

# ZÁPISNÍK GLYKEMII

---

2018



**LEDEN** UNOR BŘEZEN DUBEN KVĚTEN ČERVEN ČERVENEC SRPEN ZÁŘÍ ŘÍJEN LISTOPAD PROSINEC

snídaně	po snídani	svačina	oběd	po obědě	svačina	večeře	po večeři	před spaním	noc
1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.	3.	3.	3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.	4.	4.	4.	4.	4.	4.
5.	5.	5.	5.	5.	5.	5.	5.	5.	5.
6.	6.	6.	6.	6.	6.	6.	6.	6.	6.
7. vyměň lancetu	7.	7.	7.	7.	7.	7.	7.	7.	7.
8.	8.	8.	8.	8.	8.	8.	8.	8.	8.
9.	9.	9.	9.	9.	9.	9.	9.	9.	9.
10.	10.	10.	10.	10.	10.	10.	10.	10.	10.
11.	11.	11.	11.	11.	11.	11.	11.	11.	11.
12.	12.	12.	12.	12.	12.	12.	12.	12.	12.
13.	13.	13.	13.	13.	13.	13.	13.	13.	13.
14. vyměň lancetu	14.	14.	14.	14.	14.	14.	14.	14.	14.
15.	15.	15.	15.	15.	15.	15.	15.	15.	15.

poznámky

co se mi podařilo



LEDEN ÚNOR BŘEZEN **DUBEN** KVĚTEN ČERVEN ČERVENEC SRPEN ZÁŘÍ ŘÍJEN LISTOPAD PROSINEC

poznámky

co se mi podařilo



svdane	po snídaní	svačina	oběd	po obědě	svačina	večeře	po večeři	před spaním	noc
1. vyměň lancetu	1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.	3.	3.	3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.	4.	4.	4.	4.	4.	4.
5.	5.	5.	5.	5.	5.	5.	5.	5.	5.
6.	6.	6.	6.	6.	6.	6.	6.	6.	6.
7.	7.	7.	7.	7.	7.	7.	7.	7.	7.
8. vyměň lancetu	8.	8.	8.	8.	8.	8.	8.	8.	8.
9.	9.	9.	9.	9.	9.	9.	9.	9.	9.
10.	10.	10.	10.	10.	10.	10.	10.	10.	10.
11.	11.	11.	11.	11.	11.	11.	11.	11.	11.
12.	12.	12.	12.	12.	12.	12.	12.	12.	12.
13.	13.	13.	13.	13.	13.	13.	13.	13.	13.
14.	14.	14.	14.	14.	14.	14.	7.	7.	7.
15. vyměň lancetu	15.	15.	15.	15.	15.	15.	8.	8.	8.

LEDEN ÚNOR BŘEZEN DUBEN **KVĚTEN** ČERVEN ČERVENEC SRPEN ZÁŘÍ ŘÍJEN LISTOPAD PROSINEC

snídaně	po snídani	svačina	oběd	po obědě	svačina	večeře	po večeři	před spaním	noc
16.	16.	16.	16.	16.	16.	16.	16.	16.	16.
17.	17.	17.	17.	17.	17.	17.	17.	17.	17.
18.	18.	18.	18.	18.	18.	18.	18.	18.	18.
19.	19.	19.	19.	19.	19.	19.	19.	19.	19.
20. výměň lancetu	20.	20.	20.	20.	20.	20.	20.	20.	20.
21.	21.	21.	21.	21.	21.	21.	21.	21.	21.
22.	22.	22.	22.	22.	22.	22.	22.	22.	22.
23.	23.	23.	23.	23.	23.	23.	23.	23.	23.
24.	24.	24.	24.	24.	24.	24.	24.	24.	24.
25.	25.	25.	25.	25.	25.	25.	25.	25.	25.
26.	26.	26.	26.	26.	26.	26.	26.	26.	26.
27. výměň lancetu	27.	27.	27.	27.	27.	27.	27.	27.	27.
28.	28.	28.	28.	28.	28.	28.	28.	28.	28.
29.	29.	29.	29.	29.	29.	29.	29.	29.	29.
30.	30.	30.	30.	30.	30.	30.	30.	30.	30.
31.	31.	31.	31.	31.	31.	31.	31.	31.	31.

16:49

poznamky

co se mi podařilo

