






































































































































Mahlzeit		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1	Intensität: Durst							
	Intensität: Hunger							
	Intensität: Lust							
	Intensität: Sättigung							
2	Intensität: Durst							
	Intensität: Hunger							
	Intensität: Lust							
	Intensität: Sättigung							
3	Intensität: Durst							
	Intensität: Hunger							
	Intensität: Lust							
	Intensität: Sättigung							
4	Intensität: Durst							
	Intensität: Hunger							
	Intensität: Lust							
	Intensität: Sättigung							
5	Intensität: Durst							
	Intensität: Hunger							
	Intensität: Lust							
	Intensität: Sättigung	