Datum: _____

Tijd	Hoeveel en wat	Koolh. (gram)	Bloedglucose (mmol/l)	Beweging
	Ontbijt		N	
	Tussendoor		NO	
	Lunch		VM	
	Tussendoor		NM	
	Avondmaaltijd		VA	
	Tussendoor		NA	
			VS	