

ESSENSTAGEBUCH

Tag 1

_____ Datum

Was haben Sie gegessen?

Was haben Sie getrunken?

1. Frühstück

_____ Uhrzeit

2. Frühstück

_____ Uhrzeit

Mittagessen

_____ Uhrzeit

Nachmittags

_____ Uhrzeit

Abendessen

_____ Uhrzeit

danach

_____ Uhrzeit



ESSENSTAGEBUCH

Tag 2

_____ Datum

Was haben Sie gegessen?

Was haben Sie getrunken?

1. Frühstück

_____ Uhrzeit

2. Frühstück

_____ Uhrzeit

Mittagessen

_____ Uhrzeit

Nachmittags

_____ Uhrzeit

Abendessen

_____ Uhrzeit

danach

_____ Uhrzeit



ESSENSTAGEBUCH

Tag 3

_____ Datum

Was haben Sie gegessen?

Was haben Sie getrunken?

1. Frühstück

_____ Uhrzeit

2. Frühstück

_____ Uhrzeit

Mittagessen

_____ Uhrzeit

Nachmittags

_____ Uhrzeit

Abendessen

_____ Uhrzeit

danach

_____ Uhrzeit



ESSENSTAGEBUCH

Tag 4

_____ Datum

Was haben Sie gegessen?

Was haben Sie getrunken?

1. Frühstück

_____ Uhrzeit

2. Frühstück

_____ Uhrzeit

Mittagessen

_____ Uhrzeit

Nachmittags

_____ Uhrzeit

Abendessen

_____ Uhrzeit

danach

_____ Uhrzeit

