

Marka

Tag	Mahlzeit	Uhrzeit	Was wurde gegessen/getrunken?	Befinden nach Essen	Wo wurde gegessen? (Zuhause/Restaurant...)
3.8.20	Frühstück		3 Stecker 1 x Gebäck mit Rahm + Marmelade		
	Zwischenmahlzeit		/		
	Mittagessen	14:30	1 x Kneulen mit Bechamel sauce		
	Zwischenmahlzeit		/		
	Abendessen		1 x Gebäck mit Rahm + Marmelade 2 x Brat fleisch		
	Getränke		0,5 l Stillen Wasser		