

# DIARIO ALIMENTARE

Data .....

(cho= carboidrati)

Alimenti e bevande	Quantità (g o mL)	Porzione consumata (es.n° di cucchiari, mestoli, tazze, ecc.)	g CHO porz.	g CHO totali pasto	Note (att.fisica, ipoglicemia, ecc.)
Colazione					
GLICEMIA	INSULINA	2h DOPO			
Spuntino					
Pranzo					
GLICEMIA	INSULINA	2h DOPO			
Spuntino					
Cena					
GLICEMIA	INSULINA	2h DOPO			