



[Centrale pub pour tous les sites Internet - Faites connaitre votre entreprise, votre commerce!](#) :: Your Favorite Site

Réduire la consommation de glucides

<https://fr.block-carb.com/>

Les glucides se déclinent sous plusieurs formes, mais on se soucie surtout de faire la différence entre des glucides simples et industriels et ceux qui sont plus complexes et naturels dans le cadre d un régime. Vous pouvez trouver des glucides naturels et complexes dans les céréales, les fruits et légumes, le lait, les graines et les légumineuses.

Les glucides se déclinent sous plusieurs formes, mais on se soucie surtout de faire la différence entre des glucides simples et industriels et ceux qui sont plus complexes et naturels dans le cadre d un régime. Vous pouvez trouver des glucides naturels et complexes dans les céréales, les fruits et légumes, le lait, les graines et les légumineuses.

Date created: 04 01 2020