

ÉTKEZÉSI NAPLÓ

	Mit ettél?	Mikor?	Hogy éreztetted magad?
Dátum:			
Reggeli			
Tízórai			
Ebéd			
Uzsonna			
Vacsora			
Dátum:			
Reggeli			
Tízórai			
Ebéd			
Uzsonna			
Vacsora			