



DietMet

ΠΡΟΤΥΠΟ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ
ΕΛΕΓΧΟΥ/ΡΥΘΜΙΣΗΣ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΥ



Σας παρακαλώ αναλύστε μου μία τυπική σας μέρα όσον αφορά την διατροφή και την φυσική σας δραστηριότητα (φαγητά, υγρά, πόσο δραστήριοι είστε)

ΒΑΡΟΣ:

ΥΨΟΣ:

ΗΛΙΚΙΑ:

ΩΡΑ	ΕΙΔΟΣ ΦΑΓΗΤΟΥ/ΥΓΡΟΥ ΠΟΥ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΑΤΕ	ΠΟΣΟΤΗΤΑ ΦΑΓΗΤΟΥ ΥΓΡΟΥ ΠΟΥ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΑΤΕ
ΠΟΣΟ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΣ/Α ΗΜΟΥΝ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ;		