Διάγραμμα πρόσληψης υγρών

Όνομα ατόμου _____

Ημερομηνία _____

Ημερήσιος στόχος _____

Σύνολο σήμερα _____

Ώρα	Υγρό	Ποσότητα	Σημειώσεις