MEDICLIN
HEDON KLINIK

Ernährungsprotokoll

Bitte schreiben Sie ein Ernährungsprotokoll für 7 Tage inkl. einem Wochenende. Schreiben sie alles auf was sie essen und trinken. Halten sie die Angaben möglichst genau, und zwar wie folgt:

Zeit: Tragen sie die genaue Uhrzeit der Mahlzeitenaufnahme ein.

Ort: z. B. zu Hause, unterwegs, im Restaurant, etc.

Menge: Es empfiehlt sich die Mengen im essbaren Zustand zu wiegen! Sollte dies nicht möglich sein auf Angaben wie Esslöffel, Scheibe, Suppenteller, Tasse, Glas oder ähnliches zurückgreifen.

Lebensmittel/ Getränke: Beschreiben sie Essen und Trinken so genau wie möglich, d. h. Sorte, Fettgehalt, etc.

Anmerkung: Hier ist Platz für Anmerkungen, z. B. Stress, Trauer, Langeweile, etc.

Datum/ Zeit/ Ort	Speisen / Menge	Getränke / Menge	Anmerkungen

Ausgedruckt unterliegt das Dokument nicht dem nderungsdienst

MEDICLIN
HEDON KLINIK

Datum/ Zeit / Ort	Speisen / Menge	Getränke / Menge	Anmerkungen

Ausgedruckt unterliegt das Dokument nicht dem nderungsdienst