

Journal alimentaire

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Glycémie à jeun							
Déjeuner							
Glycémie 1 heure							
Collation AM							
Dîner							
Glycémie 1 heure							
Collation PM							
Souper							
Glycémie 1 heure							
Collation soirée							
Glycémie au besoin							

HORAIRE DES PRISES DE GLYCÉMIES ET VALEURS CIBLÉES



- À jeun : 3,8 à 5,2
- 1 heure après le début de chaque repas : en bas ou égal à 7,7

TABLEAU DES GLYCÉMIES

NOM : _____

PRÉNOM : _____

DOSSIER HSFA : _____

DATE	À JEUN	APRÈS DÉJEUNER	APRÈS DINER	APRÈS SOUPER