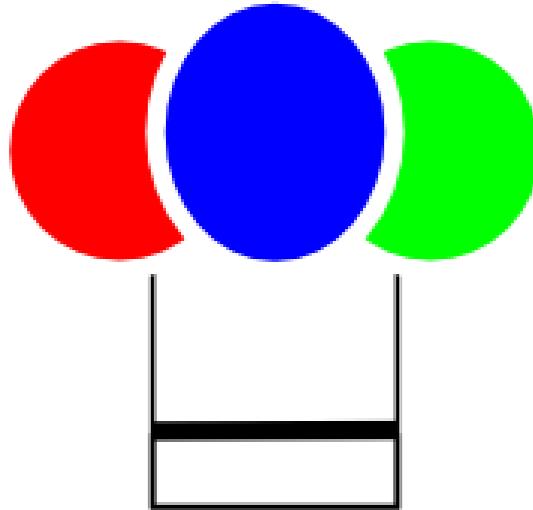
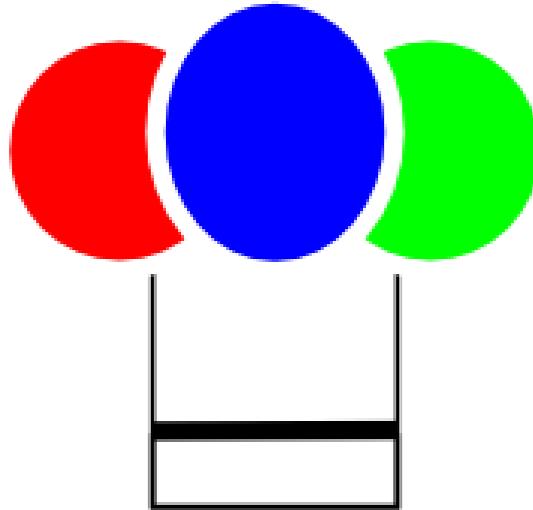


140.OBRIGADO
Cliente(Visitante identificado)



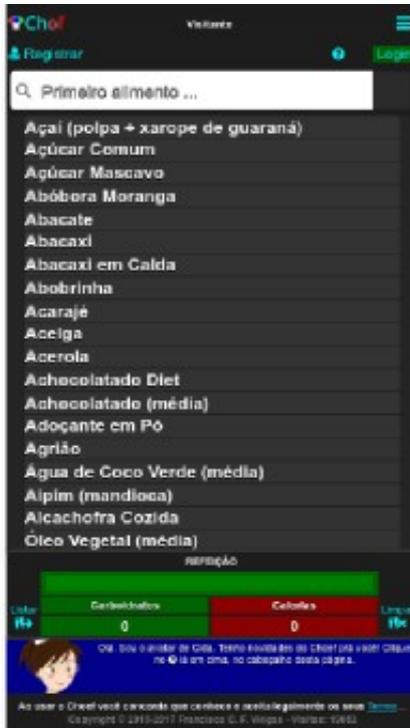
OBRIGADO POR SEU INTERESSE
NO CHOEF

000. Conte carboidratos
(Visitante anônimo)



CONTE

001. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



O Choef permite que qualquer **visitante**, identificado ou não, conte os carboidratos de suas refeições de maneira **fácil, prática e organizada**.

Vamos ver isto, contando carboidratos de um **café da manhã**:

- 1 fatia pequena de **melão**
- 1 copo de 200 ml de **suco de acerola com laranja**
- 100 ml de **leite de vaca integral**
- 100 ml de **café sem açúcar**
- 1 colher de sopa de **adoçante em pó**
- 1 colher de sopa de **adoçante em pó**
- 2 fatias de **pão de forma integral** (com 1 “ponta de faca” de **manteiga** passada *em cada fatia*)

Conte os carboidratos

001a. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



Antes de começar, assegure-se de que o **campo de filtragem de alimentos (A)** está com a cor de fundo **branca** aguardando o **Primeiro alimento** da refeição.

Se não estiver (estiver **verde** aguardando você **Incluir alimento**), é preciso **limpar** primeiro a refeição.

Na Home - page

1 **Limpe** a refeição

A) Toque no botão **Limpar**

Um diálogo de confirmação é aberto

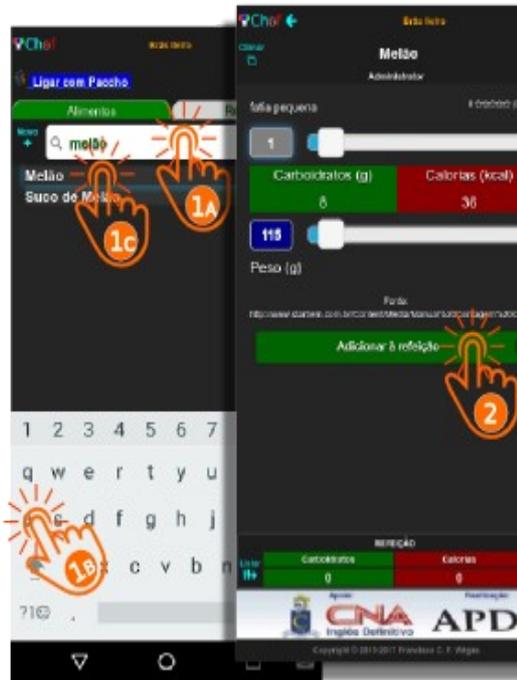
B) Toque no botão **Sim** do diálogo e **Confirme** que deseja limpar a refeição

(Você está começando uma nova **contagem**. **Verde** significa que já há algum alimento na refeição, o que **NÃO** deve acontecer ao se começar uma **contagem** nova)

002. Conte carboidratos (Visitante anônimo)

1 fatia pequena de **melão**

- 1) **Escolha** o alimento (**Melão**)
- 2) **Adicione** o alimento (**Melão**) à refeição



002a. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



1 fatia pequena de **Melão**

Na Home-Page

1. **Escolha** o alimento (**Melão**)

A) Toque no **campo de filtro de alimentos**

O teclado aparece na tela

B) Digite **melão** (não esqueça do til)

Só os alimentos que têm **Melão** no nome aparecem na lista
(se o teclado cobrir a lista, remova o teclado da tela)

c) Toque no nome do **alimento** **Melão** na lista

A tela muda para a **Tela do alimento** **Melão**

002b. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



1 fatia pequena de **melão**

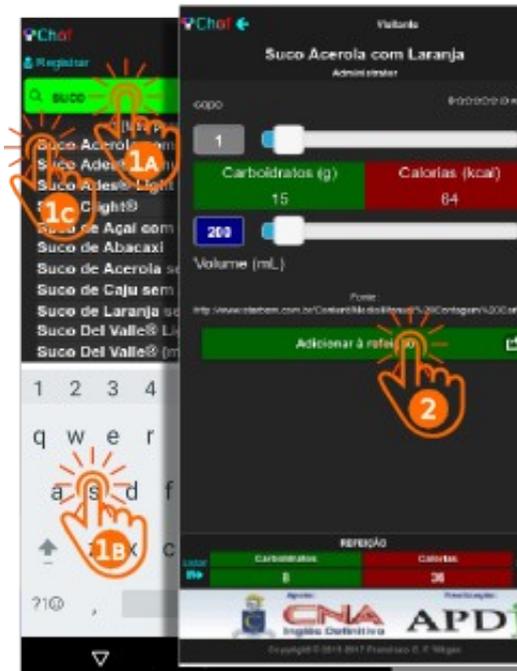
Na Tela do Alimento

2) **Adicione** o alimento (**Melão**) à refeição

Toque no botão **Adicionar à refeição**

O Chef adiciona **+1 fatia pequena de Melão** à refeição e volta para a **Home-Page**, onde exibe essa informação acima de lista de alimentos

003a. Conte carboidratos (Visitante Anônimo)



1 copo de 200 ml de **suco de acerola com laranja**

Na Home-Page

1. **Escolha** o alimento (**Suco Acerola com Laranja**)

A) Toque no **campo de filtro de alimentos**

Note que o campo agora está com fundo verde

O teclado aparece na tela

B) Apague **melão** e digite **suco** no campo

A **lista de sucos** do Choef aparece na lista

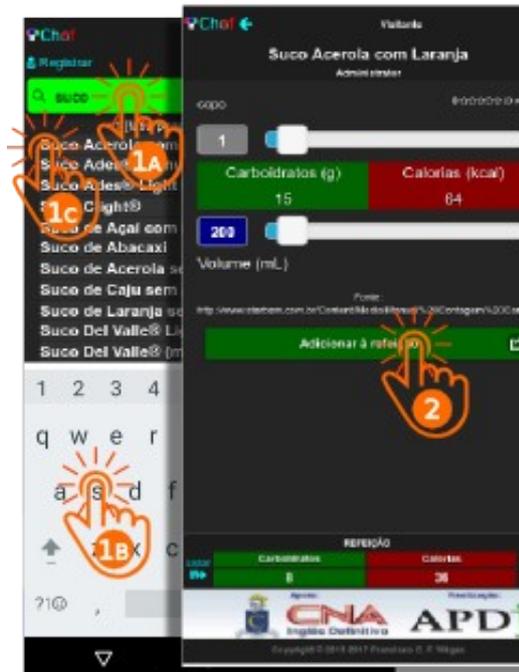
(se o teclado cobrir a lista, remova o teclado da tela)

C) Toque no nome do **alimento**

Suco Acerola com Laranja na lista

A tela muda para a **Tela do alimento** **Suco Acerola com Laranja**

003b. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



1 copo de 200 ml de **suco de acerola com laranja**

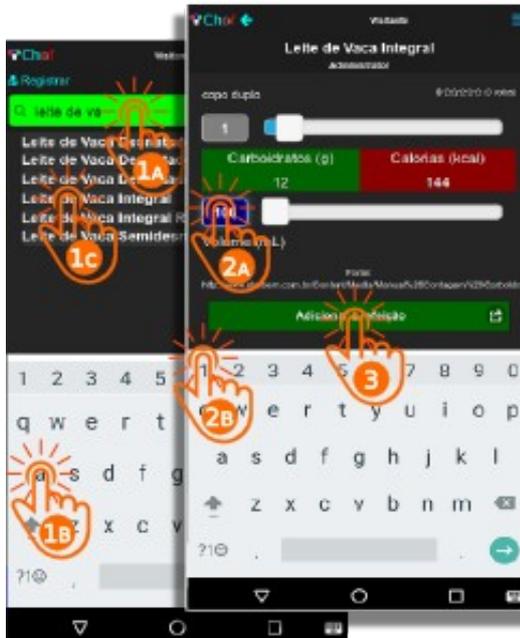
Na Tela do Alimento

2) **Adicione** o alimento (**Suco Acerola com Laranja**) à refeição

Toque no botão **Adicionar à refeição**

O Chef adiciona **+1 [copo] (200 mL)** de **Suco Acerola com Laranja** à refeição e volta para a **Home-Page**, onde exibe essa informação acima de lista de alimentos

004a. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



100 ml de **leite de vaca integral**

Na Home-Page

1. **Escolha** o alimento (**Leite de Vaca Integral**)

A) Toque no **campo de filtro de alimentos**

O teclado aparece na tela

B) Apague **suco** e digite **leite de va** no **campo**

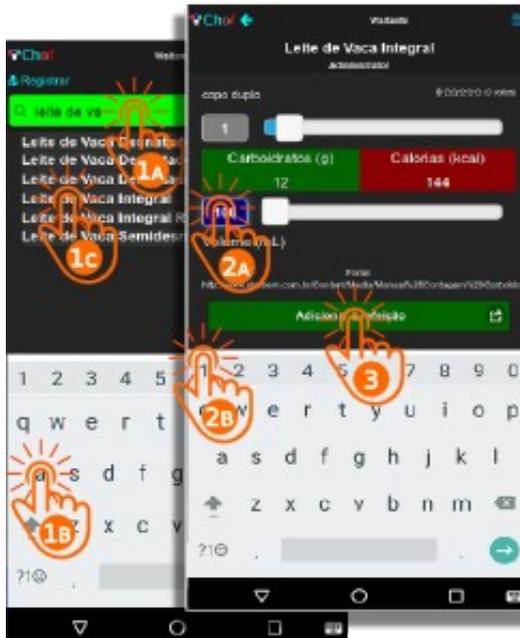
A **lista de leites de vaca** do Choef aparece na lista
(se o teclado cobrir a lista, remova o teclado da tela)

c) Toque no nome do **alimento**

Leite de Vaca Integral na lista

A tela muda para a **Tela do alimento** **Leite de Vaca Integral**

004b. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



100 ml de **leite de vaca integral**

Na Tela do Alimento

2. **Ajuste** o volume do alimento (**100** ml)

A) Toque no campo de **volume** do alimento

O teclado aparece na tela

B) Apague o **240** e digite **100** nesse **campo**

Os **valores** da quantidade de medidas, dos carboidratos e das calorias **ajustam-se** ao novo valor. Os **cursores** de volume e da quantidade de medidas também **ajustam-se** a ele.

(se o **teclado** cobrir o botão **Adicionar à refeição** remova-o da tela)

3. **Adicione** o alimento (**leite de vaca integral**) à refeição

Toque no botão **Adicionar à refeição**

O Chof **adiciona** **+0.42** [copo duplo] (100 mL) de **Leite de Vaca Integral** à refeição e volta para a **Home-Page**, onde exibe essa informação acima de lista de alimentos

005a. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



100 ml de **café sem açúcar**

Na Home-Page

1. **Escolha** o alimento (**Café sem Açúcar**)

A) Toque no **campo de filtro de alimentos**

O teclado aparece na tela

B) Apague **leite de va** e digite **caf** no **campo**

A o alimento **Café sem Açúcar** aparece na lista

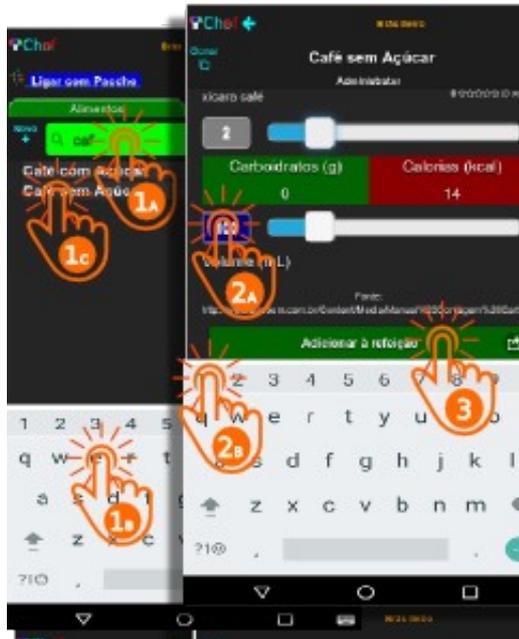
Note: se, em vez de **caf**, você digitar **cafe** (sem acento) não aparece nenhum café (com acento) na lista de alimentos

(se o teclado cobrir a lista, **remova** o teclado da tela)

c) Toque no nome do **alimento** **Café sem Açúcar** na lista

A tela muda para a **Tela do alimento** **Café sem Açúcar**

005b. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



100 ml de **café sem açúcar**

Na Tela do Alimento

2. **Ajuste** o volume do alimento (**100** ml)

A) Toque no campo de **volume** do alimento

O teclado aparece na tela

B) Apague o **50** e digite **100** nesse **campo**

Os **valores** da quantidade de medidas, dos carboidratos e das calorias **ajustam-se** ao novo valor. Os **cursores** de volume e da quantidade de medidas também **ajustam-se** a ele.

(se o **teclado** cobrir o botão **Adicionar à refeição** remova-o da tela)

3. **Adicione** o alimento (**Café sem Açúcar**) à refeição

Toque no botão **Adicionar à refeição**

O Choef **adiciona** **+2 [xícara café] (100 mL) de Café sem Açúcar** à refeição e volta para a **Home-Page**, onde exibe essa informação acima de lista de alimentos

006a. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



1 colher de sopa de **adoçante em pó**

Na Home-Page

1. **Escolha** o alimento (**Adoçante em Pó**)

A) Toque no X ao lado do **campo de filtro de alimentos** e **limpe o campo**

A lista completa dos alimentos volta à tela

B) Arraste a lista até que o nome do alimento **Adoçante em Pó** **apareça** na tela

c) Toque no nome do **alimento Adoçante em Pó** na lista

A tela muda para a **Tela do alimento Adoçante em Pó**

006b. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



1 colher de sopa de **adoçante em pó**

Na Tela do Alimento

2) **Adicione** o alimento (**Adoçante em pó**) à refeição

Toque no botão **Adicionar à refeição**

O Choef adiciona **+1 [colher sopa] (2 g)** de **Adoçante em pó** à refeição e volta para a **Home-Page**, onde exibe essa informação acima da lista de alimentos

007a. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



2 fatias de **pão de forma integral**

Na Home-Page

1. **Escolha** o alimento (**Pão de Forma Integral (média)**)
A) Toque no **campo de filtro de alimentos**

O teclado aparece na tela

B) Digite **pão** no **campo**

A **lista de pães** do Choef aparece na lista
(se o teclado cobrir a lista, remova o teclado da tela)

C) Toque no nome do **alimento**
Pão de Forma Integral (média) na lista

A tela muda para a **Tela do alimento** **Pão de Forma Integral**

007b. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



2 fatias de **pão de forma integral**

Na Tela do Alimento

2. **Ajuste** a quantidade do alimento (2)

A) Deslize o cursor de **medidas** do alimento até que a quantidade **2** apareça no visor

3. **Adicione** o alimento (**Pão De Forma Integral (média)**) à refeição

Toque no botão **Adicionar à refeição**

O Chof **adiciona +2 [fatia] (50 g) de Pão de Forma Integral (média)** à refeição e volta para a **Home-Page**, onde **exibe essa informação** acima de lista de alimentos

008a. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



2 “ponta de faca” de **manteiga**

Na Home-Page

1. **Escolha** o alimento (**Manteiga**)

A) Toque no **campo de filtro de alimentos**

O teclado aparece na tela

B) Apague **pão** e digite **manteiga** no **campo**

Só os alimentos que têm **Manteiga** no nome aparecem na lista
(se o teclado cobrir a lista, **remove** o teclado da tela)

C) Toque no nome do **alimento** **Manteiga** na lista

A tela muda para a **Tela do alimento** **Manteiga**

008b. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



2 “pontas de faca” de manteiga

Na Tela do Alimento

2. **Ajuste** a quantidade do alimento (2)

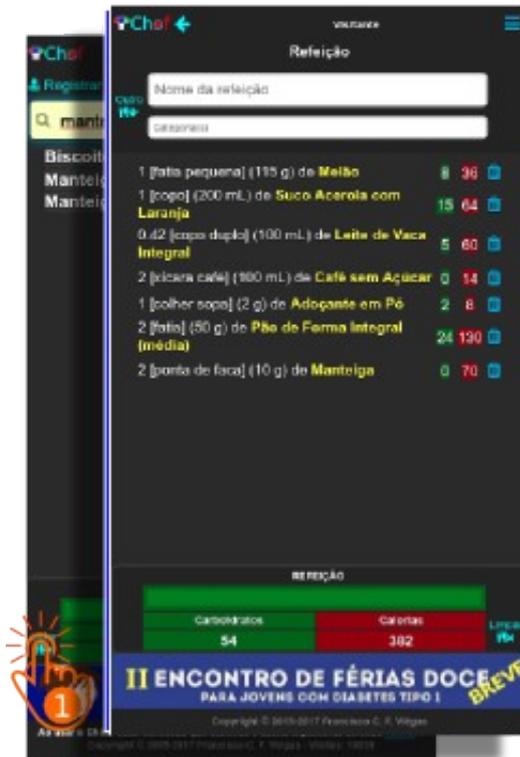
A) Deslize o cursor de **medidas** do alimento até que a quantidade **2** apareça no visor

3. **Adicione** o alimento (Manteiga) à refeição

Toque no botão **Adicionar à refeição**

O Choef adiciona **+2 [ponta de faca] (10 g)** de **Manteiga** à refeição e volta para a **Home-Page**, onde exibe essa informação acima de lista de alimentos

009. Conte carboidratos (Visitante anônimo)



PRONTO

Na Home-Page

1. Toque no botão **Listar**

A Tela de Listagem da Refeição aparece

Na Tela de Listagem da Refeição

Confira a listagem da refeição, os carboidratos (54g) e as calorias (302 kcal)

010. Troque carboidratos (Visitante anônimo)

The screenshot shows the Chof app interface. At the top, there's a search bar for 'Nome da refeição' and a category filter set to 'Café da Manhã'. Below this is a list of items with their quantities and nutritional values:

Item	Quantidade	Carboidratos	Calorias	Líquido (mL)
1 [fatia pequena] (115 g) de Melão	1	8	36	0
1 [copo] (200 mL) de Suco Acerola com Laranja	1	15	64	200
0.42 [copo duplo] (100 mL) de Leite de Vaca Integral	0.42	5	60	100
2 [decana café] (100 mL) de Café sem Açúcar	2	0	14	0
1 [colher sopa] (2 g) de Adoçante em Pó	1	2	8	0
2 [fatia] (50 g) de Pão de Forma Integral (média)	2	24	130	0
2 [ponta de faca] (10 g) de Manteiga	2	0	70	0

At the bottom, a summary bar shows: Carboidratos: 54, Calorias: 302, Líquido: 300 mL. Below the summary is a banner for 'II ENCONTRO DE FÉRIAS DOCE PARA JOVENS COM DIABETES TIPO 1 BREVE'.

Vamos ver como você pode **recontar** os carboidratos, se resolver **trocar melão** por **mamão** no seu **café da manhã**

- ~~1 fatia pequena de melão~~ (**remova**)
- 1 copo de 200 ml de **suco de acerola com laranja**
- 100 ml de **leite de vaca integral**
- 100 ml de **café sem açúcar**
- 1 colher de sopa de **adoçante em pó**
- 2 fatias de **pão de forma integral** (com 1 “ponta de faca” de **manteiga** passada *em cada fatia*)
- $\frac{1}{2}$ **unidade pequena de mamão papaya** (**adicione**)

Troque os alimentos

011. Troque carboidratos (Visitante anônimo)



Na Tela de Listagem do Alimento

1) **Remova** 1 [fatia pequena] (115 g) de **Melão**

A) Toque na **lixeirinha** à direita do **Melão**

Um diálogo é aberto solicitando que você **confirme** que quer **Remover Melão?**

B) Toque no botão **Sim** e **Confirme**

O Choef remove 1 [fatia pequena] (115 g) de **Melão** e reduz as quantidades correspondentes de carboidratos e calorias da refeição

2) Toque no **logotipo** do Choef, no cabeçalho da tela para retornar à **Home-Page**

Nota: Em qualquer **Tela** você pode tocar no logotipo do Choef, no cabeçalho, e retornar à **Home-Page**, cancelando assim qualquer ação futura naquela **Tela**. É desta forma que você **desiste** de qualquer ação, quando navegar para uma **Tela** por engano.

012. Troque carboidratos (Visitante anônimo)



Na Home-Page

3) Toque no campo de filtro de nome de alimento

O teclado aparece

4) Limpe e digite **mamão**

A lista é filtrada e o alimento **Mamão Papaya** aparece na Tela

5) Toque no alimento **Mamão Papaya**

A Tela do alimento **Mamão Papaya** aparece

Na Tela do Alimento

6) Toque no botão **Adicionar à refeição**

O Chof adiciona **+0.5 [unidade pequena] (135 g) de Mamão Papaya** à refeição e volta para a **Home-Page**, onde exibe essa informação acima de lista de alimentos

013. Troque carboidratos (Visitante anônimo)

PRONTO

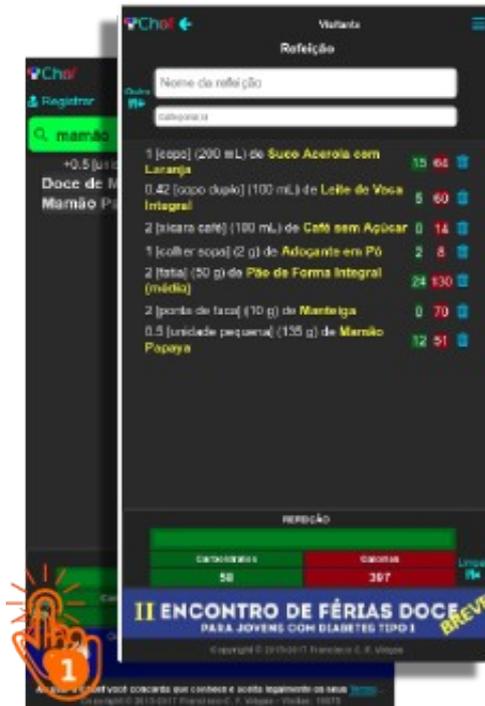
Na Home-Page

1. Toque no botão **Listar**

A Tela de Listagem da Refeição aparece

Na Tela de Listagem da Refeição

Confira a listagem da refeição, os carboidratos (58g) e as calorias (397 kcal)



010. Troque carboidratos (Visitante anônimo)



Vamos **recontar de novo** os carboidratos, resolvemos agora **trocar também** as 2 fatias de **pão de forma integral** por um pedaço grande de **cuscuz de milho** no seu **café da manhã** (cuscuz de milho **NÃO** consta da tabela padrão do Choef)

- 1 copo de 200 ml de **suco de acerola com laranja**
- 100 ml de **leite de vaca integral**
- 100 ml de **café sem açúcar**
- 1 colher de sopa de **adoçante em pó**
- ~~2 fatias de **pão de forma integral**~~ (**remove**)
(com 1 “ponta de faca” de **manteiga** passada *em cada fatia*)
- ½ unidade pequena de **mamão papaya**
- **1 pedaço grande de cuscuz de milho** (**adicione**)
(com 1 “ponta de faca” de **manteiga** passada *em cada lado*)

Troque os alimentos

015. Troque carboidratos (Visitante anônimo)



Na Tela de Listagem do Alimento

1) **Remova** 2 [fatia] (50 g) de **Pão de Forma Integral (média)**

A) Toque na **lixeirinha** à direita de 2 [fatia] (50 g) de **Pão de Forma Integral (média)**

Um diálogo é aberto solicitando que você **confirme** que quer **Remover Pão de Forma Integral (média)?**

B) Toque no botão **Sim** e **Confirme**

O Choef remove 2 [fatia] (50 g) de **Pão de Forma Integral (média)** e reduz as quantidades correspondentes de carboidratos e calorias da refeição

016. Troque carboidratos (Visitante anônimo)



Você quer agora **acrescentar** Cuscuz de Milho à sua refeição. Não adianta voltar à Home-page e procurar na lista pois não há **Cuscuz de milho** na lista padrão de alimentos do Choef.

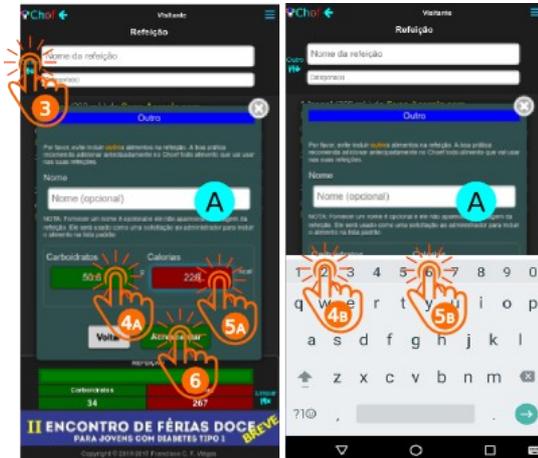
Entretanto, uma pesquisa na internet informa que no endereço

www.dietaesaude.com.br/dietas/alimentos/1756-cuscuz-de-milho-cozido-com-sal?q=cenoura

você irá encontrar as informações que deseja sobre este alimento: carboidratos: **50.6** g calorias: **226** kcal em um **Pedaço grande** que pesa **200** g (algum cálculo é necessário para chegar a este valor do peso de um pedaço grande).

Vamos ver como **Acrescentar** este *outro* alimento à refeição, no Choef

017. Outros carboidratos (Visitante anônimo)



Na Página de Listagem do Alimento

3) Toque no botão **Quero**

Um diálogo é aberto para que você digite as informações do alimento que não consta da lista do Choef e o adicione à refeição

No Diálogo

4) Informe os **carboidratos**

A) Toque no campo de **carboidratos**

O teclado aparece

B) Digite a quantidade de **carboidratos** **50,6**

5) Informe as **calorias**

(se o teclado cobrir o campo de calorias, remova-o)

A) Toque no campo de **calorias**

(se o teclado tiver sido removido, ele reaparece)

B) Digite a quantidade de **calorias** **226**

(Se o teclado cobrir o botão **Acrescentar**, remova-o)

6) Toque no botão **Acrescentar**

O Choef acrescenta o alimento à refeição.

018. Outros carboidratos (Visitante anônimo)

Choef

Visitante

Refeição

Nome da refeição

Categoria

1 [copo] (200 mL) de Suco Acerola com Laranja	15	64
0.42 [copo duplo] (100 mL) de Leite de Vaca Integral	5	60
2 [licora café] (100 g) de Café sem Açúcar	0	14
1 [colher sopa] (2 g) de Adoçante em Pó	2	8
2 [pontas de faca] (10 g) de Manteiga	0	70
0.5 [unidade pequena] (135 g) de Mamão Papaya	12	51
Outro (A)	50.6	226

Refeição

Carboidratos	Calorias
84.6	493

II ENCONTRO DE FÉRIAS DOCE PARA JOVENS COM DIABETES TIPO 1

Copyright © 2015-2017 Fundação G. F. Moraes

PRONTO

confira a listagem da refeição, os carboidratos (84,6g) e as calorias (493 kcal)

Na listagem o alimento aparecerá sempre como **Outro (A)**.

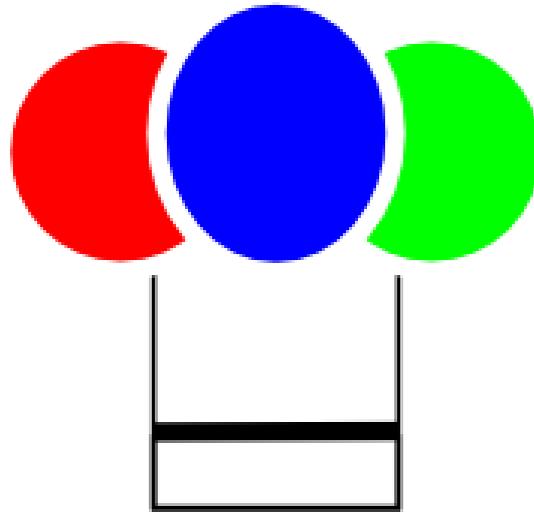
No próprio diálogo de adição de **outro** alimento, o Choef **recomenda** que você **evite** acrescentar **outro**s alimentos à refeição por **não** ser **boa prática**.

Por favor, evite incluir **outros** alimentos na refeição. A boa prática recomenda adicionar antecipadamente no Choef todo alimento que vai usar nas suas refeições.

Adicionar **outro** alimento – um que não consta da lista padrão de alimentos do Choef - à refeição, no entanto, **não** é um procedimento deletério. Apenas, **não** é **a Boa Prática**. Porém, **a** Boa Prática só está disponível para **Cientes** (visitantes **identificados**) do Choef. Os visitantes **anônimos** *precisam* continuar usando a inclusão de **outro**s alimentos ao contar carboidratos em suas refeições.

Nota: Você pode incluir tantos **outro**s alimentos quantos quiser, numa refeição, sempre que não os encontrar na lista do Choef, usando para iso o procedimento mostrado aqui. Todos aparecerão rotulados como **outro** na listagem da refeição, **mesmo se você lhe deu um nome**. O nome (opcional) que você lhe der vai ser usado como uma **sugestão** ao administrador do Choef para que o inclua na lista padrão.

030.Registre-se
(Visitante anônimo)



REGISTRE

031. Registre-se Visitante anônimo



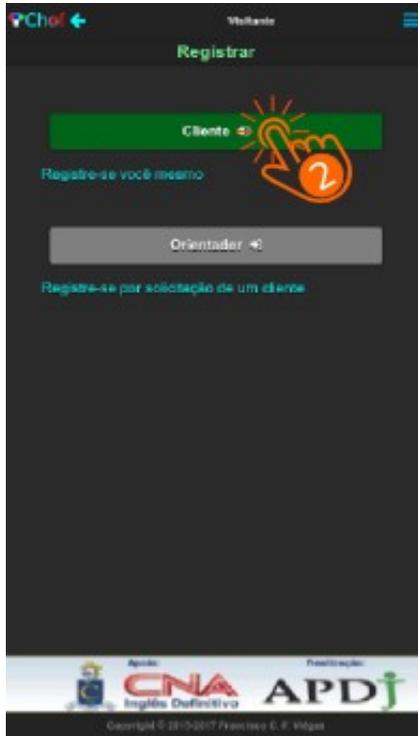
Para se tornar, de um **Visitante anônimo** em um **Cliente** (um **Visitante identificado**) e passar a usar os recursos adicionais oferecidos pelo Choef aos **Clientes** que dele façam uso, a primeira coisa que é preciso fazer é **registrar-se**.

Na Home - Page

1) **Toque (tap)** em **Registrar**.

A tela muda para a **Tela de Escolha da Categoria de Registro**

032. Registre-se Visitante anônimo



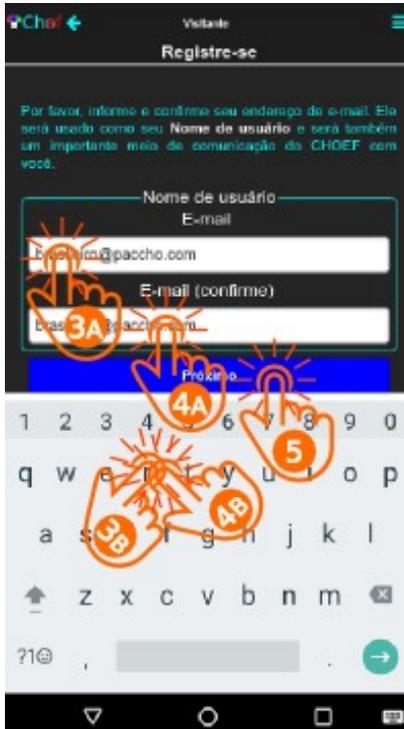
Escolha registrar-se como **Cliente** (Visitante Identificado)

Nota: Só a um **médico especialista** é permitido registrar-se como **Orientador** e o Chof exigirá a **indicação** feita por um **Cliente** registrado (**Visitante identificado**) para aceitar um registro nesta categoria. (*em outras palavras: o Cliente é quem elege o Orientador do seu tratamento*)

Na Tela de Escolha da Categoria do Registro
2) Toque (tap) no botão **Cliente** .

A tela muda para a **Tela de Início do Registro de Cliente**

033. Registre-se Visitante anônimo



Na Tela de Início do Registro de Cliente

3) Informe seu endereço de e-mail.

A) Toque no *campo de informação do nome de usuário*

O teclado aparece

B) Digite seu endereço de e-mail

Este endereço de e-mail será usado como seu **Nome de usuário** e este e-mail será um importante meio de comunicação do Choef com você

(Se o teclado cobrir o campo de confirmação de nome de usuário, remova-o da tela)

4) Confirme seu endereço de e-mail

A) Toque (tap) no *campo de confirmação do nome de usuário*

Se o teclado tiver sido removido, ele reaparece

B) (Re)digite o seu endereço de e-mail.

A digitação repetida tem por objetivo detectar erros de digitação do endereço de e-mail. *Por favor, evite usar o recurso de copiar-colar nesta operação pois tal procedimento prejudicará este objetivo*

(Se o teclado cobrir o botão **Próximo**, remova-o da tela)

5) Toque (tap) no botão **Próximo**.

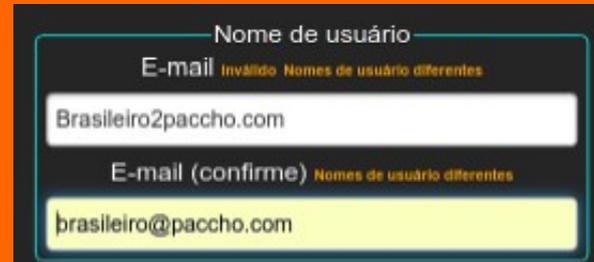
A tela muda para a **Tela de Confirmação de E-mail**

033e. Registre-se Visitante anônimo



Se alguma **irregularidade** impedir o prosseguimento normal da operação, ao se acionar o botão **Próximo** um diálogo de **Aviso** é emitido. Normalmente, a mensagem constante desse diálogo é suficientemente esclarecedora da causa do impedimento, porém, em alguns casos, ela é genérica e requer que você observe **mensagens adicionais** em **laranja**, emitidas normalmente junto ao rótulo do campo onde está a irregularidade.

4) Feche o aviso e observe:



E-mail **inválido** "2" em lugar de "@" (formato inválido)

Nomes de usuário diferentes (1a letra maiúscula e "2" por "@")

Conserte os erros e **toque** de novo no botão **Próximo**

034. Registre-se Visitante anônimo



Abra sua conta de e-mail, encontre um e-mail com o texto como o exibido abaixo e

- 6) **Transfira** o **Código de verificação (A)** para o campo correspondente **(B)** na **Tela de Confirmação de E-mail**

Nota: Neste caso, pode usar **sem prejuízo** o recurso copiar-colar

noreply@paccho.com por host374.hostmonster.com
Olá,

Você está recebendo este e-mail porque iniciou o procedimento do seu registro de usuário do CHOEF. Para concluir o seu registro, precisamos estabelecer um canal adequado para automatizar o atendimento de algumas de suas eventuais questões futuras. Para nos assegurar de que seu e-mail é este canal, estamos enviando um Código de Verificação que você deverá usar ao dar continuidade ao seu procedimento de registro.

Caso você não tenha iniciado este procedimento, por favor, ignore este e-mail.

Código de verificação: kBGpRpCDXi **(A)**

Atenciosamente

Choef - O chef dos carboidratos

*** Este é um e-mail gerado automaticamente, por favor não responda.***

- 7) **Toque no botão** **Próximo**

A tela muda para a **Tela de Registro**

035. Registre-se Visitante anônimo

The screenshot shows a mobile registration form titled "Registre-se" (Register) with the subtitle "Preencha o formulário com os seus dados e adicione o botão Registrar ao final do formulário." (Fill out the form with your data and add the Register button at the end of the form). The form fields are:

- Nome** (Name): "Brás Iheiro" (labeled with a blue circle 'A').
- Nome de usuário** (Username): "brasileiro@paccho.com".
- E-mail** (Email): "brasileiro@paccho.com".
- E-mail (confirme)** (Email confirm): "brasileiro@paccho.com".
- Senha** (Password): "XXXXXXXXXX" (labeled with a blue circle 'B').
- Senha (confirme)** (Password confirm): "XXXXXXXXXX" (labeled with a blue circle 'C').

Below the form is a keyboard with a hand icon pointing to the number '8' key.

Na Tela de Registro

8) **Inicie o preenchimento das informações de registro no formulário:**

Nome completo do usuário (**A**)

Senha do usuário (**B**)

(Mínimo de 8 dígitos, sendo pelo menos 1 letra maiúscula, pelo menos 1 letra minúscula e pelo menos 1 número))

Senha do usuário (confirmação) (**C**)

Esta confirmação objetiva detectar eventuais erros de digitação. Por favor, evite copiar-colar pois isto prejudica o objetivo da confirmação)

- continua -

036. Registre-se Visitante anônimo

The image shows a mobile registration form with the following fields and annotations:

- Senha (continue):** A password field with a red circle 'C' next to it.
- E-mail alternativo:** A field containing 'brasileiro@gmail.com' with a red circle 'D' next to it.
- E-mail (confirme):** A field containing 'brasileiro@gmail.com' with a red circle 'E' next to it.
- País:** A dropdown menu showing 'Brazil' with a red circle 'F' next to it.
- Linguagem:** A dropdown menu showing 'Português-BR' with a red circle 'G' next to it.

At the bottom, there is a green 'Registrar' button. Two red hand icons with numbers '8' and '9' are pointing to the keyboard area below the button.

8) Continue o preenchimento das informações de registro no formulário

- continuação -

(Se o teclado ocultar **algum dos campos**, remova-o da tela. Ao tocar em **algum dos campos**, o teclado removido reaparecerá)

E-mail alternativo (D)

Opcional – pode deixar em branco – Este endereço de e-mail destina-se a oferecer um canal alternativo de comunicação, no caso de indisponibilidade do e-mail usado como nome de usuário)

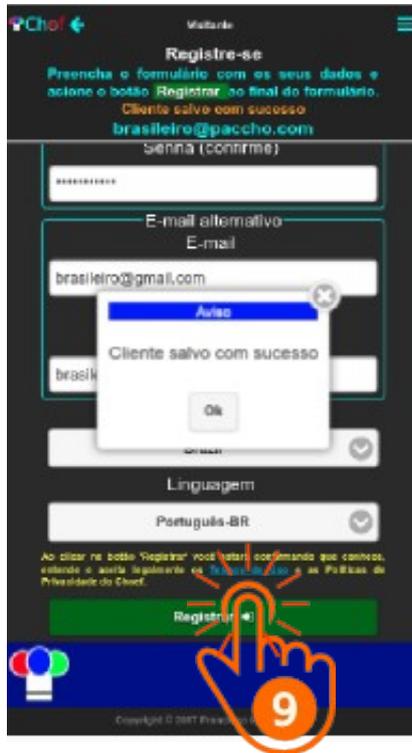
E-mail alternativo (Confirmação) (E)

(Esta confirmação objetiva detectar eventuais erros de digitação. Por favor, evite copiar-colar pois isto prejudica o objetivo da confirmação)

País (F)(escolha)

Linguagem (G)(escolha)

037. Registre-se Visitante anônimo



(Se o teclado ocultar o botão **Registrar**, remova-o da tela)

9) **Toque (tap)** no botão **Registrar**

O **Aviso** exibido com a mensagem **“Cliente salvo com sucesso”** indica que o seu registro de Cliente foi completado com sucesso

037e. Registre-se Visitante anônimo

Chool Visitante

Registre-se

Preencha o formulário com os seus dados e ative o botão Registrar ao final do formulário.
Cliente não foi salvo
brasileiro@paccho.com

E-mail alternativo
E-mail brasileiro@gmail.com

Cliente não foi salvo
Ok

Linguagem
Português-BR

Registrar

Copyright © 2017 Paccho. R. P. Vilgas

Se a mensagem do diálogo de aviso não for “*Cliente salvo com sucesso*” e não esclarecer bem o que ocorreu, por favor, feche o diálogo e verifique junto aos rótulos dos campos as **mensagens em laranja** (A) para elucidar a razão do insucesso.

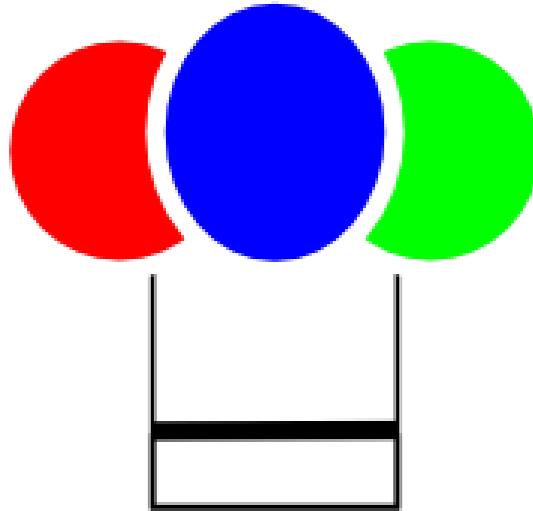
Se o campo de **Nome** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher), deixou com menos de 3 ou mais de 64 dígitos, ou deixou algum caráter não alfabético e nem numérico no meio do texto,

Se um campo de **e-mail** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher), deixou um caráter em branco no meio do texto ou se o formato não é de um e-mail (falta “@”, por exemplo) .

Se um campo de **senha** for **inválida**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher) ou deixou com menos de 8 dígitos, deixou algum caráter em branco ou não alfabético e nem numérico no meio do texto, se deixou de incluir uma letra maiúscula, deixou de incluir uma letra minúscula ou deixou de incluir um número.

Corrija o(s) erro(s) e clique outra vez no botão **Registrar**.

040. Identifique-se
(Visitante anônimo)



IDENTIFIQUE

041. Identifique-se Visitante registrado

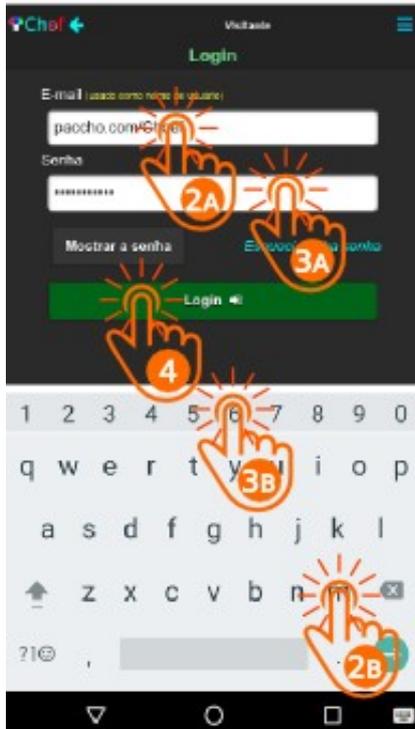


Agora que você já está registrado no Choef, basta **identificar-se** (fazer **Login**) para se tornar, de um **Visitante anônimo** num **Cliente** (um **Visitante identificado**) e poder usar os recursos adicionais oferecidos pelo Choef aos seus **Cientes**.

Na Home - Page

- 1) Toque (tap) em **Login**.

042. Identifique-se Visitante anônimo



Na tela de identificação (Login)

2) Informe o nome de usuário

A) Toque (tap) no campo de informação do nome de usuário

O teclado aparece na tela

B) Digite o seu endereço de e-mail

(se o teclado cobrir o campo de informação da senha, remova-o)

3) Informe a sua senha

A) Toque (tap) no campo de informação da senha

Se o teclado tiver sido removido, ele reaparece na tela

B) Digite a sua senha

(se o teclado cobrir o botão **Login**, remova-o)

4) Toque (tap) no botão **Login**

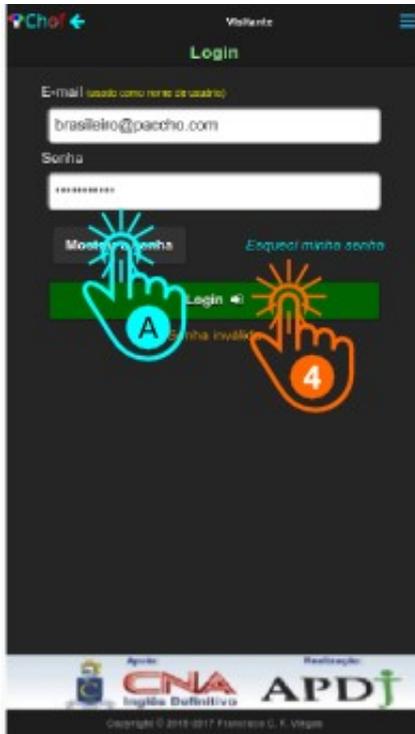
Nota: Se o seu navegador estiver configurado para armazenar senhas, ele indagará se você quer **salvar** a senha (e o nome de usuário) que você acabou de fornecer. **Aceite** salvar, pois isto facilitará seus próximos acessos ao Chef.

043. Identifique-se Visitante registrado



O choef processa a requisição de **Login** e, se tudo correr bem, retorna à página inicial (Home-Page) onde o **nome completo** que você forneceu ao se **registrar** no Choef (**A**) **Brás lleiro** substitui a denominação genérica **visitante** dos **visitantes** não identificados. Doravante, isto acontecerá em todas as telas durante esta sessão de uso do Choef, uma vez que você é agora um **visitante identificado**

044. Ooops! Visitante registrado



Se for emitido um diálogo de **aviso** com uma **mensagem de erro**, por favor, feche o diálogo e verifique a razão do insucesso.

Se o campo de **e-mail** for um **Nome inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher), deixou um caráter em branco no meio do texto ou se o formato não é de um e-mail (falta "@", por exemplo).

Se o campo de **senha** contiver uma **Senha inválida**, toque em **Mostrar a senha** (A) e verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher) ou com menos de 8 dígitos, deixou algum caráter em branco ou não alfanumérico no meio do texto, se deixou de incluir uma letra maiúscula, deixou de incluir uma letra minúscula ou deixou de incluir um número.

Nota: Um toque em **Mostrar a senha**, exibe o **texto da senha** por 20 segundos ou até que haja um novo toque no botão **Ocultar a Senha** que substitui o botão **Mostrar a senha** nesse período.

4) **Corrija** o(s) erro(s) e clique outra vez no botão **Login**

045. *Esqueci a minha senha* Cliente (Visitante identificado)



Se você não consegue fazer Login porque não lembra com certeza da sua **senha**,

1) **Informe** seu e-mail (seu nome de usuário)

A) **Toque** no campo de informação do nome de usuário

O teclado aparece

B) Digite seu e-mail (seu nome de usuário)

2) **Toque em** **Esqueci minha senha**

O Choef enviará sua senha para o e-mail informado

noreply@paccho.com por `host374.hostmonster.com`
Olá,

Você está recebendo este e-mail pois solicitou um lembrete para sua senha de acesso ao Choef (paccho.com/Choef).

Caso você não tenha feito esta solicitação, por favor, ignore este e-mail.

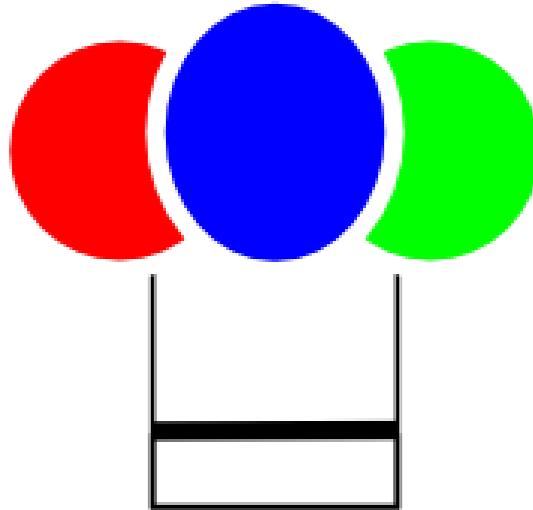
Sua senha: Senha123456

Atenciosamente

Choef - O chef dos carboidratos

*** Este é um e-mail gerado automaticamente por favor não responda.***

050.Novo alimento
Cliente(Visitante identificado)



ADICIONE

051. Novo alimento Cliente (Visitante identificado)



Agora que você já se identificou, já pode **adicionar alimentos** à sua lista de alimentos no Choef

Vamos acrescentar **Suco de limão** que você encontra na Internet no endereço:

www.fatsecret.com.br/calorias-nutricao/genérico/suco-de-limão?portionid=1137126&portionamount=300,000

Na Tela Inicial (Home-page) do Choef

1) Toque no botão **Novo**.

A tela muda para a **Tela de inclusão de Novo Alimento**

052. Novo alimento Cliente (Visitante identificado)

Novo alimento
Item com selo/não selo e brigada rice

Nome do alimento *
Suco de limão

Medida caseira *
Copo

Porção: *
Medidas * 1 Volume * 300 g/ml * ml

Carboidratos * 26,7 Calorias * 77 kcal

Fonte *
www.fatsecret.com.br

Compartilhar *
não compartilhar

Avançado

Salvar

Limpar

Analisar

Copyright © 2015-2017 FatSecret S. C. P. V0244

Se você deseja acrescentar **Suco de limão** que encontrou na Internet no endereço:

www.fatsecret.com.br/calorias-nutricao/genérico/suco-de-limão?portionid=1137126&portionamount=300,000

Na Tela de inclusão de Novo Alimento

2) **Toque e digite** nos campos do formulário:

- A) **Nome do alimento** Suco de limão ;
- B) **Nome da Medida caseira** Copo ;
- C) **Quantidade de Medidas caseiras de 1 Porção** 1 ;
- D) **peso** ou **volume** de 1 **Porção** 300 ;
- E) (**Escolha**) a unidade **g/ml** de medida da **Porção** ml ;
- F) **Carboidratos** em 1 **Porção** 26,7 em g ;
- G) **Calorias** em 1 **Porção** 77 em kcal;
- H) **Fonte** das informações www.fatsecret.com.br ou www.fatsecret.com.br/calorias-nutricao/genérico/suco-de-limão?portionid=1137126&portionamount=300,000;

3) **Toque** no botão **Salvar**

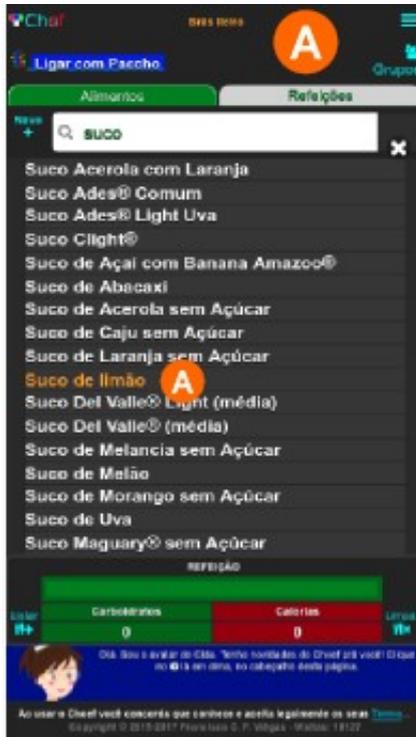
053. Novo alimento Cliente (Visitante identificado)



O **Aviso** com a mensagem **Alimento salvo com sucesso** indica que o alimento foi incluído na **sua** lista de alimentos de Cliente(Visitante identificado) do Choef

4) Toque em ok, fechando o **Aviso** e navegando para a Tela Inicial (Home-Page) do Choef

054. Novo alimento Cliente (Visitante identificado)



Na Tela inicial (Home-Page)
Toque e Digite **suco** no campo de filtragem
dos nomes de alimentos

Observe na lista o alimento **Suco de limão**(A) na mesma cor do nome do cliente **Brás Illeiro**(A), no cabeçalho da página. Esta cor destacará todos os alimentos da lista que forem ali incluídos pelo visitante identificado.

Nota: Você pode incluir até **30 alimentos** na sua lista. Se desejar incluir mais do que esta quantidade, entre em contato com o *Adminitstrador* do Choef, que poderá alterar esta quantidade para 120 alimentos ou até memo para uma quantidade ilimitada.

055. Novo alimento Cliente (Visitante identificado)



Se a mensagem do diálogo de **Aviso** não for **Alimento salvo com sucesso** e não esclarecer bem o que ocorreu, por favor, feche o diálogo e procure junto aos rótulos dos campos as **mensagens em laranja** para elucidar a razão do insucesso.

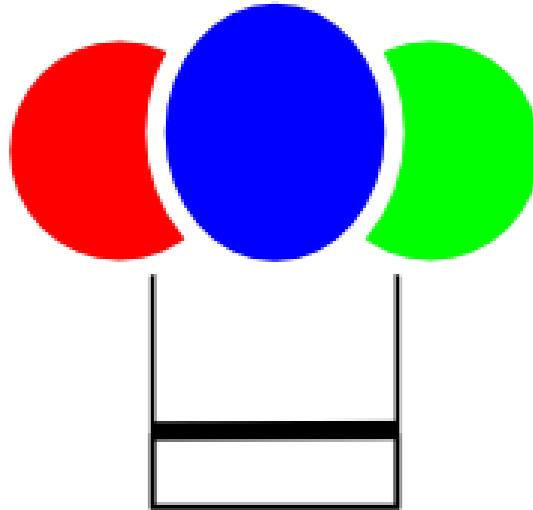
Se o campo de **Nome do alimento** e/ou de **Medida caseira** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher), deixou com menos de 3 ou mais de 64 dígitos, ou deixou algum carácter não alfabético e não numérico no meio do texto,

Se um campo de **Medidas** e/ou **peso (ou volume)** e/ou **Carboidratos** e/ou **Calorias** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher) ou digitou ali algo que não é *apenas* um **número** decimal.

Se o campo de **Fonte** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher).

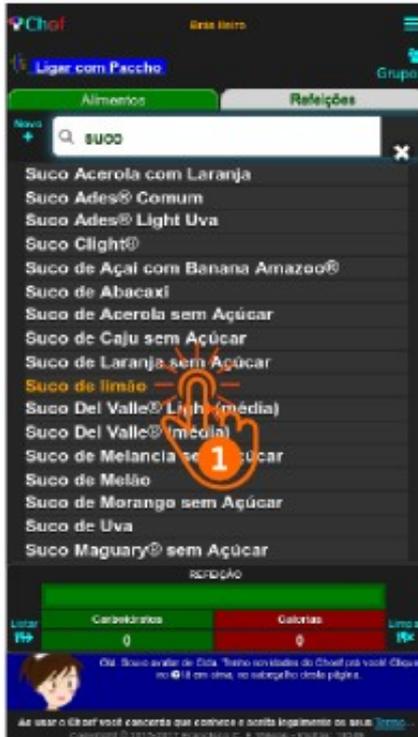
Corrija o(s) erro(s) e toque outra vez no botão **Salvar**

060.Altere alimento
Cliente(Visitante identificado)



ALTERE

061. Edite um alimento Cliente (Visitante identificado)



A qualquer momento e por uma razão qualquer, você pode desejar **substituir** o **Suco de limão** incluído na sua lista, que você encontrou na Internet no endereço:

www.fatsecret.com.br/calorias-nutricao/genérico/suco-de-limão?portionid=1137126&portionamount=300.000

por uma **Limonada (suco de limão) sem açúcar** que você mais tarde encontrou na Internet no endereço:

www.dietaesaude.com.br/dietas/alimentos/503-limonada-suco-de-limão-sem-açúcar?q=mel

cujas características mais se assemelham às do alimento que você costuma usar.

Na página Inicial (Home-Page)

- 1) **Encontre e toque** (tap) no (ou ao lado do) nome do alimento **Suco de Limão** que você deseja **substituir** na lista de alimentos do Choef.

A tela muda para a **Tela do alimento**

062. Edite um alimento Cliente (Visitante identificado)



- Na página do Alimento
- 2) Toque (tap) no botão **Editar dados**

A tela muda para a **Tela de Edição**

Nota: O botão **Editar dados** só estará presente nas páginas dos alimentos incluídos na lista por **você** (o **Visitante Identificado**)

063. Edite um alimento Cliente (Visitante identificado)

Nome do alimento *

Limonada (suco de limão) sem açúcar

Medida caseira *

Copo

Porção:

Medidas * Volume * g/ml *

1 300 ml

Carboidratos * Calorias *

15.3 g 60 kcal

Fonte *

/503-limonada-suco-de-limao-sem-acucar?e=mel

Compartilhar *

não compartilhar

Avançado

Alterar Cancelar

Alterado

Copyright © 2012-2017 FatSecret C. P. Ltda.

Na Tela de Edição

3) **Toque e digite** nos seguintes campos do formulário:

A) **Nome do alimento** **apague** Suco de limão e **digite** Limonada (suco de limão) sem açúcar ;

B) **Carboidratos** de 1 **Porção** **apague** 26.7 e **digite** 15.3 em g ;

C) **Calorias** de 1 **Porção** **apague** 77 e **digite** 60 em kcal;

D) **Fonte** das informações **apague** fatsecret.com.br e **digite** www.dietaesaude.com.br

4) **Toque** no botão **Alterar**

064. Edite um alimento Cliente (Visitante identificado)



No diálogo **Confirme**

- 4) Toque no botão **sim**, fechando o diálogo, e assim **Confirme** que deseja **Alterar Limonada (suco de limão) sem açúcar**

Atenção! as alterações realizadas quando você **edita** um alimento terão efeito em **todas** as refeições já salvas em que o alimento **foi** usado. Isto significa que **todas as refeições salvas** que continham **suco de limão** passarão a conter **Limonada (suco de limão) sem açúcar**, embora com as quantidades originais de carboidratos e calorias de **suco de limão** com que a refeição foi *guardada*.

Note o poder da edição de um alimento. Você pode, não só alterar a **características** do alimento, como a sua própria **identidade**, "transformando" um alimento em outro.

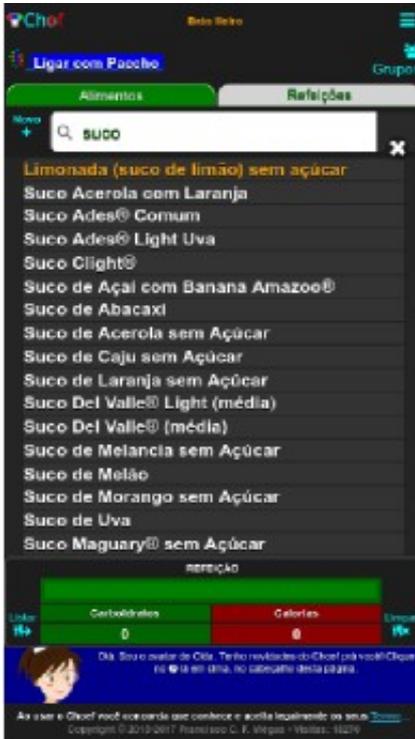
065. Edite um alimento Cliente (Visitante identificado)



O **Aviso** com a mensagem **Alimento atualizado com sucesso** indica que o alimento foi **substituído** na **sua** lista de alimentos de **Cliente** (Visitante identificado) do Choef

5) Toque em **ok**, fechando o **Aviso**, navegando para a Página Inicial (Home-Page) do **Choef** e encerrando o procedimento

066. Edite um alimento Cliente (Visitante identificado)



Na página inicial (Home-Page)

Digite suco no campo de filtragem dos nomes de alimentos para **verificar** a **substituição** do alimento

Verifique que o alimento **Suco de limão**, antes listado na mesma cor do nome do cliente, no cabeçalho da página, **não está mais na lista**. Por outro lado, o alimento **Limonada (suco de limão) sem açúcar** aparece ali.

067. Edite um alimento (Oops!) Cliente (Visitante identificado)



Se a mensagem do diálogo de **Aviso** não for **Alimento atualizado com sucesso** e não esclarecer bem o que ocorreu, por favor, feche o diálogo e verifique junto aos rótulos dos campos as **mensagens em laranja** para elucidar a razão do insucesso.

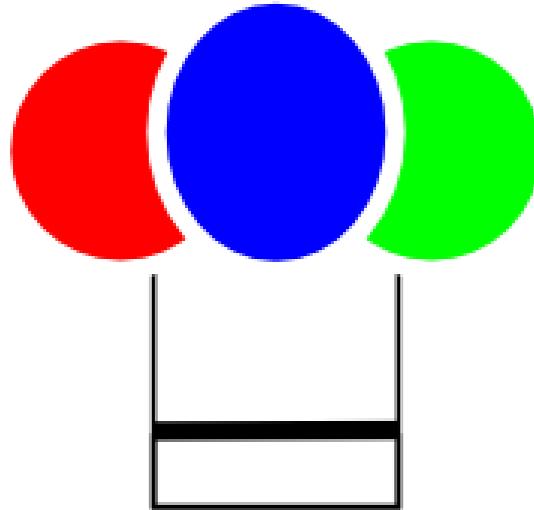
Se o campo de **Nome do alimento** e/ou de **Medida caseira** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher), deixou com menos de 3 ou mais de 64 dígitos, ou deixou algum caráter não alfabético ou não numérico no meio do texto,

Se um campo de **Medidas** e/ou **peso (ou volume)** e/ou **Carboidratos** e/ou **Calorias** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher) ou digitou ali algo que não é *apenas* um **número** decimal.

Se o campo de **Fonte** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher) .

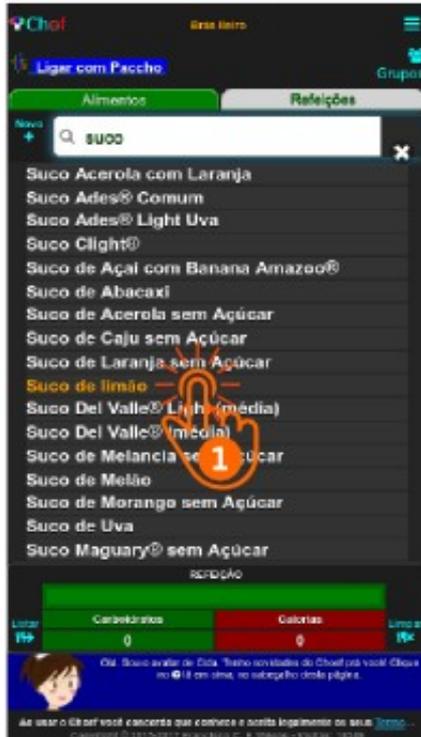
Corrija o(s) erro(s) e clique outra vez no botão **Alterar**

055.Remova alimento
Cliente(Visitante identificado)



REMOVA

056. **Remova** um alimento Cliente (Visitante identificado)



A qualquer tempo e por qualquer razão, **você** poderá **remover** da lista do Choef qualquer um dos alimentos que **você mesmo** incluiu nela:

Na Tela Inicial (Home-Page)

- 1) **Encontre** e toque (tap) no (ou ao lado do) nome do alimento **Suco de Limão** que você deseja **remover** da lista de alimentos do Choef.

A tela muda para a **Tela do alimento**

057. **Remove** um alimento Cliente (Visitante identificado)



Na Tela do Alimento
2) **Toque** (tap) no botão **Editar dados**

A tela muda para a **Tela de Edição**

Nota: O botão **Editar dados** só estará presente nas páginas dos alimentos incluídos por **você** (o **Visitante Identificado**)

058. **Remova** um alimento Cliente (Visitante identificado)



Na Tela de Edição

3) **Toque (tap)** no botão **Remover**

Um diálogo de confirmação é aberto

4) **Toque** no botão **Sim** do diálogo e **Confirme** que deseja **Remover Limonada (suco de limão) sem açúcar**

Atenção!: a remoção do alimento terá efeito em **todas** as refeições já salvas em que o alimento foi usado. Isto significa que **todas as refeições salvas** que continham **suco de limão** passarão a **exibi-lo como outro**, embora com as quantidades originais de carboidratos e calorias com que a refeição foi **guardada**.

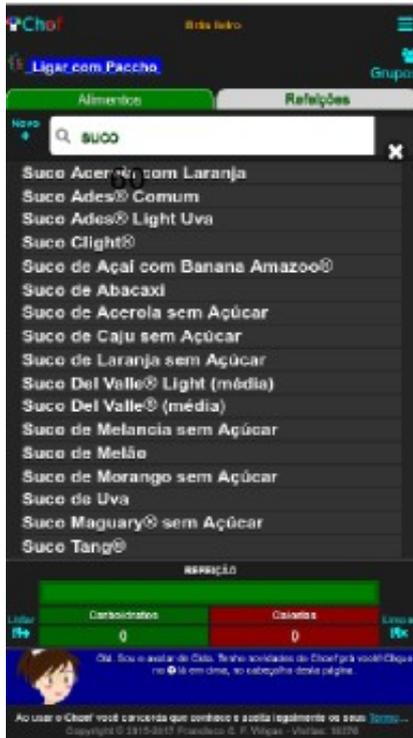
059. **Remove** um alimento Cliente (Visitante identificado)



O **Aviso** com a mensagem **Alimento removido com sucesso** indica que o alimento foi removido da **sua** lista de alimentos de **Cliente** (Visitante identificado) do Choef

5) **Toque** em ok, fechando o **Aviso**, navegando para a **Tela Inicial (Home-Page)** do Choef e encerrando o procedimento

059a. **Remova** um alimento Cliente (Visitante identificado)

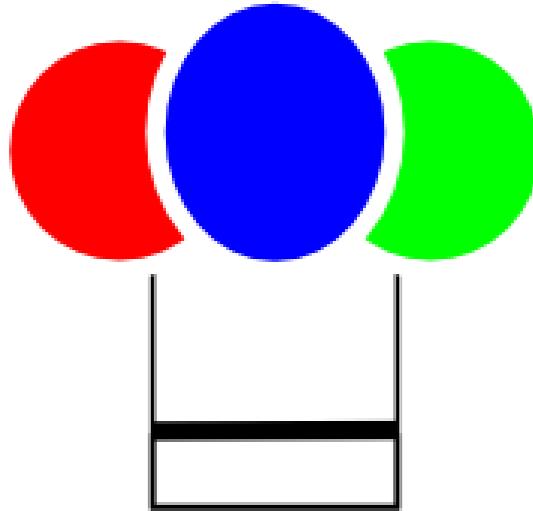


Na Tela inicial (Home-Page)

Toque e Digite suco no campo de filtragem dos nomes de alimentos para **verificar** a remoção do alimento

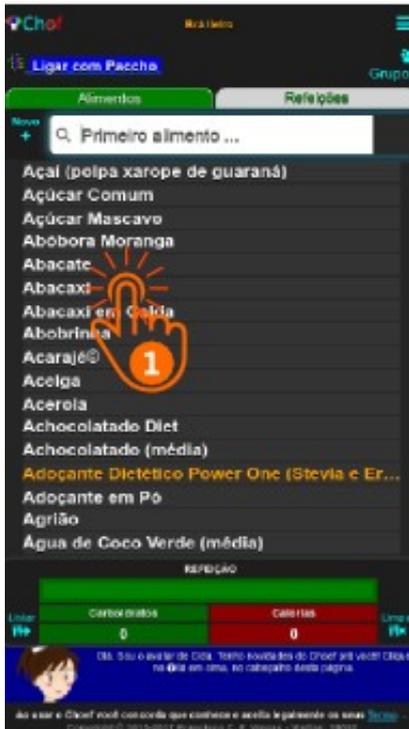
Verifique que o alimento **Limonada (suco de limão) sem açúcar**, antes listado na mesma cor do nome do **Cliente Brás lleiro**, no cabeçalho da página, **não está mais na lista**.

070.Clone
Cliente(Visitante identificado)



CLONE

071. Clone Cliente (Visitante identificado)



Em alguma ocasião, você pode sentir necessidade de de **alterar** as características de um alimento que **não** foi incluído na lista do Choef por você. Mas você não pode **editar** esse alimento para mudar as características dele (o botão **Editar dados** não aparece na tela dele para você). Existe uma solução para isto: Você pode criar um **Clone** daquele alimento para você. E pode então **editar** este **Clone**.

Vamos experimentar isto com o **Abacaxi** da lista padrão do Choef:

Na Tela Inicial (Home-Page)

- 1) **Encontre** e toque (tap) no (ou ao lado do) nome do alimento **Abacaxi** (nome em letras brancas) do Choef.

A tela muda para a **Tela do alimento**

072. Clone Cliente (Visitante identificado)



- Na Tela do alimento
(Copie a fonte (A) das informações do alimento)
- 2) Toque no botão **Clonar**

A tela muda para a **Tela de clonagem**

073. Clone Cliente (Visitante identificado)



Na Tela de clonagem

- 3) Toque (tap) no campo **Fonte** e **informe** a fonte das informações que está usando para as características alteradas deste Clone (**cole** a fonte copiada da **Tela do alimento**)

[http://www.starbem.com.br/Content/Media/Manual Contagem Carboidratos.pdf#page=25](http://www.starbem.com.br/Content/Media/Manual%20Contagem%20Carboidratos.pdf#page=25)

Nesta própria **Tela de clonagem** do alimento, você já pode **editá-lo** e alterar qualquer das características que o diferencie do alimento original. É **obrigatório** que você informe a **Fonte** das informações que está usando para editar este clone. Esta fonte pode ser um endereço na Internet ou qualquer outra. Não esqueça, no entanto, que é esta informação que empresta **credibilidade** aos dados do alimento. **Neste exemplo**, não alteramos nenhuma característica do alimento original. Isto ficaria para uma edição futura. Fornecemos apenas a informação obrigatória da fonte das informações:

[http://www.starbem.com.br/Content/Media/Manual Contagem Carboidratos.pdf#page=25](http://www.starbem.com.br/Content/Media/Manual%20Contagem%20Carboidratos.pdf#page=25))

mantendo a fonte original, já que ainda não alteramos nenhuma característica do alimento

- 4) Toque (tap) no botão **Clonar**

Um diálogo de **confirmação** é aberto

074. Clonar Cliente (Visitante identificado)



No Diálogo

- 5) Toque (tap) no botão **Sim** e **Confirme** que deseja **Clonar Abacaxi**

075. Clone Cliente (Visitante identificado)



O **Aviso** com a mensagem **Alimento clonado com sucesso** indica que o clone do alimento foi incluído da **sua** lista de alimentos de **Cliente** (Visitante identificado) do Choef

6) Toque em ok, fechando o **Aviso**, navegando para a **Tela Inicial (Home-Page)** do Choef e encerrando o procedimento

076. Clone Cliente (Visitante identificado)



Na página inicial (Home-Page)
Procure **Abacaxi** na lista de alimentos

Observe que agora existem duas ocorrências de Abacaxi na lista de alimentos: uma com o nome **Abacaxi** em letras brancas e outra com o nome **Abacaxi** (A) na mesma cor do nome do **Cliente Brás Illeiro** (A), no cabeçalho da página. Esta cor indica os alimentos **incluídos** na lista pelo **visitante identificado**.

Nota: Você pode **incluir** até **30 alimentos** na sua lista. Se desejar incluir mais do que esta quantidade, entre em contato com o **Administrador** do Choef, que poderá alterar esta quantidade para 120 alimentos ou até mesmo para uma quantidade ilimitada.

077. Clone (Ooops!) Cliente (Visitante identificado)



Se a mensagem do diálogo de **Aviso** não for **Alimento clonado com sucesso** e não esclarecer bem o que ocorreu, por favor, feche o diálogo e verifique junto aos rótulos dos campos as **mensagens em laranja** para elucidar a razão do insucesso.

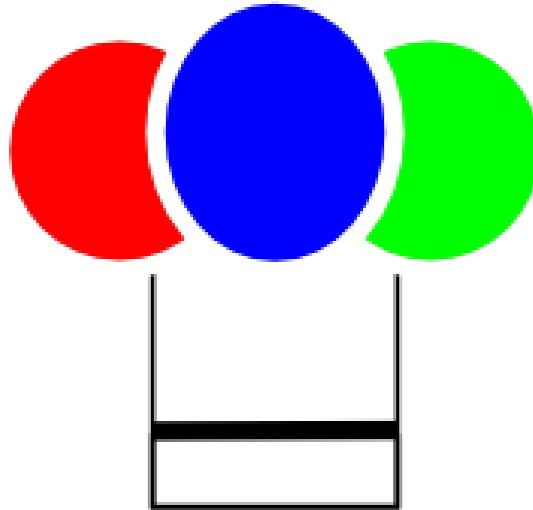
Se o campo de **Nome do alimento** e/ou de **Medida caseira** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher), deixou com menos de 3 ou mais de 64 dígitos, ou deixou algum caráter não alfabético ou não numérico no meio do texto,

Se um campo de **Medidas** e/ou **peso (ou volume)** e/ou **Carboidratos** e/ou **Calorias** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher) ou digitou ali algo que não é *apenas* um **número** decimal.

Se o campo de **Fonte** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher).

Corrija o(s) erro(s) e clique outra vez no botão **Clonar**

100.Compartilhe
Cliente(Visitante identificado)



COMPARTILHE

101. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)

The image shows two examples of the 'TABELA NUTRICIONAL HABIB'S' (Nutritional Table). Each table is a grid with multiple columns and rows, listing various food items and their nutritional information. The top table is more colorful, with rows in pink, purple, yellow, and orange. The bottom table is more monochromatic, with rows in shades of blue and brown. Both tables have a red header with the text 'TABELA NUTRICIONAL' and 'HABIB'S'.

Começamos a conhecer os recursos de **compartilhamento** do Choef, **recebendo** informações:



O site: www.habibs.com.br/_pdf/tabela_Nutricional_Habibs.pdf publica na Internet uma **tabela nutricional** com **mais de uma centena de itens** do cardápio do HABIB'S. Se você gosta do HABIB'S, você pode tentar **incluir** todos estes **itens** no Choef, mas, além do trabalho que teria, você pode até mesmo *estourar* o seu **limite** de inclusão de alimentos no Choef.

Por sorte, o **Cliente** **Francisco Carlos Ferreira Viégas**, cuja filha é fã do HABIB'S, já fez isto. E **autorizou o compartilhamento** de todos esses alimentos com os participantes do próprio **grupo** dele.

Vamos ver como você pode **aderir ao** **Grupo de Francisco Carlos Ferreira Viégas** e **receber** na **sua** lista de alimentos todos aqueles itens da tabela do HABIB'S

102. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



Na Home-Page

- 1) Toque (tap) no botão **Grupos**

O Choef exibe a **Tela de grupos** com os nomes de todos os grupos ativos. Os grupos com título em letras **amarelas** são aqueles dos quais **você** já faz parte. O título do **Grupo de Francisco Carlos Ferreira Viégas** está exibido com letras **brancas**. Você ainda não faz parte dele

2) Na tela de Grupos

- Toque (tap) no nome do **Grupo de Francisco Carlos Ferreira Viégas**

Nota: Quando você toca no nome de um grupo com letras **brancas**, o Choef entende e pede que você **Confirme** que deseja **aderir** a ele. Quando você toca no nome de um grupo com letras **amarelas**, o Choef entende e pede que você **Confirme** que deseja **retirar-se** dele.

- 3) Toque (tap) no botão **sim** do diálogo e **Confirme** que deseja **aderir** ao grupo

103. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



O **Aviso** com a mensagem **Usuário foi incluído no grupo** indica que o **cliente** agora faz parte do grupo escolhido e pode **usar** os alimentos que **todos** os participantes daquele grupo **autorizaram** a compartilhar

- 4) **Toque** em **ok**, fechando o **Aviso**, navegando para a **Tela Inicial (Home-Page)** do Choef e encerrando o procedimento

Simple assim!

104b. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



Agora sua lista de alimentos tem:

A) Alimentos da lista padrão do Choef
(letras brancas)

B) Alimentos incluídos por você no Choef
(letras laranjas)

C) Alimentos compartilhados por outros clientes
(letras amarelas)

Você pode usar todos **do mesmo jeito** para contar os carboidratos das suas refeições

105. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



5) Toque no campo de filtro de nomes de alimentos e digite **habibs**

Verifique a grande quantidade de **itens** do cardápio do HABIBS na **sua** lista de **alimentos**, com nomes em **letras amarelas**, compartilhados agora com você

105a. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



Nem todos os alimentos que você **recebeu** por **compartilhamento** ao aderir ao **Grupo de Francisco Carlos Ferreira Viégas** foram incluídos no Choef por esse cliente.

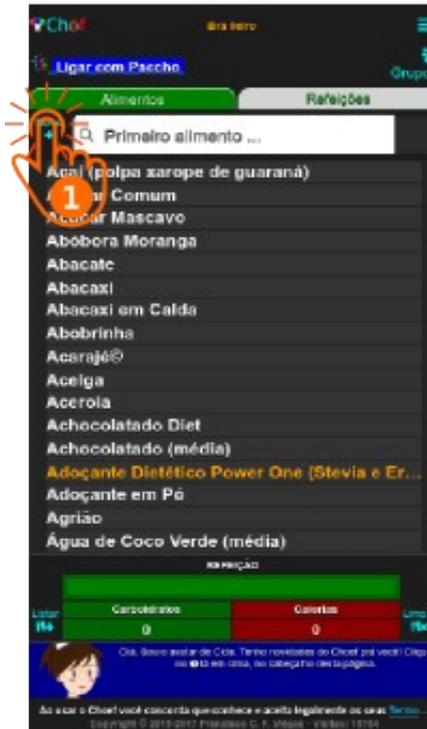
Na Home-Page

- 1) Toque no **Abacaxi** (com letras amarelas) recebido por compartilhamento na sua lista de alimentos

Na Tela do alimento, observe o nome do Cliente que incluiu o alimento no Choef (A) (**Pablo Dyego José Arruda da Silva**). Este Cliente **autorizou o compartilhamento** do **Abacaxi** incluído por ele no Choef e **aderiu ao Grupo de Francisco Carlos Ferreira Viégas** (de onde você o **recebeu ao aderir** ao grupo). Aquele cliente cumpriu as **duas etapas** necessárias ao **compartilhamento** do alimento

Vejamos agora como **autorizar o compartilhamento**

105b. Compartilhar Cliente (Visitante identificado)



Você pode **autorizar o compartilhamento** ao acrescentar o **Novo** alimento **Suco de limão** que encontrou na Internet no endereço:

www.dietaesauade.com.br/dietas/alimentos/503-limonada-suco-de-limao-sem-acucar?q=mel

Vejamos como

Na Tela inicial (Home-page)

1) Toque no botão **Novo**

A tela muda para a **Tela de inclusão de alimento**

105c. Compartilhar Cliente (Visitante identificado)

Novo alimento

Nome do alimento *

Limonada (suco de limão) sem açúcar

Medida caseira *

copo

Porção:

Medidas * Volume * g/ml *

1 300 ml

Carboidratos * Calorias *

15.3 60 kcal

Fonte *

www.dietaesaude.com.br/dietas/alimentos/503-limonada-suco-de-limao-sem-acucar?q=mel

Compartilhar *

não compartilhar

Avançado

Salvar

Limpar

Atenção

Copyright © 2018 DHT Tecnologia S. A. Todos

Você pode **autorizar o compartilhamento** ao acrescentar o **Novo** alimento **Suco de limão** que encontrou na Internet no endereço:

www.dietaesaude.com.br/dietas/alimentos/503-limonada-suco-de-limao-sem-acucar?q=mel

Vejamos como

Na Tela de inclusão de Novo Alimento

2) **Toque e digite** nos campos do formulário:

- A) **Nome do alimento** Limonada (Suco de limão) sem açúcar ;
- B) **Nome da Medida caseira** copo ;
- C) **Quantidade de Medidas caseiras de 1 Porção** 1 ;
- D) **peso ou volume de 1 Porção** 300 ;
- E) (**Escolha**) a unidade **g/ml** de medida da **Porção** ml ;
- F) **Carboidratos em 1 Porção** 15.3 em g ;
- G) **Calorias em 1 Porção** 60 em kcal;
- H) **Fonte das informações** www.dietaesaude.com.br ou www.dietaesaude.com.br/dietas/alimentos/503-limonada-suco-de-limao-sem-acucar?q=mel

0105d. Compartilhar Cliente (Visitante identificado)

Novo alimento
#meu.compartilhado * são obrigatórios

Nome do alimento *

Limonada (suco de limão) sem açúcar

Medida caseira *

copo

Porção: *

Medidas * Volume * g/ml *

1 300 ml

Carboidratos * Calorias *

15,3 60 kcal

Fonte *

www.dietasauze.com.br/dietas/alimentos/503-lm

Compartilhar *

com os grupos

Avançado

+ Salvar

Limpar

Atividade

Copyright © 2015-2017 Functio e. R. Vago

Se você está **seguro** de que pode **recomendar** a outras pessoas o uso do alimento como incluído na **sua** lista, acrescente mais uma etapa no procedimento da inclusão do **Novo** alimento:

Na Tela de inclusão de novo alimento

Acrescente (execute) esta etapa:

2) 1) **Escolha** no campo **Compartilhar** a opção **com os grupos**

Nota: Você pode acrescentar este mesmo procedimento quando incluir um **Clone** na sua lista de alimentos

3) **Toque** no botão **Salvar**

105e. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



O **Aviso** com a mensagem **Alimento salvo com sucesso** indica que o alimento foi incluído na **sua** lista de alimentos de Cliente (Visitante identificado) do Choef.

Com a nova etapa incluída no procedimento, O **compartilhamento** do seu **suco de limão** está **autorizado**. Os clientes que fizerem parte de **todos** os grupos a que você **aderir** terão acesso a este alimento

4) Toque em ok, fechando o **Aviso** e navegando para a Tela Inicial (Home-Page) do Choef

106. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



Agora, vamos ver como **autorizar** o **compartilhamento** de um alimento que você deseja **compartilhar**, se você **não** fez isso ao **incluir** (ou ao **clonar**) o alimento na sua lista.

Na Home-Page

1) **Encontre** e Toque no **Abacaxi** que você **incluiu** por clonagem na sua lista

A tela muda para a **Tela do alimento**

107. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



Na Tela do alimento **Abacaxi**

(Copie a fonte dos dados (1))

2) Toque no botão **Editar dados**

O Choef abre a **Tela de edição** do alimento

107a. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)

Chof

Gras Dieto

Editar alimento

Item com este tipo de alimento

Nome do alimento *

Abacaxi

Medida caseira *

fada média

Porção:

Medidas *

Peso *

g/ml *

1

75

g

Carboidratos *

Calorias *

10

43

Kcal

Fonte *

<http://www.starbucks.com.br/Content/Media/Manua>

Compartilhar *

com os grupos

Avançado

Alimentar

Cancelar

Gras Dieto

© 2015-2017 P&G Brasil S.A. Todos

Na Tela de Edição

(Cole a fonte dos dados (2))

3) **Selecione** compartilhar com os grupos

4) **Toque** no botão **Alterar**

O diálogo de confirmação é aberto

107b. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



No diálogo de confirmação

5) Toque no botão **Sim** e **Confirme** a alteração

108. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



- A mensagem **Alimento atualizado com sucesso** **avisa** que você **autorizou** o compartilhamento do **seu abacaxi** com sucesso.
- 1) Toque no botão **OK**, feche o **Aviso** e navegue para a **Home-Page** do Choef.

Nota: A **autorização de compartilhamento do alimento** é, normalmente, a **fase A** do procedimento de **compartilhamento**. Você só passa de fato a **fornecer compartilhamento** de seus alimentos quando **cria** ou faz a **adesão** a um **grupo** de clientes, normalmente a **fase B**. Neste caso, **entretanto, você já tinha feito a adesão (fase B)** ao **Grupo de Francisco Carlos Ferreira Viégas** e o procedimento de **compartilhamento** com os participantes desse grupo está **completado**. De agora em diante, todos os **Clientes** que fazem parte daquele grupo já encontram o **Abacaxi** que você **compartilhou**, quando abrirem as suas listagens de alimentos

109. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



Você completou a **autorização de compartilhamento do alimento**, que é uma das **fases** do procedimento de **compartilhamento**. Feito isso, é **conveniente** que você **crie** um grupo para ter uma referência de **fornecimento** das informações que deseja **compartilhar**.

Na Home-Page

1) Toque no botão **Grupos**

O Choef exibe a **Tela de grupos**

Na Tela de grupos

2) Toque no botão **Novo grupo**

O Choef exibe a **Tela de criação de grupo**

110. Compartilhe Cliente (Visitante identificado)



Na Tela de criação de grupo

3) Toque no botão **Criar o grupo**

Não houve necessidade de informar o **nome do grupo**. Se desejar dar um nome específico ao grupo, o **Cliente** que o criar pode fazê-lo, informando o nome que desejar, no campo de **Nome do grupo**. Mas **se não o fizer** (deixar o campo em branco) o nome completo do **Cliente** será dado ao grupo (p/ex: **Grupo de Brás Lleiro** ou **Grupo de [seu nome]**).

O **Aviso** com a mensagem **Grupo criado com sucesso** indica que o **grupo** (**Grupo de Brás Lleiro** ou **Grupo de [seu nome]**, já que é você que está criando o grupo) foi **criado** com sucesso e que foi feita a **adesão** automática do **Cliente** que o **criou** a ele.

Nota: O grupo criado **não** terá administrador. Qualquer **visitante identificado** poderá **aderir** a ele e **se retirar** quando quiser. O grupo se extinguirá automaticamente apenas quando o último usuário dele se retirar.

4) Toque no botão **ok** fechando o **Aviso**, navegando para a Home-Page e encerrando o procedimento

111. Compartilhe Ooops! Cliente (Visitante identificado)

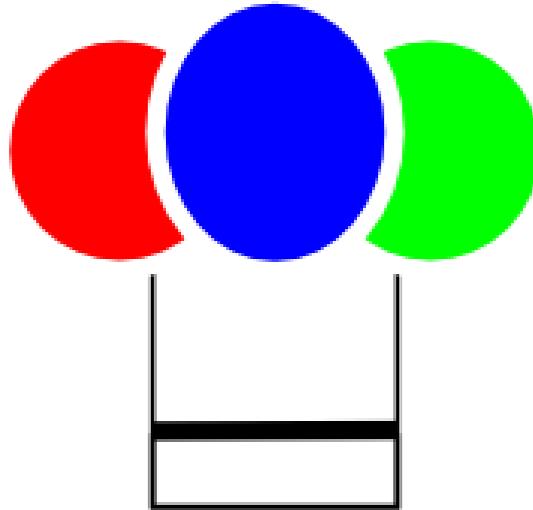


Se a mensagem do diálogo de **Aviso** não for **Grupo salvo com sucesso** e não esclarecer bem o que ocorreu, por favor, feche o diálogo e verifique no cabeçalho da página as **mensagens em laranja** para elucidar a razão do insucesso.

Se o **Nome do do grupo** for **inválido**, verifique se você o deixou com menos de 3 ou mais de 64 dígitos, ou deixou algum caráter não alfabético e não numérico no texto,

Corrija o(s) erro(s) e clique outra vez no botão **Criar o grupo**

113.Descompartilhe
Cliente(Visitante identificado)



DESCOMPARTILHE

114. Descompartilhe Cliente (Visitante identificado)



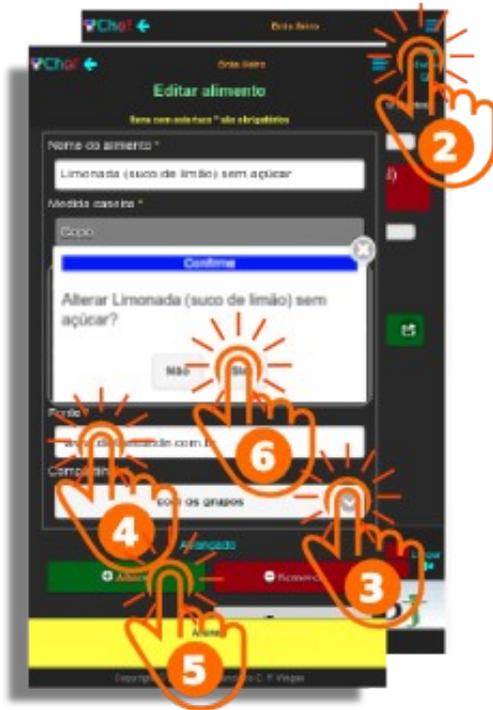
Você pode **cancelar o compartilhamento** dos seus alimentos. Porém é preciso que você seja muito criterioso ao fazer isso, pois poderá, com esta ação, prejudicar seus colegas **Cientes** do Choef que usam esses alimentos no seu cotidiano.

Para **desfazer o compartilhamento** de um alimento, o você pode **cancelar a fase A** do compartilhamento dele:

Na Home-Page

- 1) Selecione o **suco de limão** que você **incluiu** na sua lista (**Limonada (suco de limão) sem açúcar**)
 - A) Toque no campo de filtro de nomes de alimentos
 - B) Digite **suco**
 - C) Toque no nome do **suco de limão**

115. Descompartilhe Cliente (Visitante identificado)



Na Tela do suco de limão

- 2) Toque no botão **Editar dados**

O Chef abre a Tela de edição do alimento

Na Tela de Edição

- 3) **Selecione** **compartilhar** **não compartilhar**
- 4) Não esqueça de informar a **Fonte**
- 5) **Toque no botão** **Alterar**
- 6) No diálogo que é aberto, toque no botão **sim** e **Confirme** a alteração

116. Descompartilhe Cliente (Visitante identificado)



A mensagem **Alimento atualizado com sucesso** **avisa** que você **cancelou a autorização do compartilhamento** do seu suco de limão com sucesso.

- 1) Toque no botão **Ok**, feche o Aviso e navegue para a Home-Page do Choef.

Nota: Este procedimento **cancelou a fase A** do compartilhamento deste alimento. Isto **cancela** o compartilhamento daquele alimento em **todos** os grupos de que você faz parte. De agora em diante, todos os **Clientes** que fazem parte daqueles grupos não mais encontram o **suco de limão** que você **compartilhava**, quando abrirem as suas listagens de alimentos. **Não** poderão, portanto realizar novas operações com este alimento. Entretanto, as **refeições** “preparadas” e “guardadas” por eles e que incluírem este alimento estarão **preservadas** e o alimento (embora não mais compartilhado) aparecerá normalmente no conteúdo delas. Você, entretanto, continuará tendo acesso a todos os alimentos compartilhados por outros nos grupos de que participa.

118. Descompartilhe Cliente (Visitante identificado)



Para **desfazer o compartilhamento** de **todos** os alimentos que você **compartilha** num **grupo**, você deve **cancelar a fase B** do compartilhamento, ou seja, deve **retirar-se do grupo**:

Na Home-Page

1) Toque (tap) no botão **Grupos**

O Chef exibe a **Tela de grupos**

2) Na tela de Grupos

Toque (tap) no nome do **Grupo de Francisco Carlos Ferreira Viégas**

3) Toque (tap) no botão **sim** do diálogo e **Confirme** que deseja **retirar-se do grupo**

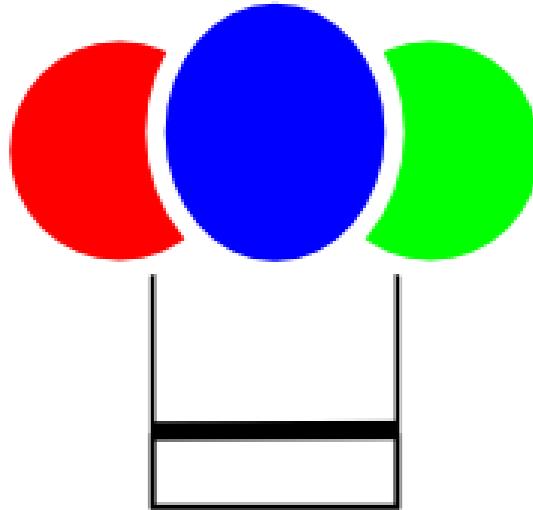
119. Descompartilhe Cliente (Visitante identificado)



O **Aviso** com a mensagem **Usuário foi excluído no grupo** indica que o **Cliente** agora **não** faz mais parte do grupo e **não** pode mais **usar** os alimentos que os participantes daquele grupo **autorizaram** a compartilhar nem estes podem usar os alimentos que **você**, o **Cliente**, autorizou a compartilhar.

- 4) Toque em **ok**, fechando o **Aviso**, navegando para a Página Inicial (Home-Page) do Choef e encerrando o procedimento

120.Avalie
Cliente(Visitante identificado)



AVALIE

121. Avalie Cliente (Visitante identificado)

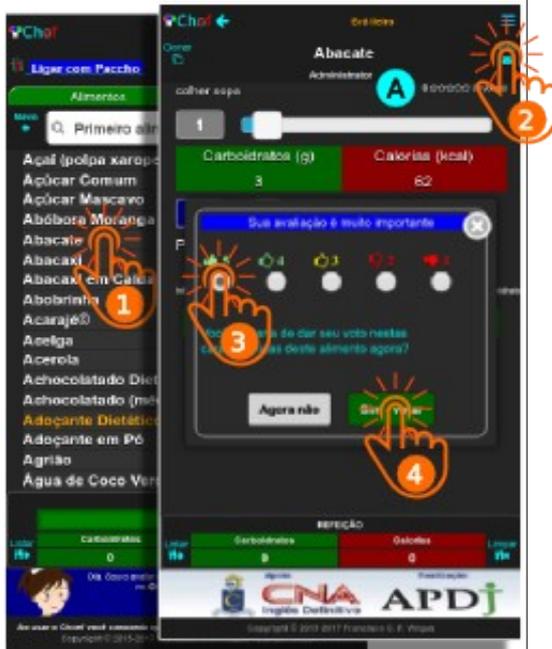


Como um **Cliente** do Choef, você pode **avaliar a qualidade** das informações, tanto dos alimentos do rol-padrão do Choef, quanto daqueles compartilhados no Choef por outros **Clientes**, por meio do recurso de **voto** que o Choef lhe oferece.

Nota: Ao **avaliar** um alimento, você deve considerar que estará **contribuindo** com os outros visitantes do Choef e concorda que sua **contribuição** venha a ser também **avaliada**.

Vamos ver como você vota.

122. Avalie Cliente (Visitante identificado)



Na Home-Page

- 1) **Escolha** o alimento que você em que você quer votar (e.g. **Abacate**)

- A Tela do alimento é exibida

Na Tela do alimento

- 2) **Toque** no botão **votar**

O Choef abre o diálogo de votação

No Diálogo de votação

- 3) **Toque** no botão correspondente à **nota** que deseja atribuir às qualidades do alimento
- 4) **Toque** no botão **Sim - votar**

123. Avalie Cliente (Visitante identificado)



Na Tela do alimento

A mensagem **Voto salvo com sucesso** (A) que é exibida no cabeçalho da página informa que o seu voto foi computado.

Seu voto será refletido no **indicador de votos** (A), no cabeçalho da **Tela do alimento**, da próxima vez que ela for acessada. O indicador informa à **esquerda** a **média** das notas e à **direita** a quantidade de **votos**. As estrelinhas **preenchidas** refletem a **média** das notas.



5. Toque no logotipo do Chef para voltar à Home-Page e encerrar o procedimento de votação

124. Re-Avalie Cliente (Visitante identificado)



Na Home-Page

- 1) **Escolha** o alimento que você em que você quer votar **de novo** (e.g. **Abacate**)

- A Tela do alimento é exibida

Na Tela do alimento

2. Toque no botão **votar**

O Choef abre o diálogo de **cancelamento** da votação (você já votou no alimento **abacate**)

No Diálogo de cancelamento de votação

3. Toque no botão **Sim**

125. Re-Avalie Cliente (Visitante identificado)

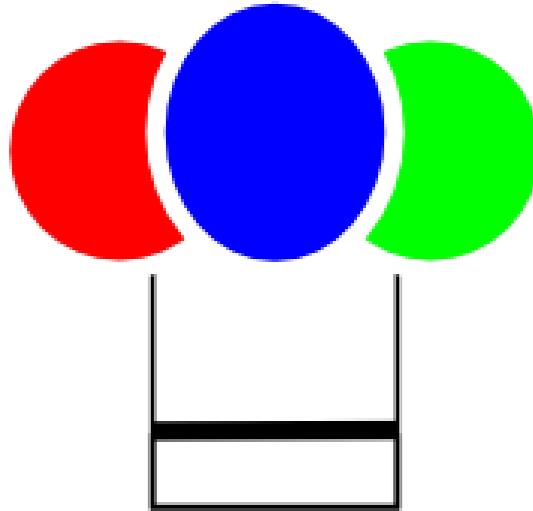


A mensagem **voto cancelado com sucesso** no cabeçalho da página informa o cancelamento do seu voto anterior. Você pode agora dar outro voto no alimento:

Na Tela do alimento

- 1) Toque no botão **votar** iniciando a votação e **vote** novamente no alimento **abacate**

080.Refeição
Cliente(Visitante identificado)



REFEIÇÃO

081. Refeição

Cliente (Visitante identificado)



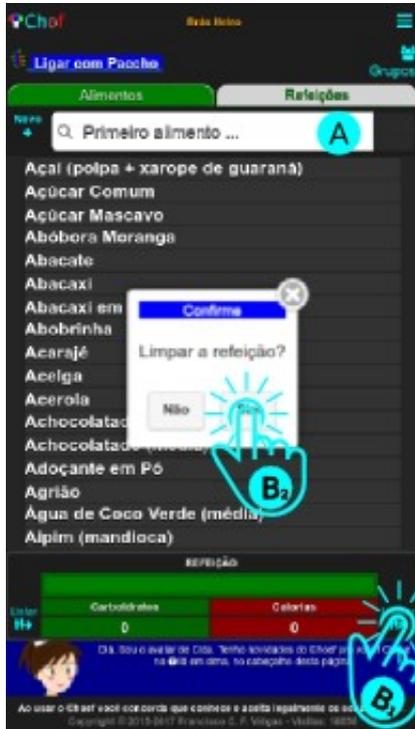
Em muitos horários, suas refeições repetem-se, total ou parcialmente. O Choef permite que você **“guarde”** refeições total ou parcialmente **“preparadas”** e as **“sirva”** quando quiser

Vamos experimentar isto com um **café** da manhã:

- 1 fatia pequena de **melão**
- 1 copo de 200 ml de **suco de acerola com laranja**
- 100 ml de **leite de vaca integral**
- 100 ml de **café sem açúcar**
- 1 colher de sopa de **adoçante em pó**
- 2 fatias de **pão de forma integral** (com 1 “ponta de faca” de **manteiga** passada *em cada* fatia)

“Prepare” a refeição

081a. Refeição (prepare) Cliente (Visitante identificado)



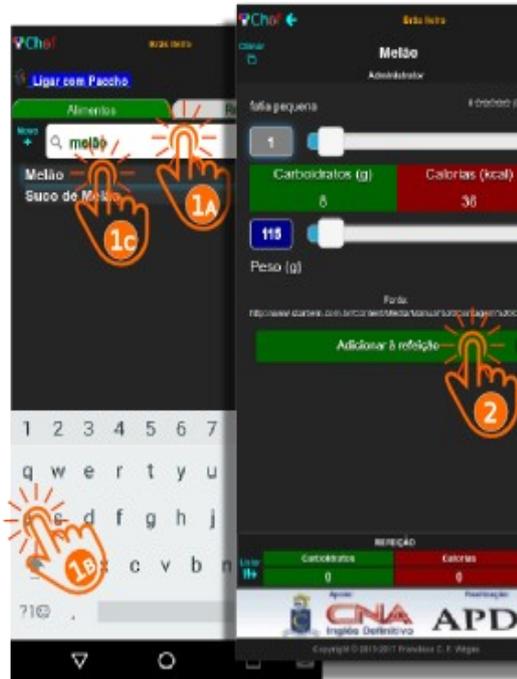
- A) Observe que a cor de fundo do **campo de filtro de alimentos** está **branca** e que ele está esperando o Primeiro alimento .
- B) Se não estiver (estiver **verde**), toque no **botão Limpar** e **Confirme** (toque no botão **Sim** no diálogo que é exibido) que quer Limpar a refeição atual .

(Você está começando uma nova refeição. **Verde** significa que já há algum alimento na refeição, o que NÃO deve acontecer ao se começar uma refeição nova)

082. Refeição (“prepare”) Cliente (Visitante identificado)

1 fatia pequena de **melão**

- 1) **Escolha** o alimento (**Melão**)
- 2) **Adicione** o alimento (**Melão**) à refeição



083. Refeição (“prepare”)

Cliente (Visitante identificado)

1 copo de 200 ml de **suco de acerola com laranja**



- 1) **Escolha** o alimento (**suco de acerola com laranja**)
- 2) **Adicione** o alimento (**suco de acerola com laranja**) à refeição

084. Refeição (“prepare”) Cliente (Visitante identificado)

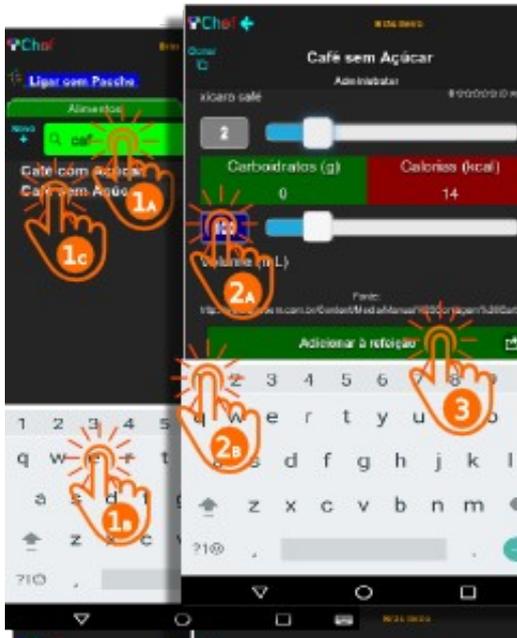
100 ml de **leite de vaca integral**

- 1) **Escolha** o alimento (**leite de vaca integral**)
- 2) **Ajuste** o volume do alimento (**100** ml)
- 3) **Adicione** o alimento (**leite de vaca integral**) à refeição



085. Refeição (“prepare”) Cliente (Visitante identificado)

100 ml de **café sem açúcar**



- 1) **Escolha** o alimento (**café sem açúcar**)
- 2) **Ajuste** o volume do alimento (**100** ml)
- 3) **Adicione** o alimento (**café sem açúcar**) à refeição

086. Refeição (“prepare”) Cliente (Visitante identificado)

1 colher de sopa de **adoçante em pó**

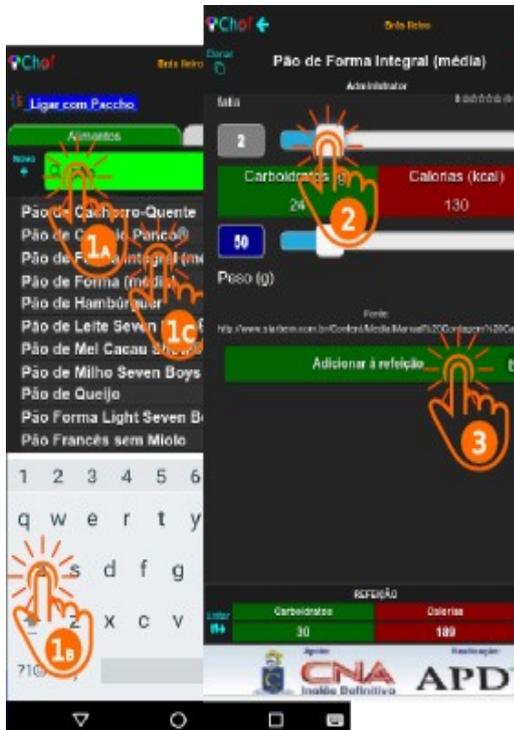
- 1) **Escolha** o alimento (**adoçante em pó**)
- 2) **Adicione** o alimento (**adoçante em pó**) à refeição



087. Refeição (“prepare”) Cliente (Visitante identificado)

2 fatias de **pão de forma integral**

- 1) **Escolha** o alimento (**pão de forma integral**)
- 2) **Ajuste** a quantidade (**2**) de fatias
- 3) **Adicione** o alimento (**pão de forma integral**) à refeição



088. Refeição (“prepare”) Cliente (Visitante identificado)

2 “ponta de faca” de **manteiga**

- 1) **Escolha** o alimento (**manteiga**)
- 2) **Ajuste** a quantidade (**2**)de “pontas de faca”
- 3) **Adicione** o alimento (**manteiga**) à refeição



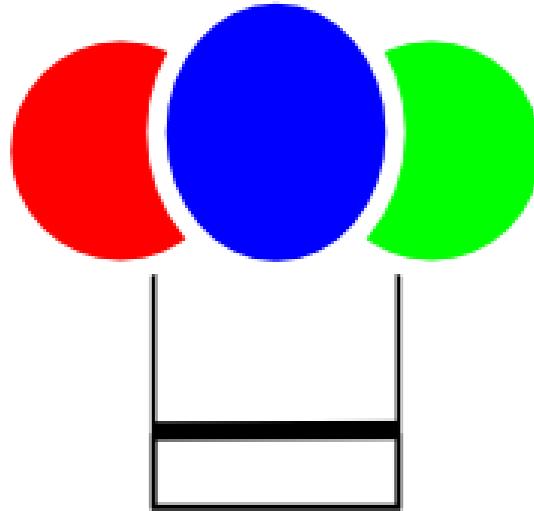
089. Refeição (“guarde”) Cliente (Visitante identificado)



4) **Terminada** a “preparação”. Toque (tap) no botão **Listar** para exibir a **listagem** da refeição que você “preparou”

“**Guarde**” a refeição que você “preparou”

090.Refeição
Cliente(Visitante identificado)



REFEIÇÃO

091. Refeição (“guarde”) Cliente (Visitante identificado)



1) Confira cuidadosamente a refeição e Toque (tap) no botão **Confira e Confirme**

O Choef exibe e habilita então um **par** de botões para você “guardar” a refeição (A): um botão **salvar**, pequeno, acima da listagem, do lado direito e outro, **Salvar a refeição**, grande, abaixo do botão **Confira e confirme**.

Se você já for usuário do Paccho e tiver criado um link do Choef para o Paccho, o Choef exibe e habilita então outro **par** de botões para você **transferir** a contagem de carboidratos da refeição **para o POP** (B): Um botão **POP** pequeno, à esquerda do resumo da refeição e um, grande **Transferir ao POP** abaixo do botão **Salvar a refeição**.

Nota: Um toque em qualquer um dos dois botões **de um mesmo par** comanda exatamente as mesmas ações. Os dois botões pequenos serão sempre visíveis na tela, mas os dois grandes às vezes ficam escondidos, dependendo do tamanho da listagem da refeição, só aparecendo quando você rolar a tela.

093. Refeição (“Guarde”) Cliente (Visitante identificado)



- 2) **Toque** (tap) no campo de nome da refeição e **digite** o nome da refeição (Café padrão com melão e suco de acerola)
- 3) **Toque** (tap) no campo de **categorias** da refeição e **digite** a(s) categoria(s) que deseja atribuir à refeição **café 40a60**

Você escolhe a(s) **categoria(s)** que quiser, cada uma identificada por uma *única* palavra *qualquer* separada por espaços em branco. Ao procurar uma refeição “**guardada**”, para “**servir**”, pode fazê-lo por (partes do) seu nome ou por suas categorias (**exemplo: café =>** refeição utilizada no café da manhã; **40a60 =>** refeição na faixa de **40 a 60** gramas de carboidratos).

- 4) **Toque** (tap) no botão **Salvar** **OU** no botão **Salvar a refeição**

094. Refeição (“Guarde”) Cliente (Visitante identificado)



O **Aviso** com a mensagem 'Refeição salva com sucesso' indica que a refeição foi **“guardada”** e você a pode **“servir”** quando desejar

5) Toque em **ok**, fechando o **Aviso**, navegando para a **Tela Inicial (Home-Page)** do Choef e encerrando o procedimento

Nota: Você pode incluir até **30 refeições** na sua lista. Se desejar incluir mais do que esta quantidade, entre em contato com o **Administrador** do Choef, que poderá alterar esta quantidade para 120 refeições ou até mesmo para uma quantidade ilimitada.

095. Refeição (“Guarde”) Oops! Cliente (Visitante identificado)



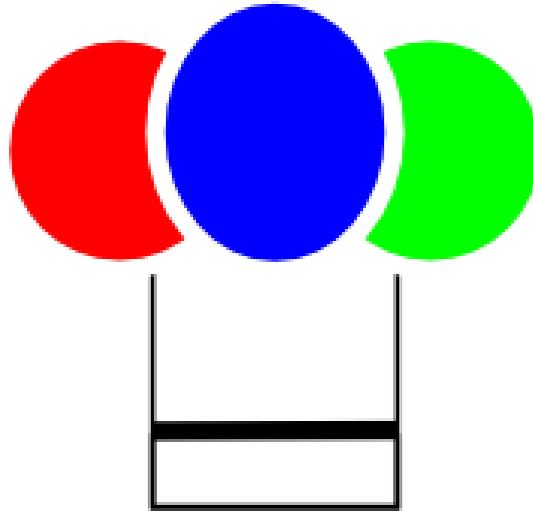
Se a mensagem do diálogo de **Aviso** não for *Refeição salva com sucesso* e não esclarecer bem o que ocorreu, por favor, feche o diálogo e verifique no cabeçalho da tela as **mensagens em laranja** para elucidar a razão do insucesso.

Se o campo de **Nome do da refeição** for **inválido**, verifique se você o deixou em branco (esqueceu de preencher), deixou com menos de 3 ou mais de 64 dígitos, ou deixou algum caráter não alfabético e não numérico no texto,

Se o campo de **Categorias** for **inválido**, verifique se você o deixou em com 1, 2 ou mais de 64 dígitos, ou deixou algum caráter não alfabético e não numérico no texto. Este campo é de preenchimento opcional. Você pode deixá-lo em branco se não desejar atribuir nenhuma categoria à refeição “guardada”.

Corrija o(s) erro(s) e clique outra vez no botão **Salvar** ou no botão **Salvar a refeição**

095a.Refeição
Cliente(Visitante identificado)



REFEIÇÃO

096. Refeição (“Sirva”) Cliente (Visitante identificado)



Você **“preparou”** e **“guardou”** uma refeição no Choef. Pode agora **“servir”** essa refeição.

- 1) **Toque** na aba **Refeições**, na Home-Page do Choef, para exibir a lista de refeições **“guardadas”** por você.
- 2) **Toque** no botão **Limpar** para limpar a refeição atual do Choef. (Observe se o campo de filtragem de nomes de refeição está **verde**)
- 3) **Toque** no botão **Sim** e **Confirme** que deseja **Limpar a refeição**

097. Refeição (“Sirva”) Cliente (Visitante identificado)



Assegure-se de que o campo de filtragem de nomes de refeição está com a cor de fundo **branca**

4) **Toque** no (ou ao lado do) nome da refeição que você deseja “servir”

098. Refeição (“Sirva”) Cliente (Visitante identificado)

The screenshot shows the Choef app interface for a meal named "Café padrão com melão e suco de acerola". The meal is broken down into the following items:

Item	Quantidade	Carboidratos	Calorias
1 [tallo pequena] (115 g) de Molho	8	36	
1 [copo] (200 mL) de Suco Acerola com Laranja	15	64	
0.42 [copo duplo] (100 mL) de Leite de Vaca Integral	5	60	
2 [bicara café] (160 mL) de Café sem Açúcar	0	14	
1 [colher sopa] (2 g) de Adoçante em Pó	2	8	
2 [tallo] (50 g) de Pão de Forma Integral (média)	24	130	
2 [porta de faca] (10 g) de Manteiga	0	70	

At the bottom, a summary bar shows a total of 54 carbohydrates and 382 calories. The app also features a banner for "II ENCONTRO DE FÉRIAS DOCE PARA JOVENS COM DIABETES TIPO 1" and a "BREVE" badge.

O Choef “**serve**” a **refeição escolhida** (exibe sua listagem e o seu resumo, com as quantidades dos seus carboidratos e das suas calorias).

098a. Refeição (“Guarde”) Cliente (Visitante identificado)



Se nem sempre o seu **café padrão** for **acompanhado** por **melão e suco de acerola**, você pode “guardar” **separadamente** o **café padrão** e os diversos **acompanhamentos** (melão e suco de acerola com laranja) e depois “servir” a refeição em duas etapas.

1. **Remova** os **acompanhamentos** da refeição
2. **Altere** o nome da refeição para **Café padrão**
3. **Remova** as **qualificações** (deixe em branco)
4. Toque em **Confirma e confirme**
5. Toque em **Salvar a refeição**

098b. Refeição (“Guarde”) Cliente (Visitante identificado)



Se nem sempre o seu **café padrão** for **acompanhado** por **melão e suco de acerola**, você pode “**guardar**” **separadamente** o **café padrão** e os diversos **acompanhamentos** (melão e suco de acerola com laranja) e depois “servir” a refeição em duas etapas.

Na Tela de Refeições

1. **Sirva** novamente a **refeição** **Café padrão com melão e suco de acerola**

Na Tela de Refeição

2. **Remova** todos os componentes contidos na **refeição** **Café padrão** recentemente criada, deixando apenas os acompanhamentos
3. **Altere** o nome da refeição para **Melão e suco de acerola**
4. **Apague** as **qualificações** (deixe em branco)
5. **Toque** em **Confira e confirme**
6. **Toque** em **Salvar a refeição**

099a. Refeição (“Sirva”) Cliente (Visitante identificado)



Se nem sempre o seu **café padrão** for **acompanhado** por **melão e suco de acerola**, você pode “**guardar**” separadamente o **café padrão** e os diversos **acompanhamentos** (melão e suco de acerola com laranja) e depois “servir” a refeição em duas etapas.

1. “**Sirva**” **Café padrão** (lembre-se de **limpar** a refeição antes de “servir”)
2. “**Sirva**” **melão e suco de acerola** (lembre-se de **NÃO limpar** a refeição antes de “servir”)
3. **Verifique** o nome da refeição (**Café padrão + melão e suco de acerola**)
4. **Verifique** a listagem e a quantidade de **carboidratos** e de **calorias** da nova refeição (confira com a Ficha 98)

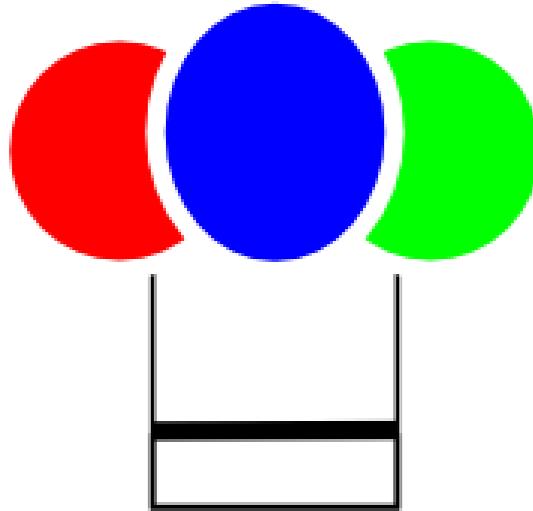
099b. Refeição (“Sirva”) Oops!!! Cliente (Visitante identificado)



1. “Sirva” **Café padrão** (lembre-se de limpar a refeição antes de “servir”)
2. “Sirva” **novamente (!!!)** **Café padrão** (lembre-se de NÃO limpar a refeição antes de “servir”)
3. Observe o aviso **Alimento duplicado na refeição** (**A**) **aparecendo** acima da listagem da refeição.

Nota: Este **aviso** é diferente dos outros **avisos** do Choef. É acionado toda vez que existe algum **alimento** repetido na refeição, mas às vezes você pode mesmo **querer** repetir um **alimento** (por exemplo, quando usa uma quantidade muito grande e excede o fim da escala). **Confira** **cuidadosamente** a refeição quando observar este **aviso** pois o caso mais comum ocorre quando você, **inadvertidamente**, “**serve**” mais de uma vez a mesma refeição. Sendo este o caso, **limpe** tudo e “**sirva**” a refeição corretamente.

120.Paccho
Cliente(Visitante identificado)



PACCHO

131. Paccho Cliente (Visitante identificado)



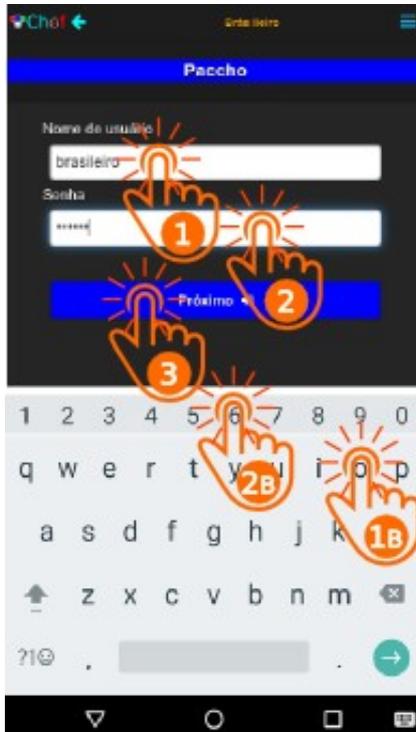
Se você é um cliente registrado no **Paccho**, você deve criar um link do seu **Choef** para o seu **Paccho**. Isto permitirá a passagem dos carboidratos de sua refeição do **Choef** diretamente para o **POP**, onde **você** poderá **calcular** a dose de insulina para compensar tais carboidratos, **armazenar** os dados na **sua** nuvem pessoal e depois **liberar** esses dados para **análise** pelo orientador do **seu** tratamento. E receber de volta novos **ajustes** no seu tratamento.

Vejamos como criar este link e depois como passar os carboidratos do Choef para o POP:

Na Home-Page
1) Toque em Ligar com o Paccho

A tela muda para Uma [Tela de login do Paccho](#)

132. Paccho Cliente (Visitante identificado)



Na Tela de login do Paccho

1) Toque no campo de **Nome de usuário**

O teclado aparece na tela

B) Digite seu **Nome de usuário** do Paccho

(Se o teclado cobrir o campo de **Senha** remova-o)

2) Toque no campo de **Senha**

O teclado aparece na tela

B) Digite sua **Senha** do Paccho

(Se o teclado cobrir o botão **Próximo** remova-o)

3) Toque no botão **Próximo**

133.Paccho Cliente (Visitante identificado)



O **Aviso** com a mensagem **Ligação salva com sucesso** indica que o link do Choef com o Paccho foi criado.

Na Tela de login do Paccho

- 1) **Toque** No botão **ok**, feche o **Aviso** e retorne à Tela de início (Home-Page)

133a.Paccho (Ooops!)

Cliente (Visitante identificado)



Se a mensagem do **Aviso** não for **Ligação salva com sucesso** verifique na própria mensagem o que ocorreu:

Se o **Nome de usuário** for **inválido** verifique se você o deixou em branco, com menos de 3 ou mais de 64 caracteres ou se deixou um caracter não alfabético e não numérico no texto (verifique se está usando o nome de usuário do **Choef** e não do **Paccho**)

Se a **Senha** for **inválida** verifique se você a deixou em branco, com menos de 3 ou mais de 16 caracteres ou se deixou um caracter não alfabético e não numérico no texto (verifique se está usando a senha do **Choef** e não do **Paccho**)

Nota: Se esqueceu o nome de usuário ou a senha do **Paccho**, entre em contato com seu orientador do **Paccho**. Ele poderá lhe informar o seu nome de usuário e lhe fornecer uma nova senha.

Feche o diálogo, conserte os erros e toque novamente no botão **Próximo**

134.Paccho

Cliente (Visitante identificado)



Agora Que o link do Choef para o Paccho foi **criado**, vejamos como passar informações do Choef para o POP:

Nota: O link com o Paccho só é finalmente **estabelecido** da **próxima vez** que você acessar o Choef **depois** de ter **criado** o link. Portanto, **saia** do Choef, **entre** outra vez e faça **login** de novo, antes de prosseguir com seu **primeiro** uso do link

Na Home-Page

1) Toque na aba **Refeições**

A Lista de refeições é exibida

2. **Sirva** uma refeição

Café padrão com melão e suco de acerola

A tela muda para a **Tela de listagem de refeição**

135.Paccho

Cliente (Visitante identificado)



Na Tela de listagem

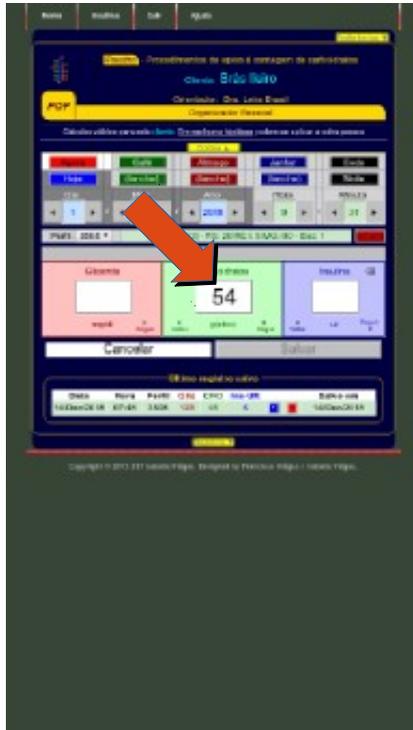
3) Toque no botão Confirma e confirme

O botão POP é exibido

4. Toque no botão POP

O chef abre a Tela do POP e passa o controle para ele

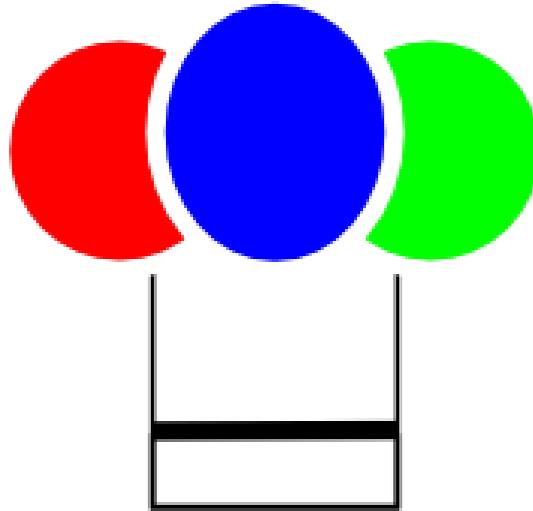
135.Paccho Cliente (Visitante identificado)



Na Tela do POP

Pronto. Quando passa o controle ao **POP**, o **Choef** passa também o resultado da contagem dos carboidratos da **sua** refeição. No POP, **você** pode então usar esta informação para **calcular** a dose de insulina, **salvar** os dados na **sua** nuvem pessoal na **Internet** e depois **liberar** o acesso aos dados ali armazenados para **análise** pelo orientador do **seu** tratamento.

140.OBRIGADO
Cliente(Visitante identificado)



OBRIGADO POR SEU INTERESSE
NO CHOEF