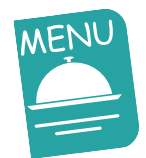
"CALORIE PLAN"

ระบบคำนวณแคลอรีต่อวันตามค่า BMI และ BMR ของร่างกายของคุณ อีกทั้งยังมีระบบการตั้งเป้าหมายน้ำหนักและระยะเวลาที่คุณต้องการลดน้ำหนักได้โดยระบบจะคำนวณค่าแคลอรีให้เหมาะสมกับค่า BMI/BMR



"INGREDIENT CALCULATOR"

ระบบคำนวณจำนวนแคลอรีตามวัตถุดิบที่ประกอบอยู่ในอาหารจานโปรดของคุณ ซึ่งแยกออกเป็นหมวดหมู่เพื่อให้เพิ่มลิสต์อาหารได้สะดวกและสามารถระบุปริมาณของวัตถุดิบเพื่อให้ได้การคำนวณที่ใกล้เคียงค่าจริงมากที่สุด



นอกจากฟังก์ชันหลักแล้วยังมีการติดตามผลการลดน้ำหนักซึ่งจะแสดงให้เห็นเป็นกราฟ

ยังมีการแจ้งเตือนให้เห็นว่าคุณเหลือจำนวนแคลอรีที่ทานได้อีกเท่าไรในแต่ละวัน

