Dieta Low FODMAP Fase di Reintroduzione - Diario

| DATA & GIORNO | ORA | CIBO MANGIATO | QUANTITA' | UMORE | SINTOMI DOPO MANGIATO |
|------------------|-----|---------------|-----------|-------|--------------------------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

www.lowFODMAPdiets.com