

7 Tage – Schlafprotokoll

Name/ Alter:	1. Tag Datum:	2. Tag Datum:	3. Tag Datum:	4. Tag Datum:	5. Tag Datum:	6. Tag Datum:	7. Tag Datum:
Aufwachzeit morgens:							
1. Tagesschlaf von/ bis							
2. Tagesschlaf von/ bis							
3. Tagesschlaf von/ bis							
4. Tagesschlaf von/ bis							
5. Tageschlaf von/ bis							
Einschlafzeit abends:							
Anzahl der Wachphasen & - dauer (nachts)							
Gesamtschlaf Std.:							
davon Nachtschlaf:							
davon Tagschlaf:							

In ROT kennzeichnen, wenn Einschlafdauer >30 Min.

Sonstige Anmerkungen:

7 Tage – Nahrungsaufnahme Protokoll

Name/Alter: Datum	Uhrzeit Von - bis	Art d. Nahrung	Kalorien	Ort (Stuhl, Auto, Spielplatz, Couch)	Stimmung d. Kindes	Stimmung d. Familie

Sonstige Anmerkungen zum Essverhalten: