

# 咀嚼(そしゃく)法シート

日付	食事	内容	箸を口に運んだ回数						合計
			10	20	30	40	50	60	
/	朝	ごはん							回
		おかず							回
	昼	ごはん							回
		おかず							回
	夜	ごはん							回
		おかず							回
/	朝	ごはん							回
		おかず							回
	昼	ごはん							回
		おかず							回
	夜	ごはん							回
		おかず							回
/	朝	ごはん							回
		おかず							回
	昼	ごはん							回
		おかず							回
	夜	ごはん							回
		おかず							回
/	朝	ごはん							回
		おかず							回
	昼	ごはん							回
		おかず							回
	夜	ごはん							回
		おかず							回
/	朝	ごはん							回
		おかず							回
	昼	ごはん							回
		おかず							回
	夜	ごはん							回
		おかず							回