

Beh

Tag	Mahlzeit	Uhrzeit	Was wurde gegessen/getrunken?	Befinden nach Essen	Wo wurde gegessen? (Zuhause/Restaurant...)
11.8	Frühstück				
	Zwischenmahlzeit	15:00	1x Milch		
	Mittagessen	16:00	2x Weizen Croissant		
	Zwischenmahlzeit	20:00	3x Fischstäbchen		
	Abendessen	22:38	1x Fischstäbchen 1x Wiener Croissant		
	Getränke		2x 0,33l Coca Cola 2x 0,5l Apfelschorle Wasser 1l		