

# Registro de Alimentos de Tres Días

Este registro de alimentos será útil en su cita con su dietista registrado. Por favor, registre una variedad de días, incluidos días laborables, fines de semana, etc., y tome las notas relevantes en la sección de comentarios, le recomendamos que traiga este formulario y recorte o imágenes de comidas y refrigerios en su teléfono celular a su agenda de reuniones.

Día de la Semana: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

		Viveres	Beber	Carbs Totales	Azúcar en la Sangre	Comentarios
<b>DIA 1</b>	Desayuno					
	Bocadillo					
	Almuerzo					
	Bocadillo					
	Cena					
	Bocadillo					



Día de la Semana: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

		Víveres	Beber	Carbs Totales	Azúcar en la Sangre	Comentarios
DIA 2	Desayuno					
	Bocadillo					
	Almuerzo					
	Bocadillo					
	Cena					
	Bocadillo					

Día de la Semana: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

		Víveres	Beber	Carbs Totales	Azúcar en la Sangre	Comentarios
DIA 3	Desayuno					
	Bocadillo					
	Almuerzo					
	Bocadillo					
	Cena					
	Bocadillo					