GEMEINSCHAFTSPRAXIS GRAF

Ernährungstagebuch

Name: _____ Geburtsdatum: _____

Datum/Uhrzeit	Mahlzeiten/Menge	Getränke/Menge	Bemerkungen (Besonderheiten

Mengenangaben: Tasse, Glas, Becher, EL, TL, Scheibe, Stück;

Gemüse: roh oder gekocht

Fertigprodukt oder selbst gekocht