



Mes plaisirs de chaque jours

Transformez tous ce que vous aimez pour l'intégrer à votre quotidien, parfois il suffit d'adapter la recette, la portion, ect...

Plaisirs	Besoins journaliers
Pâtes à la bolognaise	Pates à la bolognaise MMCORPS + Haricots verts
Pizza	1/3 Pizza + salade endives

