

Kartläggning av hunger och sug

Kartläggning av hunger och sug för _____

den _____ / _____

Fyll i om du har ätit på grund av att du har varit sugen eller hungrig.

Skriv ett **S** för sug och ett **H** för hunger.

	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
Frukost							
Kommentar							
Mellanmål							
Kommentar							
Lunch							
Kommentar							
Mellanmål							
Kommentar							
Middag							
Kommentar							
Ev. mellanmål							
Kommentar							