

DZIENNICZEK ŻYWIENIOWY

Data zapisuDzień tygodnia (ważne)

Posiłek/ Godzina posiłku	Spożyte pokarmy, rodzaj i/lub nazwa producenta, skład i/lub opis potrawy, wypite napoje	Ilość	Uwagi
godz. Śniadanie:			
godz. II śniadanie/ Przekąska:			
godz. Obiad/Lunch:			
godz. Kolacja:			
Przekąski/Podjadanie :			