

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](#)

