WIELKOPOLSKIE CENTRUM TERAPII NATURALNYCH

Dzienniczek żywieniowy

Godzina	Klasyfikacja posiłku, okoliczności (np. śniadanie,obiad, zajadanie stresu itp.)	Miejsce spożycia	Opis posiłku	Ilość	Głód przed posiłkiem (skala od 1-5 0- brak, 5- wilczy głód)	Uwagi po posiłku (np. zgaga, senność, ochota na słodkie)

Wielkopolskie Centrum Terapii Naturalnych

Dąbrowskiego 30b/30 60-841 Poznań

883 188 881 biuro@wctn.pl