

220 recettes minceur cookeo



220 recettes minceur cookeo

Vous trouverez ici un PDF qui fait suite au PDF 200 recettes cookeo [régime](#) minceur .Ce sont donc 20 recettes de plus qui sont chiffrées :

-en calories

- en smartpoints (selon le nouveau programme liberté) . Les smartpoints sont des points attribués aux aliments par la méthode weight watchers.

-en propoints : ancien chiffrage des points de la méthode weight watchers

Vous pouvez télécharger ce PDF en cliquant sur [l'image ou ICI](#)

