

Blutzucker- und Ernährungstagebuch für eine Woche

Verwende die Einheit auf deinem Messgerät: mg/dL oder mmol/L. Lass unbekannte Angaben frei.

Woche ab _____

Datum	Uhrzeit	Glukose	Einheit	Essen und Getränke	Notizen

Für persönliche Notizen, keine medizinische Beratung. Bleib bei deiner bisherigen Routine; dieses Blatt gibt weder Messzeiten noch Zielwerte vor.