

Beschwerdetagebuch – Seite

Datum Mahlzeit Uhrzeit Ort	Beschwerden	Nahrungsmittel Was, Menge, Gewürze, Zubereitung, Fertigprodukte, ... Getränke	Sonstiges Stress, Krankheiten, Aktivitäten, Sport, Wetter, Pollen, ... Medikamente

Beschwerdetagebuch – Seite

Datum Mahlzeit Uhrzeit Ort	Beschwerden	Nahrungsmittel Was, Menge, Gewürze, Zubereitung, Fertigprodukte, ... Getränke	Sonstiges Stress, Krankheiten, Aktivitäten, Sport, Wetter, Pollen, ... Medikamente