



**Magiczny
Kraków**

Dietetyka w praktyce - portal dla seniorów

2013-04-19

Realizowany w ramach Rządowego Programu ASOS - Projekt „Zdrowa dojrzałość” oraz Akademia Dietetyki, polecają nowo utworzony interaktywny portal poświęcony zdrowemu odżywianiu. Każdy użytkownik, dzięki wielu kryteriom sortowania potraw sam znajdzie na portalu propozycje posiłków dla siebie, zgodnych z indywidualnymi potrzebami swojego organizmu.

Dzięki informacjom zamieszczonym na portalu można:

- skomponować dzienną dietę wg kaloryczności, zawartości konkretnych pożądaných składników odżywczych, witamin i minerałów,
- skorzystać z kalkulatora dietetycznego, pokazującego zawartość 20 składników odżywczych oraz procent pokrycia zapotrzebowania wg GDA.

Wszystkie przepisy są kontrolowane przez dietetyków i posortowane ze względu na:

- składniki takie jak: witaminy, składniki mineralne, kwasy tłuszczowe wielonienasycone,
- typ posiłków (śniadanie, obiad, deser, kolacja itd.),
- wskazania dla określonej diety (m.in. dla diabetyków, wysokobiałkowa, niskosodowa, odchudzająca, lekkostrawna, bezglutenowa itp.).

Każdy zalogowany użytkownik, będzie mógł:

- dołączać własne przepisy,
- komentować przepisy zamieszczone w serwisie.

Zapraszamy!

www.dietetykawpraktyce.pl

www.akademia.dietetyki.pl

Fundacja Rozwoju Kapitału Ludzkiego, Akademia Dietetyki

tel: 790 866 534; 603 866 547; 42 298 86 37

Biura Projektu:

- **ul. Jaracza 36b/3, 90-252 Łódź,**
- **al. Słowackiego 40/10, 30-018 Kraków.**

Projekt współfinansowany przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu Aktywizacji Społecznej Osób Starszych