

Дневник регистрации приемов пищи и напитков

Используйте этот дневник регистрации приемов пищи и напитков, который поможет Вам придерживаться рациона правильного питания. Ваш врач может также обсудить это с Вами, чтобы помочь выбрать более здоровое питание для достижения Ваших целей при лечении гипертонии.

Понедельник	
Время суток	Что я ел(-а) и пил(-а)

Вторник	
Время суток	Что я ел(-а) и пил(-а)

Среда	
Время суток	Что я ел(-а) и пил(-а)

Четверг	
Время суток	Что я ел(-а) и пил(-а)

