










Data		Pequeno almoço	Lanche	Almoço	Lanche	Jantar	Humor   
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						

Data		Pequeno almoço	Lanche	Almoço	Lanche	Jantar	Humor   
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						

Data		Pequeno almoço	Lanche	Almoço	Lanche	Jantar	Humor   
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						
	Comida / Bebida						
	Sintomas						