



## 飲食日記和血糖紀錄

日期	__/__/__ 星期( )	__/__/__ 星期( )	__/__/__ 星期( )	__/__/__ 星期( )	__/__/__ 星期( )	__/__/__ 星期( )	__/__/__ 星期( )
空腹血糖							
早餐							
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
茶點							
午餐							
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
茶點							
晚餐							
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
宵夜							

請填寫你的餐後 2 小時血糖於  內