

duca

Tag	Mahlzeit	Uhrzeit	Was wurde gegessen/getrunken?	Befinden nach Essen	Wo wurde gegessen? (Zuhause/Restaurant...)
Mo 31.8.26	Frühstück				
	Zwischenmahlzeit				
	Mittagessen	13:00 14:15	Toast mit Butter + Salami Wiener Crosscut 1x	— —	zu Hause
	Zwischenmahlzeit	17:20	Chips	—	zu Hause
	Abendessen	18:15 22:43	Brötchen mit Fenchelstücken Toast mit Butter + Salami Rift	—	zu Hause
	Getränke		Wasser 1,5 Liter		