

ERNÄHRUNGS- TAGEBUCH

Grumbeere-Quest

MO DI MI DO FR SA SO

Datum:

Heute habe ich Folgendes gegessen und getrunken:

So viel Wasser oder Tee
habe ich getrunken:



Worauf ich stolz bin:



ERNÄHRUNGS-

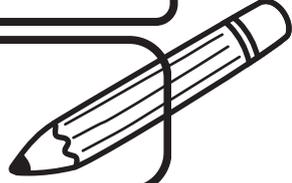
Grumbeere-Quest

TAGEBUCH

MO DI MI DO FR SA SO

Datum:

Mein Vorsatz:



Heute habe ich Folgendes gegessen und getrunken:

So viel Wasser oder Tee
habe ich getrunken:



Worauf ich stolz bin:

