

PATIENTENFRAGEBOGEN

Nutritive Kalziumaufnahme

Name _____	Vorname _____	Geburtsdatum _____	Geschlecht <input type="radio"/> W <input type="radio"/> M
---------------	------------------	-----------------------	---

Wie viele dl Milch trinken Sie pro Woche? _____ dl

Wie viele Becher Joghurt (180g) essen Sie pro Woche? _____ Stk.

Wie viele Becher Quark (100g) essen Sie pro Woche? _____ Stk.

Wie oft pro Woche essen Sie Hartkäse
(z.B. Emmentaler, Greyerzer)?

Kleine Portion (20g) _____ Port.

Mittlere Portion (30g) _____ Port.

Grosse Portion (50g) _____ Port.

Wie oft pro Woche essen Sie Weichkäse
(z.B. Camembert, Brie)?

Kleine Portion (20g) _____ Port.

Mittlere Portion (30g) _____ Port.

Grosse Portion (50g) _____ Port.

Wie oft pro Woche essen Sie Frischgemüse
(inkl. Salat und Gemüsesuppe)?

Kleine Portion (75g) _____ Port.

Mittlere Portion (150g) _____ Port.

Grosse Portion (250g) _____ Port.

Wie viele Scheiben Brot (50g = dünne Scheibe)
essen Sie durchschnittlich pro Tag? _____ Scheiben

Wie viele Reihen Milkschokolade essen Sie
durchschnittlich pro Woche? _____ Reihen

Wie viele dl Mineralwasser trinken Sie pro Tag?

▪ Adelbodner / Eptinger _____ dl

▪ Contrex / Valser _____ dl

▪ Aproz _____ dl

▪ Rhäzünser _____ dl

▪ San Pellegrino _____ dl

▪ Passugger _____ dl

▪ Fontessa _____ dl

▪ Perrier _____ dl

▪ Henniez _____ dl

▪ Elm / Cristalp _____ dl

▪ Vittel _____ dl

▪ Andere _____ dl

Ihre tägliche Kalzium-Zufuhr (bitte leer lassen) mg

Rechner:
1 Liter = 10 dl