

Дневник питания *

	Время принятия пищи	Перечень продуктов	Вес в граммах или количество	Вода	Физическая нагрузка	Эмоциональное состояние	Время отхода ко сну
Завтрак							
Перекус (второй завтрак)							
Обед							
Перекус							

Ужин							
Перекус за 2 часа до сна							
Итого за день							

* Для пациентов с ожирением необходимо вести пищевой дневник в свободной форме не менее недели