月　　日（　　）曜日（　　）病日	
血圧　　/　　mmHg	体重　　kg

	朝食前	朝食後	運動内容・時間（分）
血糖値			
治　療			
	昼食前	昼食後	運動内容・時間（分）
血糖値			
治　療			

食　事		朝　食								
献　立	食品名	目安量	g	表1	表2	表3	表4	表5	表6	調味料
計		単位								

食　事		昼　食								
献　立	食品名	目安量	g	表1	表2	表3	表4	表5	表6	調味料
計		単位								