Poradnictwo Dietetyczne EWA ROMAN

Imia i nazvuiekai	
imie i nazwisko:	

Dzienniczek żywieniowy:

Data:	Godzina wstania:	Godzina położenia się spać:

Godzina	Posiłek	Miejsce (np. dom, praca)	Skład posiłku (np. chleb żytni, masło, szynka drobiowa)	Miara (kromka, łyżka, szklanka, plastry, gramy)

Data:	Godzina wstania:	Godzina położenia się spać:

Godzina	Posiłek	Miejsce (np.	Skład posiłku (np. chleb żytni, masło,	Miara (kromka, łyżka,
		dom, praca)	szynka drobiowa)	szklanka, plastry, gramy)