



Detektivski dnevnik prehrane

Dragi zdravigradski detektive,

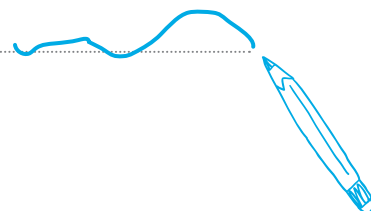
pred tobom je obrazac koji će ti pomoći pri ispunjavanju trodnevnog dnevnika prehrane. Zadatak je vrlo jednostavan, ali važno je da pri radu budeš vrlo pažljiv i temeljit. Tijekom dana bilježit ćeš sve što si pojeo, odnosno popio, od jutarnjeg buđenja do odlaska u krevet. Izdvoji tri dana u tjednu tijekom kojih ćeš bilježiti dnevnik prehrane. Prvo zapiši dan u tjednu za koji ćeš voditi dnevnik, potom nakon svakog obroka navedi vrijeme i što si sve pojeo. Ne zaboravi, pravi detektivi pošteno i detaljno odrađuju svoj posao, stoga te molim da i ti ozbiljno pristupiš navedenom zadatku. Sretno!

Velike pozdrave iz Zdravigrada šalju ti

Njumi, Njami i Vodenko!

Njumi Njami Vodenko

1. DAN	Dan u tjednu:	
OBROK	VRIJEME	BILJEŠKE
zajutrak		
doručak		
ručak		
užina		
večera		





2. DAN		
Dan u tjednu:		
OBROK	VRIJEME	BILJEŠKE
zajutrak		
doručak		
ručak		
užina		
večera		

3. DAN		
Dan u tjednu:		
OBROK	VRIJEME	BILJEŠKE
zajutrak		
doručak		
ručak		
užina		
večera		

