

食 事 記 録 表

氏名

様

	記入例	月 日 ()	月 日 ()	月 日 ()
朝	ご飯 130g 味噌汁（豆腐、わかめ） 昆布の佃煮 納豆 1 パック みかん1個			
昼	きつねうどん 冷奴1/4丁 サラダ（レタス、トマト、マヨネーズ）			
夕	ご飯130 g さんまの塩焼（1尾） 大根おろし 南瓜の煮付け 野菜炒め 缶ビール 1 缶（350m l）			
間食	焼せんべい 2 枚 ヤクルト 1 本			

☆ 3 日間の食事内容を記入し、栄養指導当日にご持参ください

- ・できるだけ材料をくわしく書いてください
- ・グラム数がわかれば記入してください。わからなければ、1/3個、1/2杯という書き方でも構いません
- ・間食、おやつも忘れずに記入してください

井原市民病院

栄養管理科