

Typ	Data	Stan glukozy / Nazwa posiłku	Poziom glukozy / kcal	Czas / WW	Notatka / Skład
Pomiar	2019-05-24 21:27	W normie	125 mg/dL	Po posiłku	2 naleśniki z serem i herbata
Pomiar	2019-05-25 09:16	Za wysoko	98 mg/dL	Przed posiłkiem	
Pomiar	2019-05-25 11:42	W normie	107 mg/dL	Po posiłku	po śniadaniu jajecznicza na boczku dwa kawalko ciemnego chleba z
Pomiar	2019-05-25 18:30	W normie	117 mg/dL	Po posiłku	
Pomiar	2019-05-26 09:30	W normie	88 mg/dL	Przed posiłkiem	
Pomiar	2019-05-26 18:40	W normie	111 mg/dL	Po posiłku	schabowy bez panierki, kasza bulgur, mizeria z jogitem, 2 szklanki soku z buraków
Pomiar	2019-05-26 22:34	W normie	115 mg/dL	Po posiłku	kolacja trzy kanapki z awokado i szynką z pomidorem, ogórkiem i rzodkiewka z jogurtem naturalnym
Pomiar	2019-05-27 06:49	Za wysoko	93 mg/dL	Przed posiłkiem	
Pomiar	2019-05-27 08:36	Za wysoko	158 mg/dL	Po posiłku	trzy kanapki z serem, ogórek małosolny herbata
Pomiar	2019-05-27 17:43	W normie	118 mg/dL	Po posiłku	makaron, piers z kurczaka z curry, suszone pomidory i szpinak
Pomiar	2019-05-27 23:23	Za wysoko	149 mg/dL	Po posiłku	4 kanapki z serem i szynka pełnoziarniste z pomidorem i ogórkiem małosolnym, herbata
Pomiar	2019-05-28 06:43	Za wysoko	99 mg/dL	Przed posiłkiem	
Pomiar	2019-05-28 08:08	Za wysoko	158 mg/dL	Po posiłku	owsianka z jogurtem, wiorkami kokosowymi,ziarnami słonecznika i truskawkami
Pomiar	2019-05-28 17:08	W normie	115 mg/dL	Po posiłku	dwie szklanki soku z buraków, poledwiczka wieprzowa z papryka,marchewka i porem z ryżem
Pomiar	2019-05-28 21:47	W normie	137 mg/dL	Po posiłku	tosty z chleba pełnoziarnistego z serem i keczupem 3 szt, 3 truskawki, herbata
Pomiar	2019-05-29 06:50	Za wysoko	99 mg/dL	Przed posiłkiem	nie mierzone po kolacji nocnej, 3 kanapki z szynka i truskawki
Pomiar	2019-05-29 08:30	W normie	119 mg/dL	Po posiłku	owsianka z jogirtem, słonecznikiem, wiorkami i truskawkami
Pomiar	2019-05-29 10:40	W normie	140 mg/dL	Po posiłku	kanapka z boczkiem i truskawki
Pomiar	2019-05-29 17:59	W normie	122 mg/dL	Po posiłku	gazpacho, pizza z salami
Pomiar	2019-05-29 23:09	W normie	130 mg/dL	Po posiłku	koktajl z pomidorów ze szpinakiem, koperkiem i jorgurtem 2 szklanki grzanki z chleba pełnoziarnistego z serem
Pomiar	2019-05-30 06:49	Za wysoko	94 mg/dL	Przed posiłkiem	
Pomiar	2019-05-30 08:24	Za wysoko	152 mg/dL	Po posiłku	owsianka z jogurtem, wiorkami, truskawkami
Pomiar	2019-05-30 18:15	W normie	112 mg/dL	Po posiłku	spaghetti bolognese
Pomiar	2019-05-30 22:50	Za wysoko	142 mg/dL	Po posiłku	trzy kanapki z szynka, sałata,pomidor, ogórek
Pomiar	2019-05-31 06:50	Za wysoko	92 mg/dL	Przed posiłkiem	
Pomiar	2019-05-31 08:17	W normie	134 mg/dL	Po posiłku	kanapki 2 z serem sałata pomidor ogorek
Pomiar	2019-05-31 10:39	W normie	102 mg/dL	Po posiłku	dwa jajka, chleb z masłem
Pomiar	2019-05-31 15:38	Za wysoko	173 mg/dL	Po posiłku	naleśniki pełnoziarniste z 🍌-3szt