

Ernährungssymptomtagebuch



Ernährungsberaterin:

Name, Vorname

Wochentag, Datum

Uhrzeit	Menge	Essen und Trinken inkl. Gewürze, Öle, Fette (Rezepte und Zutatenlisten von Fertigprodukten auf Extrazettel)	Zubereitung (roh, geschält, ge- kocht, zerkleinert, gedünstet, gebraten)	Medikamente Therapie	Umwelt (besondere Ereignisse, Tierkontakte, Wetter)	Allgemeinzustand/ Beschwerden Wann? Welche?