

<i>Wochentag/Zeit</i>	<i>Morgens</i>	<i>Mittags</i>	<i>Abends</i>
<i>Montag</i>			
<i>Dienstag</i>			
<i>Mittwoch</i>			
<i>Donnerstag</i>			
<i>Freitag</i>			
<i>Samstag</i>			
<i>Sonntag</i>			

Notizen:

Bitte jeweils folgendes eintragen: Lebensmittel + Menge, Getränke + Menge, Beschwerden