

食事摂取状況調査票

普段の食事状況について記入され栄養相談の時にご持参ください。 記入日:(令和 年 月 日)

氏名	性別:男・女	職業:	身長:	体重:	体脂肪率:
生年月日:	年 月 日 (満 歳)	※女性の場合 月経(あり・なし)			
家族構成:一人暮らし・家族 人 調理担当:本人・妻・夫・母・嫁・祖母・その他					

時間	生活内容	最近の1日の食事内容について (簡単に記入)			食欲	ある・ふつう・ない	
5:00		朝食(分間)	食べない・時々食べる・毎日食べる			便通	ある・ふつう・ない
			料理名	食品名	目安量・分量		
6:00					偏食	好きな食品()嫌いな食品()	
7:00					アレルギー	ない・ある()	
8:00					いも類	毎日食べる・時々(回／週)・食べない	
9:00					果物	毎日食べる・時々(回／週)・食べない	
10:00					主菜	(魚・肉・卵・大豆製品)が多い	
11:00					牛乳	毎日飲む・時々(回／週)・飲まない	
12:00		昼食(分間)	弁当・外食・家庭・給食・社員食堂			油料理	多い・時々・食べない(回／週)
			料理名	食品名	目安量・分量		
13:00					野菜	毎食食べる・毎日食べる・食べない	
14:00					菓子	毎日食べる・時々(回／週)・食べない	
15:00					飲み物	ジュース・缶コーヒー・スポーツ飲料 ドリンク・その他(本／1日)	
16:00					アルコール	毎日飲む・時々(回／週)・飲まない (日本酒・焼酎・ビール・ウィスキー・ワイン) 本／1日量	
17:00		夕食(分間)	家庭・外食			たばこ	1日(本)・吸わない・やめた
18:00	料理名		食品名	目安量・分量			
	19:00				外食	利用する(回／週)・利用しない	
20:00					味付け	濃い・ふつう・薄い・甘い・辛い	
21:00					漬物 塩蔵品	毎食食べる・毎日食べる・食べない	
22:00					噛む力	よくかめる・噛みにくい・義歯使用	
23:00					食べ方	早い・ふつう・ゆっくり	
0:00		間食()	料理名	食品名	目安量・分量	健康食品 サプリメント	利用している()
1:00						備考	
2:00							
3:00							
4:00		夜食()	料理名	食品名	目安量・分量		