

Community Diabetes Education Program

3 Day Food Log

Day 1/ 1-й день/ 1er. Día	Day 2/ 2-й день/ 2ndo. Día	Day 3/ 3-й день/ 3er. Día
Breakfast/ Завтрак/ Desayuno	Breakfast/ Завтрак/ Desayuno	Breakfast/ Завтрак/ Desayuno
Morning Snack/ Утренняя легкая закуска/ Merienda matutina	Morning Snack/ Утренняя легкая закуска/ Merienda matutina	Morning Snack/ Утренняя легкая закуска/ Merienda matutina
Lunch/ Обед/ Almuerzo	Lunch/ Обед/ Almuerzo	Lunch/ Обед/ Almuerzo
Afternoon Snack/ Полдник/ Merienda vespertina	Afternoon Snack/ Полдник/ Merienda vespertina	Afternoon Snack/ Полдник/ Merienda vespertina
Dinner/ Ужин/ Cena	Dinner/ Ужин/ Cena	Dinner/ Ужин/ Cena
Bedtime Snack/ Легкая закуска перед сном/ Merienda nocturna	Bedtime Snack/ Легкая закуска перед сном/ Merienda nocturna	Bedtime Snack/ Легкая закуска перед сном/ Merienda nocturna

