



SCHEMA EETDAGBOEK

NAAM:

DATUM: / /

DAG: ma / di / wo / do / vr / za / zo

TIJDSTIP	BLOED- GLUCOSE	ETEN EN DRINKEN + TIJDSTIP	BIJZONDERHEDEN EXTRA BEWEGEN SPANNING/ZIEKTE
Voor ontbijt		Ontbijt	
1 uur na ontbijt		Tussendoortje	
Voor middag- maaltijd		Middagmaaltijd	
1 uur na middag- maaltijd		Tussendoortje	
Voor avond- maaltijd		Avondmaaltijd	
1 uur na avond- maaltijd		Tussendoortje	
Voor slapen		Voor het slapen/'s nachts	



SCHEMA EETDAGBOEK

NAAM:

DATUM: / /

DAG: ma / di / wo / do / vr / za / zo

TIJDSTIP	BLOED- GLUCOSE	ETEN EN DRINKEN + TIJDSTIP	BIJZONDERHEDEN EXTRA BEWEGEN SPANNING/ZIEKTE
Voor ontbijt		Ontbijt	
1 uur na ontbijt		Tussendoortje	
Voor middag- maaltijd		Middagmaaltijd	
1 uur na middag- maaltijd		Tussendoortje	
Voor avond- maaltijd		Avondmaaltijd	
1 uur na avond- maaltijd		Tussendoortje	
Voor slapen		Voor het slapen/'s nachts	