Dr. med. Pieter-Jan Kaas – Westring 14 – 50389 Wesseling – Trinkprotokoll

Name:

Datum eintragen →	Montag TT.MM.JJJJ		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
Mineralwasser oder Leitungswasser	Beispiel 200 ml 75ml 170 ml	150ml												
Ungesüßter Früchtetee o. Kräutertee	200ml													
Apfelsaft, Orangensaft, andere reine Fruchtsäfte	150ml													
Apfelschorlen, andere Obstsaft-schorlen														
Limonade, Fanta, Sprite, Eistee, etc.														
Sonstiges														
Tagestrink-menge:	945ml													