

Janina

Tag	Mahlzeit	Uhrzeit	Was wurde gegessen/getrunken?	Befinden nach Essen	Wo wurde gegessen? (Zuhause/Restaurant...)
Do 3. Aug .09	Frühstück	0:00	Kaffee mit Milch		
	Zwischenmahlzeit	10:00	1x Jirne		MMA
	Mittagessen	12:10	Brot mit Wase + Gurke		MMA
	Zwischenmahlzeit				
	Abendessen	17:00 19:00 19:30	Brateln mit Hackfleisch Wiesbrot Chips		zu Hause
	Getränke		Kaffee 111 111 1 Wasser 0,5 l 1x Griburger Radler		