

Anmerkungen																			
3. Hauptmahlzeit	Datum	Arbeits- tag	Urlaubs- tag	Lebensmittel Menge	Fett in %	Getränk	ml	Medikament	Blähungen			Bauchschmerzen			Durchfall				
									stark	mittel	leicht	stark	mittel	leicht	stark	mittel	leicht		
Abend																			
Bestandteil 1																			
Bestandteil 2																			
Bestandteil 3																			
Bestandteil 4																			
Bestandteil 5																			
Snack										Übelkeit			Stuhlfrequenz (Häufigkeit)			Stuhlkonsistenz (Beschaffenheit)			
										stark	mittel	leicht	1 x	2x	3x +	hart	weich	flüssig	
Anmerkungen																			