

Mes Glucides

U.I. GLASSMORPHISM



Version 1.2.8 - sorti le 12 Octobre 2026

Dimitri Colignon

1. Présentation

1.1. Qui suis-je

Je m'appelle Dimitri Colignon et je suis un particulier qui développe des applications depuis l'âge de 15 ans (1986).

J'ai commencé avec comme langage le « Locomotive BASIC » sous le système d'exploitation « AMSDOS » sur un micro-ordinateur « Schneider 64k ».

Mes langages de prédilection, pour les applications mobiles, sont pour le moment le langage « Dart » et son SDK « Flutter » ainsi que tout l'écosystème qui gravite autour.

Pour les applications desktop, j'utilise « Python ».

Je m'intéresse aussi aux technologies web comme le « HTML/CSS/JS ».

1.2. Pourquoi une application ?

Après avoir été diagnostiqué diabétique, j'ai cherché une application mobile pour mon alimentation.

Ne trouvant pas ce que je souhaitais comme je le voulais, j'ai décidé de développer ma propre application et de la partager gratuitement et sans publicité avec vous.

1.3. Bref descriptif de l'application

Cette application de gestion des Glucides comporte 4 points forts ...

1.3.1. Recherche

Elle est fournie avec une base de donnée validée par des experts comprenant plus de 3.350 aliments.

1.3.2. Calculatrice

Vous pouvez calculer vos glucides en entrant une quantité donnée mais pas que ...

1.3.3. Carnet

Vous pouvez ajouter chaque aliments dans un carnet de menu qui est organisé par date et type de repas.

1.3.4. Exportation

Vous pouvez exporter votre carnet en journée de repas ou juste un repas en PDF.

1.3.5. Mais aussi ...

D'autres compositions sont incluses et calculées selon le poids choisi comme l'énergie (kcal & kJ), les lipides, les protéines, les fibres et le sel.

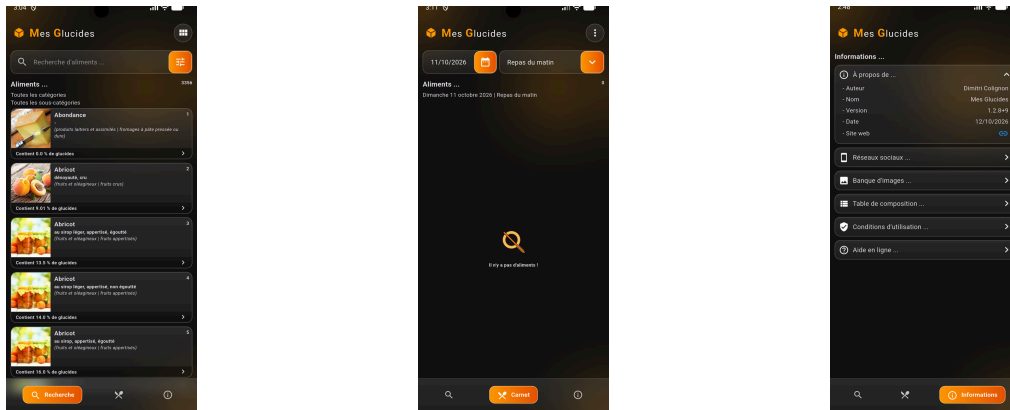
2. L'application

2.1. Chargement



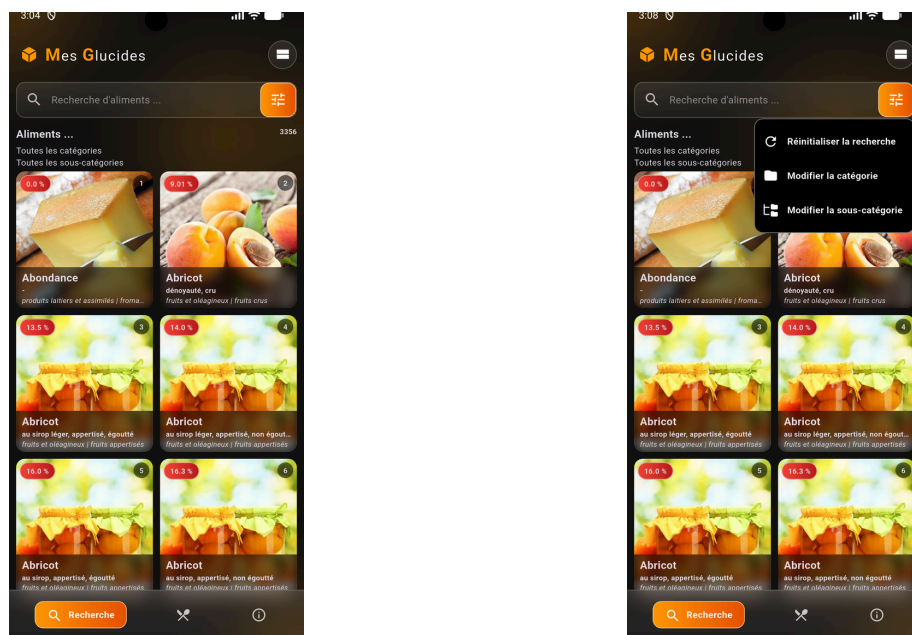
Cette page charge les ressources de l'application comme les données et les images. Cela peut prendre quelques secondes ...

2.2. Les onglets



Vous avez 3 onglets, la première concerne la recherche d'un aliment, la seconde le carnet de menu et la dernière les informations concernant l'application.

2.2.1. Onglet « Recherche »



2.2.1.1. Type de liste :

Vous avez le choix entre une vue en liste ou en grille de vos aliments (Icônes en haut à droite).

2.2.1.2. Recherche d'un aliment :

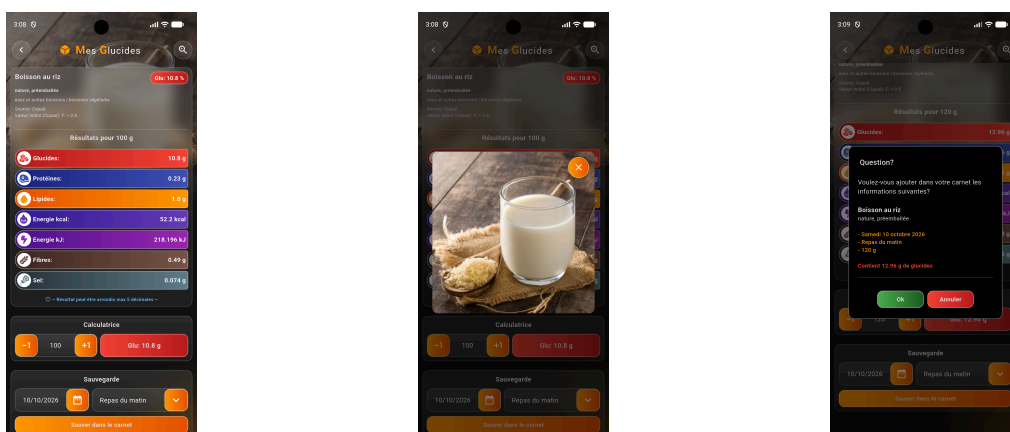
En cliquant sur l'icône « Filtre » en haut à droite de la zone de recherche vous avez accès à une liste sur lequel vous pouvez faire une sélection d'une catégorie d'aliments ou une sous-catégorie d'aliments.

Conclusion : Vous pouvez faire une sélection par catégorie/sous-catégorie et/ou mot clé, ou scroller jusqu'à trouver votre aliment.

2.2.1.3. Liste des aliments :

L'en-tête est composé du nombre d'aliments de la sélection ainsi que du nom de la catégorie et de la sous-catégorie. La liste représente les aliments de la sélection. Chaque aliment est composé de sa photo, de son nom, de sa description, de sa catégorie, de sa sous-catégorie ainsi que du pourcentage de glucides ; c'est une zone cliquable qui donne accès à sa « fiche détails ».

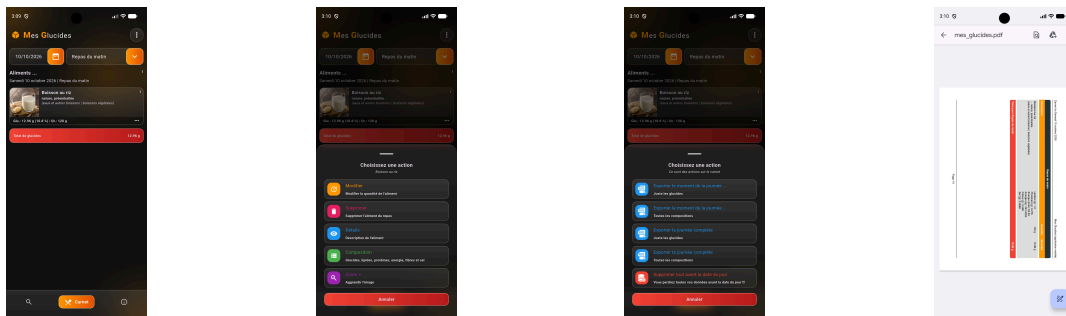
2.2.1.4. Détail de l'aliment :



Vous avez 3 zones comme :

1. Le « Détail de l'aliment » qui comporte sa description, sa proportion pour 100 grammes des compositions et sa photo.
2. Sa « Calculatrice » qui vous permet de choisir une quantité de 1 à 9999 grammes et le résultat des compositions pour la quantité encodé.
3. Et enfin la zone « Ajout dans le carnet » par date et repas, qui sauve votre aliment dans le carnet.

2.2.2 Onglet « Carnet »

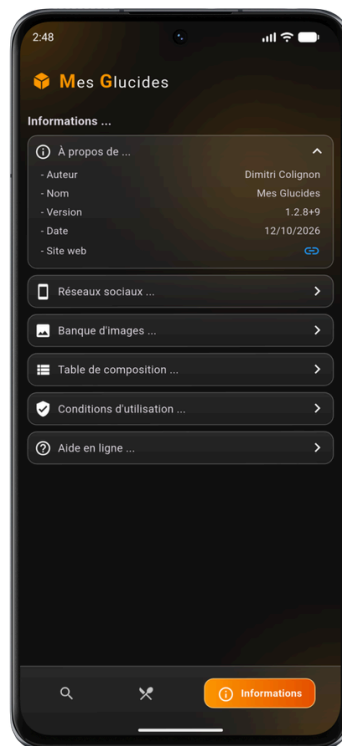


La 1ère image représente les aliments que vous avez ajouter dans votre carnet à une date précise et un repas donné, chaque aliments comporte sa signalétique ainsi que le total de glucides en gramme pour la quantité choisie (aussi en gramme).

En cliquant sur chaque aliment vous avez un menu pop-up (2ème image) avec des actions que vous pouvez faire comme modifier la quantité, supprimer l'aliment etc ...

En cliquant sur l'icône en haut à droite vous avez accès à une liste (3ème image) sur lequel vous pouvez exporter votre carnet au format PDF (4ème image) ou supprimer tout les menus à une date antérieur à la date du jour afin d'alléger la base de donnée.

2.2.3 Onglet « Informations »



Voici toutes les informations concernant l'utilisation de l'application comme :

1. « A propos de », qui donne la version et le détail de l'application.
2. « Réseaux sociaux » pour me suivre ou me contacter.
3. « Banque d'images », qui donne accès aux ressources d'images.
4. « Table de composition » qui donne accès au site de ressource des données.
5. « Conditions d'utilisation » de l'application.
6. « Aide en ligne » qui donne accès vers ce fichier.

3. Les ressources

3.1 Les images

Les images proviennent soit de l'IA soit d'une banque de ressources sur l'un des sites ci-dessous ... (Compte Premium ou Pro)

FlatIcon: <https://www.flaticon.com/>

Freepik: <https://www.freepik.com/>

Canva: <https://www.canva.com/>

3.2 Les données

Les tables de composition proviennent de ...

Anses. 2025. Table de composition nutritionnelle des aliments CiquaI, consulté le 30/01/2026

<https://ciquaI.anses.fr/>

!!! Info !!!

Les données manquantes de la table CiquaI (signifié par la valeur « - ») est défini comme « pas de donnée » dans l'application, sauf pour les glucides ou pour ce cas, une recherche a été faite sur google I.A.

Les données définies comme « traces » ont été mise à zéro dans l'application.

Et enfin, les données définies comme par exemple « < 0.5 » ont été mises pour cet exemple à « 0.49 » dans l'application.

Cela ne concerne que quelques dizaines d'aliments.

4. Téléchargement



Vous pouvez scanner ce QR code pour accéder à la page de téléchargement pour l'application version Android ou en cliquant sur le lien ci-dessous ...

https://play.google.com/store/apps/details?id=be.dcolignon.mes_glucides