jucknix
Das Neurodermitis Portal

Ernährungstagebuch für Neurodermitiker

Woche vom ____ bis ____

Datum/Zeit	Was gegessen/getrunken?	Befinden danach	Meine Beschwerden
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	

jucknix
Das Neurodermitis Portal

Datum/Zeit	Was gegessen/getrunken?	Befinden danach	Meine Beschwerden
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	
		☺ 😐 ☹	