

Diätologen –
Ernährungsmedizinische Beratung

Ernährungsprotokoll

ad AA für therapeutische Sparten der Medizinisch technischen Dienste

ADR_AMT_SG

Ernährungsprotokoll

Name:

Geb.:

Aktuelles Körpergewicht:

Tag, Datum:

Mahlzeit Uhrzeit	Menge	Lebensmittel	Zubereitung	Wo wurde gegessen
Frühstück:				
Jause:				
Mittag- essen:				
Jause:				
Abend- essen:				
Spät- mahlzeit:				

Mengenangaben bitte in Haushaltsmaßen:

Teelöffel (TL), Esslöffel (EL) - z. B. Zucker, Öl, Butter

¼ Liter, ½ Liter, ml, g – z. B. Getränke, Joghurt, Suppe

Stück, Scheibe, Blatt (z. B. Brot, Wurst, Käse, ...)

handteller groß (z. B. Fleisch); handvoll (z. B. Beilagen) ...

Lebensmittel bitte genau bezeichnen: z. B. Vollkornbrot, Magermilch, ...

Fettgehalt bei Milchprodukten, Käse usw. (z. B. Vollmilch 3,6 %)

Zubereitung: gebraten, gebacken, gekocht, gegrillt – verwendetes Kochfett angeben!