EATracker

EATracker, ProfilAN en français, est un excellent outil développé et utilisé par les diététistes du Canada. Il s’agit d’un outil gratuit, rapide et facile à utiliser pour le public, qui permet d’analyser l’apport nutritionnel quotidien et la valeur nutritive des repas.

Comment ça marche?

1. Lors de l’analyse, de la création ou de la modification d’une recette, la base de données de l’application permet de choisir parmi une variété importante d’aliments entiers et transformés.

2. EATracker fournit une analyse des vitamines et minéraux présents par portion au sein d’une recette, ainsi que le nombre de portions pour chacun des groupes alimentaires du Guide alimentaire canadien.

3. Les données peuvent ensuite être comparées aux apports nutritionnels de référence, pour déterminer le pourcentage de valeur nutritionnelle quotidienne fourni par le repas.

En somme...

EATracker est un outil réellement efficace lorsque vient le temps de créer ou de modifier des recettes. Si vous souhaitez changer un ou plusieurs ingrédients, vous pouvez déterminer comment ces changements ont affecté la valeur nutritive de votre repas en un seul clic. L’ensemble des recettes peut être sauvegardé en ligne, et tous les employés ou les bénévoles de votre service de popote roulante peuvent y avoir accès! Vous n’avez qu’à créer un compte gratuit pour améliorer la valeur nutritionnelle de vos repas, et du même coup, la santé et le bien-être de vos clients.