Relative ID:	Local Code:

MATDAGBOK

Namn: .....

Ålder: ..... **Besöksdatum:** .....

Sköterskans namn: .....

Kontaktinformation:

Ditt namn: .....

E-post: .....

Mobilnummer: .....

Vilka produkter använder du hemma?

Skriv produktens fetthalt och märke. Skriv om produkten är ekologisk. Skriv gärna hela produktnamnet vid mjölkfria produkter t.ex. Oatly 'Original' havredryck. Tack för hjälpen!

Mjölk som dryck: .....

Margarin på bröd: .....

I matlagning:

Grädde: ..... Crème fraiche: .....

Mjölk: .....

Smör/margarin/olja: .....

I bakning:

Smör/margarin/olja: .....

Kosttillskott: .....

Glutenfri kost: ☐ **Normal kost:** ☐

Registrerad av:	Datum:	Inskickad:	Not done:	Sjuk:

OBS! Tonade fält ifylles ej. Dessa fylls i av sköterska och dietist.

MATDAGBOK

Namn: ..... Relative ID: .....

Veckodag: ◯Mån ◯Tis ◯Ons ◯Tors ◯Fre ◯Lör ◯Sön **Datum:** .....

Kosttillskott: ……..

Om det behövs så använd flera blad. Börja varje ny dag på ny sida!

Klockslag	**Beskriv vad du åt och drack.** Ange tillagningssätt (stekt, kokt), fett vid stekning, märke på halv/helfabrikat	**Var åt du?** (hemma, borta. restaurang, etc)	**Hur mycket åt du?** Ange portionsstorlek, ex. mått, bilder, figurer

MATDAGBOK

Namn: ..... Relative ID: .....

Veckodag: ◯Mån ◯Tis ◯Ons ◯Tors ◯Fre ◯Lör ◯Sön **Datum:** .....

Kosttillskott: ……..

Om det behövs så använd flera blad. Börja varje ny dag på ny sida!

Klockslag	**Beskriv vad du åt och drack.** Ange tillagningssätt (stekt, kokt), fett vid stekning, märke på halv/helfabrikat	**Var åt du?** (hemma, borta. restaurang, etc)	**Hur mycket åt du?** Ange portionsstorlek, ex. mått, bilder, figurer

MATDAGBOK

Namn: ..... Relative ID: .....

Veckodag: ◯Mån ◯Tis ◯Ons ◯Tors ◯Fre ◯Lör ◯Sön **Datum:** .....

Kosttillskott: ……..

Om det behövs så använd flera blad. Börja varje ny dag på ny sida!

Klockslag	**Beskriv vad du åt och drack.** Ange tillagningssätt (stekt, kokt), fett vid stekning, märke på halv/helfabrikat	**Var åt du?** (hemma, borta. restaurang, etc)	**Hur mycket åt du?** Ange portionsstorlek, ex. mått, bilder, figurer

Denna sida kan inte fyllas i.