

食事記入調査表

★記入上の注意 (必ず連続する3日間で記入してください)

★1日に食べたすべての内容をできるだけ詳しく下表に記入してください。

★数量は、ご飯以外はすべて調理前(生)で計量したものを記入してください。

★数量はグラム数で記入してください。不明の場合には目安量を記入してください。

年 月 日

	献立名	食品名 調味料も含む	数量 g	目安量	備考
朝食					
昼食					
夕食					
間食					