

Lucy

Tag	Mahlzeit	Uhrzeit	Was wurde gegessen/getrunken?	Befinden nach Essen	Wo wurde gegessen? (Zuhause/Restaurant...)
Do 3.9	Frühstück	—	—		
	Zwischenmahlzeit	—	—		
	Mittagessen	14:00	Mudeln mit Hackfleisch 1x Bifi		zu Hause
	Zwischenmahlzeit	16:00	1x Joghurt		zu Hause
	Abendessen		Quips zweischneidurch		
	Getränke		1 1/2 Liter Wasser		