

Tag	Mahlzeit	Uhrzeit	Was wurde gegessen/getrunken?	Befinden nach Essen	Wo wurde gegessen? (Zuhause/Restaurant...)
6.8.	Frühstück		Staple 3		ZV
	Zwischenmahlzeit	/			
	Mittagessen		2 x Kleingut		ZV
	Zwischenmahlzeit	18:30	4 Scheiben Toast mit Milch, Stiche und Saft		ZV
	Abendessen	20:15	Brennen mit 2 Stierch, 3 Stierch + 1 Stierch		ZV
	Getränke	/	/		