

Annika Kubb, Diätassistentin, M.Sc. Ernährung und Gesundheit  
 Ernährungsteam St.-Johannes-Hospital, Johannesstr. 9-17, 44137 Dortmund  
 Telefonsprechstunde: Dienstag von 9.00-11.30 Uhr, Telefon: 0231-1843-31740  
 Email: annika.kubb@joho-dortmund.de

## Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

### 1. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 2. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 3. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 4. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 5. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 6. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 7. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 8. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				



# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 9. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 10. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 11. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 12. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 13. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				

# Ernährungsprotokoll

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

## 14. Tag

Mahlzeit	Zeit	Speisen/Menge	Getränke	Situation
Frühstück				
Zwischenmahlzeit				
Mittagessen				
Zwischenmahlzeit				
Abendessen				
Zwischenmahlzeit				