



Mein Fresubin® Ernährungstagebuch

Name:

Datum:

UHRZEIT	MAHLZEIT	ESSEN & GETRÄNKE	BESCHWERDEN <small>Welche? Dauer? Schwere?</small>	ENERGIELEVEL* <small>1 - Geringes Energielevel, 5 - Hohes Energielevel</small>
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5

Datum:

UHRZEIT	MAHLZEIT	ESSEN & GETRÄNKE	BESCHWERDEN <small>Welche? Dauer? Schwere?</small>	ENERGIELEVEL* <small>1 - Geringes Energielevel, 5 - Hohes Energielevel</small>
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5



Tip: Leichter Schlucken mit den Andickungsmitteln von Fresenius Kabi

Leiden Sie unter einer Schluckstörung (Dysphagie) oder haben Sie Beschwerden beim Kauen und Schlucken von Nahrungsmitteln? Nutzen Sie unser Andickungspulver Thick & Easy / Clear, um Speisen und Getränke anzudicken und somit die Verschluckungsgefahr zu reduzieren.

Mehr erfahren Sie unter: [fresubin.com/de/andickungsmittel](https://www.fresubin.com/de/andickungsmittel)

* Durch die Selbsteinschätzung Ihres Energielevels können Sie ablesen, an welchen Tagen Sie sich besonders fit gefühlt haben. Rückschlüsse können dann auch die Nahrung, die Sie an diesem Tag aufgenommen haben, und das Level Ihrer Beschwerden liefern.

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).
Zum Diätmanagement bei bestehender oder drohender Mangelernährung.



Mein **Fresubin**[®] Ernährungstagebuch

Name:

Datum:

UHRZEIT	MAHLZEIT	ESSEN & GETRÄNKE	BESCHWERDEN <small>Welche? Dauer? Schwere?</small>	ENERGIELEVEL* <small>1 - Geringes Energielevel, 5 - Hohes Energielevel</small>
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5

Datum:

UHRZEIT	MAHLZEIT	ESSEN & GETRÄNKE	BESCHWERDEN <small>Welche? Dauer? Schwere?</small>	ENERGIELEVEL* <small>1 - Geringes Energielevel, 5 - Hohes Energielevel</small>
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5



Tip: Ermitteln Sie Ihren Ernährungszustand – mit unserem Ernährungs-Check!

Um Ihren Ernährungszustand und erste Hinweise auf ein mögliches Risiko für Mangelernährung festzustellen, können Sie online unseren Ernährungs-Check durchführen. Sprechen Sie bei einem Verdacht auf Mangelernährung Ihren behandelnden Arzt an.

Mehr erfahren Sie unter: [fresubin.com/de/mangelernaehrung-test](https://www.fresubin.com/de/mangelernaehrung-test)

* Durch die Selbsteinschätzung Ihres Energielevels können Sie ablesen, an welchen Tagen Sie sich besonders fit gefühlt haben. Rückschlüsse können dann auch die Nahrung, die Sie an diesem Tag aufgenommen haben, und das Level Ihrer Beschwerden liefern.

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).
Zum Diätmanagement bei bestehender oder drohender Mangelernährung.



Mein **Fresubin**[®] Ernährungstagebuch

Name:

Datum:

UHRZEIT	MAHLZEIT	ESSEN & GETRÄNKE	BESCHWERDEN <small>Welche? Dauer? Schwere?</small>	ENERGIELEVEL* <small>1 - Geringes Energielevel, 5 - Hohes Energielevel</small>
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5

Datum:

UHRZEIT	MAHLZEIT	ESSEN & GETRÄNKE	BESCHWERDEN <small>Welche? Dauer? Schwere?</small>	ENERGIELEVEL* <small>1 - Geringes Energielevel, 5 - Hohes Energielevel</small>
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5



Tipp: Gut versorgt mit Fresubin[®] – Probieren Sie unsere Rezepte

Brauchen Sie Abwechslung in Ihrem Speiseplan? Fresubin Trinknahrung kann nicht nur pur genossen, sondern auch passend zu Ihren täglichen Mahlzeiten zubereitet werden. Dafür haben wir verschiedene Rezepte entwickelt und ausprobiert. Egal ob süß oder herzhaft, zum Frühstück oder als Dessert – die Rezepte können einfach zu Hause nachgemacht werden. Probieren Sie zum Beispiel unseren leckeren Grießpudding mit dem Fresubin 2 KCAL Drink und überzeugen Sie sich selbst!

Mehr erfahren Sie unter: [fresubin.com/de/rezepte](https://www.fresubin.com/de/rezepte)

* Durch die Selbsteinschätzung Ihres Energielevels können Sie ablesen, an welchen Tagen Sie sich besonders fit gefühlt haben. Rückschlüsse können dann auch die Nahrung, die Sie an diesem Tag aufgenommen haben, und das Level Ihrer Beschwerden liefern.

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).
Zum Diätmanagement bei bestehender oder drohender Mangelernährung.



Mein **Fresubin**[®] Ernährungstagebuch

Name:

Datum:

UHRZEIT	MAHLZEIT	ESSEN & GETRÄNKE	BESCHWERDEN <small>Welche? Dauer? Schwere?</small>	ENERGIELEVEL* <small>1 - Geringes Energielevel, 5 - Hohes Energielevel</small>
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5

Datum:

UHRZEIT	MAHLZEIT	ESSEN & GETRÄNKE	BESCHWERDEN <small>Welche? Dauer? Schwere?</small>	ENERGIELEVEL* <small>1 - Geringes Energielevel, 5 - Hohes Energielevel</small>
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5
				1 2 3 4 5



Tipps: Bleiben Sie fit im Alltag – mit unseren Bewegungsvideos

Neben unserer hochkalorischen Trinknahrung kann Ihnen auch ein aktiver Lebensalltag mehr Energie verleihen. Trainieren Sie mit unseren simplen Bewegungsvideos Ihr Gleichgewicht und Ihre Beweglichkeit oder stärken Sie Ihre Muskulatur. Die Übungen können Sie in Ihre Trainingsroutine integrieren und so im Alltag fit bleiben.

Mehr erfahren Sie unter: [fresubin.com/de/bewegungsvideos](https://www.fresubin.com/de/bewegungsvideos)

* Durch die Selbsteinschätzung Ihres Energielevels können Sie ablesen, an welchen Tagen Sie sich besonders fit gefühlt haben. Rückschlüsse können dann auch die Nahrung, die Sie an diesem Tag aufgenommen haben, und das Level Ihrer Beschwerden liefern.

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).
Zum Diätmanagement bei bestehender oder drohender Mangelernährung.