

# 食 事 記 録 表

氏 名 \_\_\_\_\_ 生年月日 T・S・H \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ 歳) 体重 \_\_\_\_\_ kg

※記入例を参考にふだんの食事を2日間連続してご記入ください。

(1日目) 令和 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 (2日目) 令和 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

	献立名(材料)	目安量	備考
<b>朝 食</b>			
時間 ( )			
場所 自宅・外食			
<b>昼 食</b>			
時間 ( )			
場所 自宅・外食			
<b>夕 食</b>			
時間 ( )			
場所 自宅・外食			
<b>アルコール</b>			
時間 ( )			
場所 自宅・外食			
<b>間 食</b>			
時間 ( )			
場所 自宅・外食			

	献立名(材料)	目安量	備考
<b>朝 食</b>			
時間 ( )			
場所 自宅・外食			
<b>昼 食</b>			
時間 ( )			
場所 自宅・外食			
<b>夕 食</b>			
時間 ( )			
場所 自宅・外食			
<b>アルコール</b>			
時間 ( )			
場所 自宅・外食			
<b>間 食</b>			
時間 ( )			
場所 自宅・外食			

(書き方の例)

令和 5年 4月 1日

	献立名	目安量	備考
<b>朝 食</b>	食パン	6枚切 2枚	
時間 (7:30)	マーガリン	たっぷり	
場所 ①自宅 外食	ハムエッグ 卵	1個	
	ハム		
	サラダ 野菜	少し	
	マヨネーズ		
	バナナ	1本	
	牛乳	コップ1杯	

記入後の感想を自由にお書きください。

- ・
- ・
- ・

(例)

- ・ 食べたものを書くのは面倒だ
- ・ 食べ過ぎているような気がする など

※ご記入の上、栄養指導当日にお持ちください。

奈良市総合医療検査センター TEL 0742-33-7876  
管理栄養士 FAX 0742-33-5800

堀江 古屋 谷口

※指導日当日、担当者の都合によりやむを得ず  
担当が変更になる場合がございます。

※窓口へお越しの際は番号札をお取りになってお待ちください