Journal alimentaire

Date / heure	Repas: pt déj déj, dîner	Aliments	Quantité	Humeur, émotions	Lieu, avec qui, activité	Faim: score 0-10, satiété	Boissons	Dépenses	Commentaires

Journal alimentaire

Date / heure	Repas: pt déj déj, dîner	Aliments	Quantité	Humeur, émotions	Lieu, avec qui, activité	Faim : score 0-10, satiété	Boissons	Dépenses	Commentaires