



Registrar alimentos



Foto del alimento

Seleccionar

Carbohidratos (por 100 gramos)

Nombre del alimento

Grasas (por 100 gramos)

Calorías (por 100 gramos)

Marca (solo si aplica)

Proteínas (por 100 gramos)

Tipo

Guardar alimento



Registrar platillo



Foto del platillo

Seleccionar

Nombre del platillo

Nombre del platillo



Huevos

Cantidad:

Gramos:

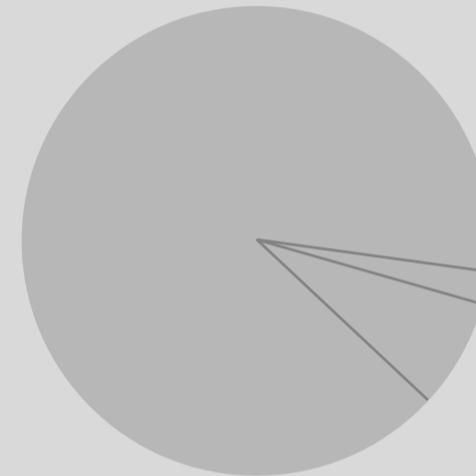
Calorías: 70

Proteínas: 7

Grasas: 5

Carbohidratos: 0.6

Datos nutricionales



Calorías: 70

Proteínas: 7

Grasas: 5

Carbohidratos: 0.6



Guardar alimento



Buscar...

Tipo ▾



Huevos



Huevos



Huevos



Huevos



Huevos



Huevos



Huevos

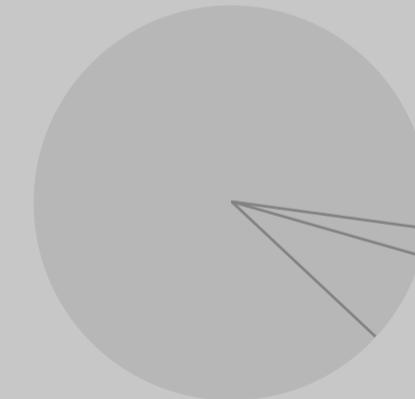


Huevos

Huevos



Nutrición



Calorías: 70

Proteínas: 7

Grasas: 5

Carbohidratos: 0.6

Agregar



Mi calendario

Semana

Día

< > 12 - 15 de abril

Editar

12 de abril

Viernes

2334 calorías



Desayuno
Tostadas con huevo



Desayuno
Tostadas con huevo

13 de abril

Sábado

Desayuno
Tostadas con huevo

14 de abril

Domingo

Desayuno
Tostadas con huevo

15 de abril

Lunes

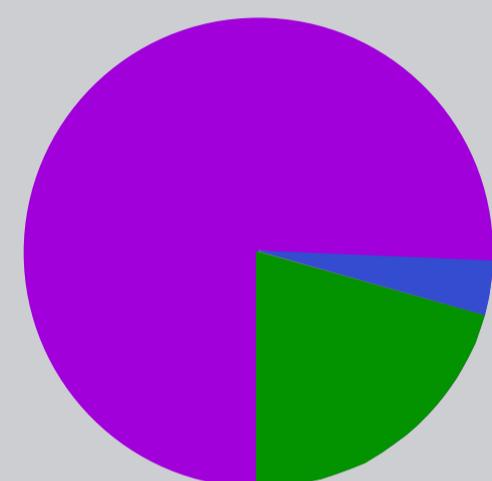
Desayuno
Tostadas con huevo

16 de abril

Martes

Desayuno
Tostadas con huevo

Datos nutricionales



Calorías totales:

70

Proteínas totales:

7

Grasas totales:

5

Carbohidratos totales:

0.6



Almuerzo
Arroz, pollo y brocoli con ensalada



Almuerzo
Arroz, pollo y brocoli con ensalada



Almuerzo
Arroz, pollo y brocoli con ensalada



Almuerzo
Arroz, pollo y brocoli con ensalada



Almuerzo
Arroz, pollo y brocoli con ensalada



Merienda
Tostadas con mermelada light



Merienda
Tostadas con mermelada light



Merienda
Tostadas con mermelada light



Merienda
Tostadas con mermelada light



Merienda
Tostadas con mermelada light



Mi calendario

Semana

Día

< > Hoy

Editar

14 de abril

Domingo



Desayuno

Tostadas con huevo

Proteínas totales: 7

Grasas totales: 5

Carbohidratos totales: 0.6

⋮



Desayuno

Tostadas con huevo

Proteínas totales: 7

Grasas totales: 5

Carbohidratos totales: 0.6

⋮



Desayuno

Tostadas con huevo

Proteínas totales: 7

Grasas totales: 5

Carbohidratos totales: 0.6

⋮



Desayuno

Tostadas con huevo

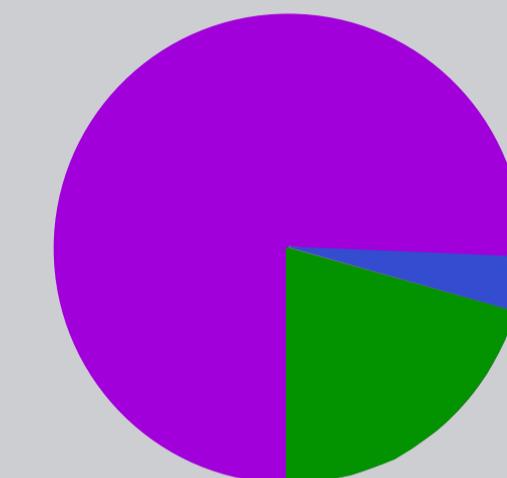
Proteínas totales: 7

Grasas totales: 5

Carbohidratos totales: 0.6

⋮

Datos nutricionales



Calorías totales: 70

Proteínas totales: 7

Grasas totales: 5

Carbohidratos totales: 0.6