

الإسم:	الرقم:
--------	--------

أكتب ونسق في جدول نموذج المأكولات اليومية المرفق.

أكتب بعض الخطوات التي إستخدمتها في النموذج.

أكتب الخطوات الجديدة التي إستفدتها في عمل النموذج.

ملاحظات:

Daily Food Diary for _____ Date _____

Food Group	Food Name and Amount
Breakfast	
Grains/Starches	
Vegetables	
Fruits	
Dairy	
Protein	
Fats	
Sweets	
Beverages	
Comments	
Snack	
Lunch	
Grains/Starches	
Vegetables	
Fruits	
Dairy	
Protein	
Fats	
Sweets	
Beverages	
Comments	
Snack	
Dinner	
Grains/Starches	
Vegetables	
Fruits	
Dairy	
Protein	
Fats	
Sweets	
Beverages	
Comments	
Snack	