

UN DIARIO DE COMIDA DE UNA SEMANA

(APUNTE ALIMENTOS CONSUMIDOS Y HORARIOS. TENGA EN CUENTA LOS SÍNTOMAS QUE TIENE Y QUE HORA TAMBIÉN)

	DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7
COMIDA EN LA MAÑANA							
SÍNTOMAS EN LA MAÑANA							
COMIDA EN LA TARDE							
SÍNTOMAS EN LA TARDE							
COMIDA EN LA NOCHE							
SÍNTOMAS EN LA NOCHE							