

gel

Tag	Mahlzeit	Uhrzeit	Was wurde gegessen/getrunken?	Befinden nach Essen	Wo wurde gegessen? (Zuhause/Restaurant...)
6.9	Frühstück	—	—	—	—
	Zwischenmahlzeit	11:30	Brot mit Fleischwurst	—	zu Hause
	Mittagessen		(Joghurt Kinderriegel) ⇓	—	
	Zwischenmahlzeit				
	Abendessen		Pommes, Fleischwurst + Melchur		zu Hause
	Getränke		Wasser, Energie 1x		