

Trinkprotokoll

Trinkmenge 200 ml = 1 Strich

Getränk	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Wasser							
Kaffee/ Schwarztee							
Früchtetee							
Saftschorle							
Fruchtsaft							
Fruchtsaft- getränk							
Smoothie							
Milch							
Buttermilch							
Kakao							
Limonade/ Cola							
Energy-Drink							