

साप्ताहिक ग्लूकोज़ और भोजन डायरी

उपकरण पर दिख रही इकाई इस्तेमाल करें: mg/dL या mmol/L। अज्ञात जानकारी की जगह खाली छोड़ दें।

सप्ताह की शुरुआत _____

तारीख	समय	ग्लूकोज़	इकाई	भोजन और पेय	नोट्स

निजी नोट्स के लिए, चिकित्सा सलाह नहीं। अपनी मौजूदा दिनचर्या बनाए रखें; यह शीट मापने का समय या ग्लूकोज़ के लक्ष्य तय नहीं करती।