

Ernährungstagebuch von:

ACH. DU CROHNIKUS

Wochentag: Datum:	Wochentag: Datum:	Wochentag: Datum:	Wochentag: Datum:	Wochentag: Datum:
Frühstück: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Frühstück: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Frühstück: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Frühstück: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Frühstück: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>
Snack/Süßgetränk: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Snack/Süßgetränk: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Snack/Süßgetränk: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Snack/Süßgetränk: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Snack/Süßgetränk: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>
Mittagessen: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Mittagessen: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Mittagessen: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Mittagessen: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Mittagessen: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>
Snack/Süßgetränk: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Snack/Süßgetränk: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Snack/Süßgetränk: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Snack/Süßgetränk: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Snack/Süßgetränk: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>
Abendessen: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Abendessen: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Abendessen: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Abendessen: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>	Abendessen: <div>Verträglichkeit <div><div></div><div></div><div></div></div></div>
Wie war mein Stuhlgang? Häufigkeit: Struktur:	Wie war mein Stuhlgang? Häufigkeit: Struktur:	Wie war mein Stuhlgang? Häufigkeit: Struktur:	Wie war mein Stuhlgang? Häufigkeit: Struktur:	Wie war mein Stuhlgang? Häufigkeit: Struktur:

Fünf-Tage-Rückblick (Zeitraum): _____ bis _____ *Acht, du Crohn/KMS*
Was habe ich gut vertragen?

Welche Lebensmittel/Speisen habe ich mit grün markiert? **Das kann ich täglich zu mir nehmen!**



Welche Lebensmittel/Speisen habe ich mit gelb markiert? **Das sollte ich nur ein bis zweimal in der Woche essen!**

Welche Lebensmittel/Speisen habe ich mit rot markiert? **Darauf sollte ich erst mal 4 Wochen verzichten!**