

Скачай сейчас

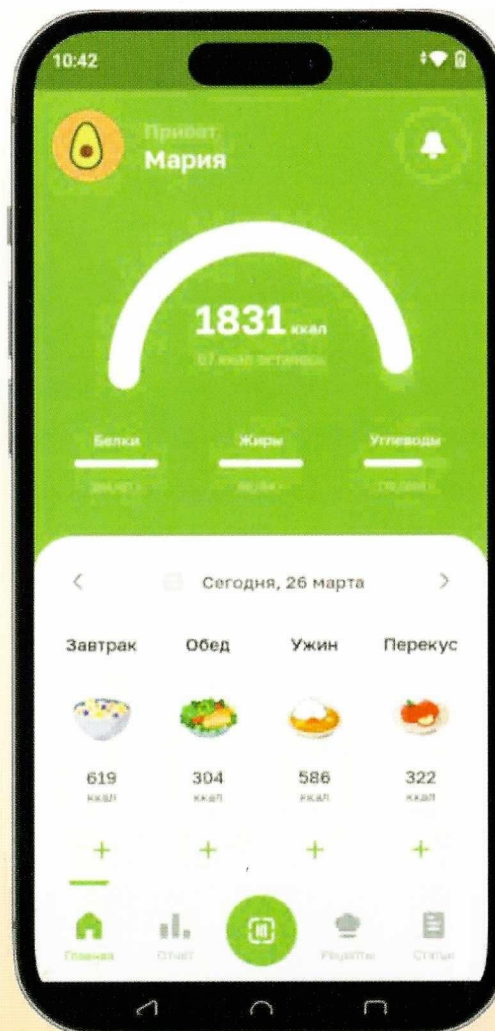
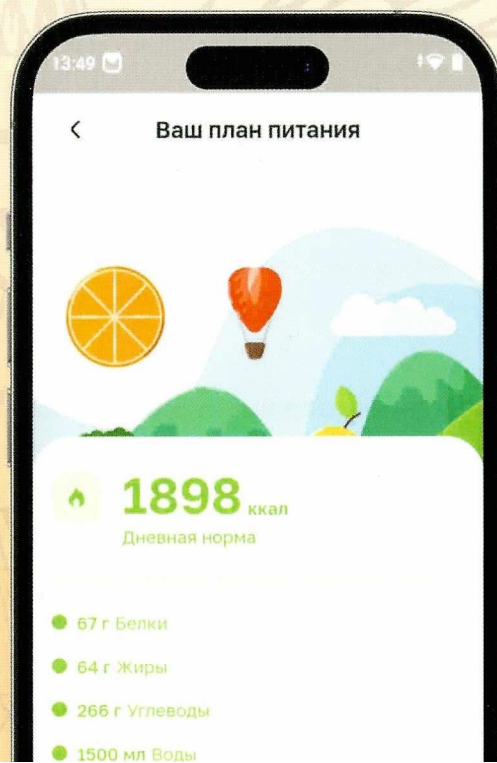


RuStore

при поддержке
Минцифры
России



**ЗДОРОВОЕ
ПИТАНИЕ**
Проверено
Роспотребнадзором



Приложение доступно для Android.



**ЗДОРОВОЕ
ПИТАНИЕ**

Проверено
Роспотребнадзором



Мобильное приложение направлено на защиту потребителей от недостоверной информации о продукции, в том числе не соответствующей принципам здорового питания, а также призвано мотивировать пользователей к ведению здорового образа

Основные возможности:

Завтрак Обед Ужин Перекус



Автоматический расчет нормы ккал, белков, жиров, углеводов и индекса массы тела (ИМТ).



Ведение дневника приема пищи и воды.

Отказ от кофе
Попробуем продержаться 7 дней без кофеина?

06 : 23 : 59

Дни Часы Мин

Сдаться

Уведомления о необходимости приема пищи и воды.

Челленджи и награды за выполнение целей.

Статистика потребленных калорий, белков, жиров и углеводов за выбранный период. Наглядные графики для отслеживания прогресса.

Более 45 000 рецептов с пошаговым приготовлением.

Статьи о правильном питании и здоровом образе жизни.

Статьи

Поиск по статьям

Все

Избранные

Все категории

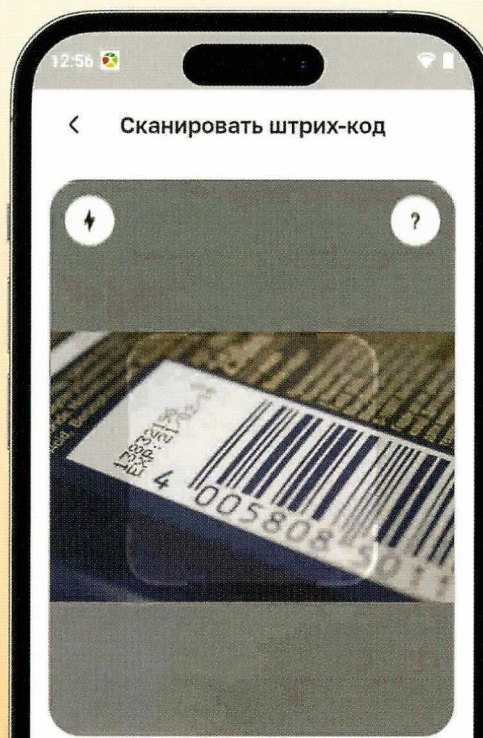
Здоровое питание

Полезные продукты



Здоровое питание — просто и удобно!

Основная цель — внедрение принципов здорового питания среди населения, расширение знаний в вопросах питания.



Цветовая индикация

«Светофор»

Особенность приложения, которая помогает сразу оценить пользу пищевых продуктов для здоровья. Просто отсканируйте штрих-код.

- низкое содержание
- умеренное содержание
- высокое содержание

100 г продукта содержит

Пищ. соль 2 г	Жиры 17.2 г
Трансжиры 0.79 г	НЖК 35.9 г
Натрий 0.79 г	

У каждого пищевого продукта имеются сведения о КБЖУ (калории, белки, жиры, углеводы).

Пищевая ценность на 100 г

200	11.1 г	17.2 г	2.6 г
Калории	Белки	Жиры	Углеводы

База данных содержит сведения о более чем 7 тыс. пищевых продуктах и постоянно наполняется по результатам лабораторных исследований учреждений Роспотребнадзора, что обеспечивает точность и достоверность информации.

С заботой о вашем здоровье!