



Merkblatt Ernährungsprotokoll

Hinweise zum Ausfüllen des Ernährungsprotokolls:

- Datum und Uhrzeit eintragen
- Menge der verzehrten Lebensmittel angeben (z. B. 1 Teller, 1 Teelöffel, etc.)
- Milch/ Milchprodukte: Fettgehalt angeben (u. a. Käse, Frischkäse, Joghurt)
- Fleisch- und Wurstwaren: Fleisch- und Wurstsorte genau angeben, paniert oder natur etc.
- Getreideprodukte (Brot, Brötchen, Nudeln, Reis etc.) Vollkorn-, Mehrkorn- oder Weißmehlprodukte
- Getränke: genaue Angaben (ml, Glas, Tasse, Becher etc.)

Abgabe des Ernährungsprotokolls:

- Ernährungsprotokoll kopieren, Original behalten
- 1. Ernährungsprotokoll: zur Gruppenschulung mitbringen
- 2. Ernährungsprotokoll: vor dem nächsten Termin vollständig ausgefüllt **im Vorfeld per Post** zuschicken

- Per Post an:
Ernährungsteam
z. Hd. Annika Schwink, Diätassistentin
Johannesstraße 9-17
44137 Dortmund

- Per Mail als PDF-Datei an:
annika.schwink@joho-dortmund.de

Telefonsprechstunde: dienstags von 9.00-11.30 Uhr, Telefon: 0231-1843-31740