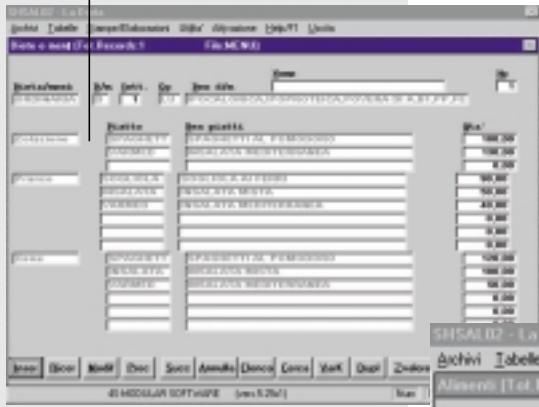


**PIATTI**

Il programma permette di indicare i piatti da realizzare, con la loro composizione in termini di alimenti base.

**DIETE E MENU**

È possibile comporre liberamente i menu e le diete, con l'indicazione dei piatti e delle relative quantità, suddivisi tra colazione, pranzo e cena. La dieta può essere standard o personalizzata e può essere costruita in base a cicli giornalieri o settimanali.

**ALIMENTI BASE**

Il programma permette la memorizzazione e la stampa degli alimenti base, con l'indicazione del contenuto in calorie, proteine, zuccheri, grassi, principali vitamine e colesterolo.

**LA DIETA**

Il programma permette di memorizzare, ricercare e gestire, in maniera molto semplice e divertente, diete personalizzate e menu.

Consente di rilevare le caratteristiche alimentari dei piatti.

**TABELLE E ARCHIVI**

- Alimenti
- Piatti
- Diete e menu

**STAMPE**

- Elenco alimenti
- Elenco piatti
- Lista diete e menu