

食事記録表（内科）

栄養指導日の前3日間の献立（食べたもの）を記入してください。

【記入例】

（ 月 日 曜日）

分類	献立	材 料	分 量	分類	献立	材 料	分 量
朝	ごはん 味噌汁 目玉焼 柿の葉のお浸し	ごはん 味噌 じゃが芋 玉ねぎ 卵 油 柿の葉 醤油	100 g 大1 30 g 30 g 中1個 少々 100 g 5 g	午前 間食	ヨーグルト	ヨーグルト	小1個
昼	醤油ラーメン		1杯	午後 間食	みかん	みかん	小2個

※ 食べた分量がわからない時は、指導の際に『このくらい』と食べた目安量がいえるようにお願いします。

(月 日 曜日)

分類	献立	材料	分量	分類	献立	材料	分量
朝				午前 間食			
昼				午後 間食			
夕				夜食			

(月 日 曜日)

分類	献立	材料	分量	分類	献立	材料	分量
朝				午前 間食			
昼				午後 間食			
夕				夜食			

(月 日 曜日)

分類	献立	材料	分量	分類	献立	材料	分量
朝				午前 間食			
昼				午後 間食			
夕				夜食			