

相談日にお持ち下さい



食事記録票



氏名 _____

	朝 食	昼 食	夕 食	間 食
月				
日				

量や材料など出来るだけ詳しく書いてください



(記入例)

	朝 食	昼 食	夕 食	間 食
7 月 1 日	ごはん 中盛り1杯 豆腐と葱の味噌汁 1杯 納豆(ネギ) 1パック 卵焼き(砂糖) 卵1個分 ほうれん草おひたし 小皿1皿	おにぎり(昆布) 1個 食パン 6枚切1枚 はちみつ 小さじ2杯 野菜炒め 中皿1皿 (キャベツ・人参・もやし・ム) バナナ 1本	うどん 丼ぶり1杯 (なると・ねぎ) 豚生姜焼き 1人前 酢の物 中鉢1皿 (ワカメ・胡瓜) 冷奴 1/4丁 缶ビール 350ml 1缶	牛乳 コップ半分 まんじゅう 1個 缶コーヒー 微糖1缶 ビスケット 3枚



お申込みいただきありがとうございます。食事内容をもとにお話しさせていただきますので、当日、ご持参ください。お待ちしております。