

## ZAPISZ CO I O KTÓREJ GODZINIE ZJADŁAŚ I WYPIŁAŚ W CIĄGU DNIA




Zapisz co i o której zjadłaś i wypijaś:

Posiłki:

Wstałam o:

I Ś:


II Ś:

--	--	--

O:


P:

--	--	--

K:


Idę spać o: