

Tijdstip + duur	Voeding				Reactie	
	Hoeveel	Voedingsmiddel / Drank	Merk	Waar	Welke	Tijdstip + duur
<b>Ontbijt</b>						
<b>Tussendoor</b>						
<b>Lunch</b>						
<b>Tussendoor</b>						
<b>Avondmaaltijd</b>						
<b>Tussendoor</b>						
<b>Sport / Beweging</b>						
Welke, Tijdstip + duur :						