

2 - 2



我的飲食日記

____年____班____號 姓名：_____

◎請將一天中的飲食狀況，詳細填寫於下表中：

| 時間 | 地點 | 食物名稱 | 分量 |
|----|----|------|----|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

好還要更好