




INSPIRATION ADJAPS ANDALI

Équilibres parfaits pour votre envie de détox et de bien-être !

 611 kcal	Protéines ✓ 23g	Lipides ✓ 28g	Glucides ✓ 66g
--	-------------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------

Couverture des besoins nutritionnels pour le déjeuner*

















75% protéines
57% glucides
100% lipides
100% Fibres
87% besoins en ÉNERGIE






60% protéines
53% glucides
100% lipides
100% Fibres
73% besoins en ÉNERGIE

*Une femme et un homme entre 18 & 34 ans & sédentaire

On vous veut du bien !

			 Vida' Bowl
Energie			
Protéines			
Sucres			
Bonnes graisses			

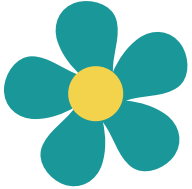
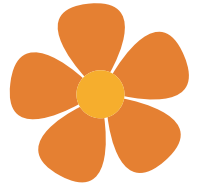
... & à la planète

			 Vida' Bowl
Bilan carbone	~3 kg CO ₂	~6 kg CO ₂	~0,7kg CO ₂
Bilan hydrique	~1800 L	~3 500 L	~700 L



VIDA'BOWL VITALITÉ!

Équilibres parfaits pour votre envie de détox et de bien-être !



Inspiration Adjaps Andali

Échappée géorgienne, pleine de soleil et de caractère.

Cajou

- ⊕ Apport en magnésium
- ⊕ Bonnes graisses insaturées

Polpette Douceur Corail

- ⊕ Apport protéines
- ⊕ Acides aminés essentiels

Aubergine

- 🍆 Antioxydants
- 🍆 Équilibre cholestérol

Kasha

- 🌾 Apport protéines
- 🌾 Riche en fibres Sans gluten



Tomate pelées

- 🍅 Contient du lycopène (antioxydant protecteur)
- 🍅 Contient des fibres

Lentilles corail

- 🍲 Apport protéines
- 🍲 Apport Fer IG bas

Patate douce

- 🍠 Riche en fibres
- 🍠 Source bêta-carotène
- 🍠 Énergie durable



PLATS À HAUTE VALEUR NUTRITIONNELLE
NOTRE INSPIRATION CUISINE: LE RÉGIME CRÉTOIS