

users	
id	number
userLogin	varchar
nome	varchar
idade	number
cpf	number
rg	number
data_nasc	datetime
sexo	varchar
mae	varchar
pai	varchar
email	varchar
foto	varchar
senha	varchar

recipes	
id	number
id_caderno	number
id_user	number
id_categoria	number
quem_criou_receita	varchar
foto	varchar
nome_receita	varchar
ingredientes	varchar
modo_preparo_texto	varchar
modo_preparo_audio	varchar
data_insercao	datetime
numero_de_visualizacoes	number

notebooks	
id	number
decricao	varchar
origem	varchar

categories	
id	number
decricao	varchar
sabor	varchar

blogs	
id	number
titulo	varchar
imagem_1	varchar
materia	varchar
ingredientes	varchar
imagem_2	varchar
modo_preparo	varchar
video	varchar

users	
id	number
userLogin	varchar
nome	varchar
idade	number
cpf	number
rg	number
data_nasc	datetime
sexo	varchar
mae	varchar
pai	varchar
email	varchar
foto	varchar
senha	varchar

recipes	
id	number
id_caderno	number
id_user	number
id_categoria	number
quem_criou_receita	varchar
foto	varchar
nome_receita	varchar
ingredientes	varchar
modo_preparo_texto	varchar
modo_preparo_audio	varchar
data_insercao	datetime
numero_de_visualizacoes	number

notebooks	
id	number
decricao	varchar
origem	varchar

categories	
id	number
decricao	varchar
sabor	varchar

blogs	
id	number
titulo	varchar
imagem_1	varchar
materia	varchar
ingredientes	varchar
imagem_2	varchar
modo_preparo	varchar
video	varchar