

Дневник питания

Дневник питания

Дата: ____ . ____ . 20__

Время	Продукты и их количество			Kcal
		Б		
		Ж		
		У		
		Б		
		Ж		
		У		
		Б		
		Ж		
		У		
		Б		
		Ж		
		У		
		Б		
		Ж		
		У		
		Б		
		Ж		
		У		
		Б		
		Ж		
		У		
		Б		
		Ж		
		У		

ИТОГО за день:	Белки	Жиры	Углеводы	Калории