FOOD / 079

영양 상담에 가져갈 자료

하루만이 아닌 패턴을 보여요.



DIET TALK

세 가지 지점에서 읽기

01

식사

여러 날의 음식과 양을 정리해요.

02

상태

건강 문제와 복용약을 알려요.

03

목표

무엇을 바꾸고 싶은지 적어요.