



Weißt du, was du den ganzen Tag isst und trinkst?

Das habe ich _____

am _____ gegessen und getrunken:

Morgens

Was? _____

Wieviel? _____

Wo? _____

Zwischendurch

Was? _____

Wieviel? _____

Wo? _____

Mittags

Was? _____

Wieviel? _____

Wo? _____

Zwischendurch

Was? _____

Wieviel? _____

Wo? _____

Abends & danach

Was? _____

Wieviel? _____

Wo? _____

?

?

?

?

?

?

?

?

?

?

?

?

?