



## Essprotokoll und Essverhalten

1. Menüplan von \_\_\_\_\_, geboren \_\_\_\_\_

**Für eine Auswertung bitten wir Sie, folgende Punkte zu beachten:**

Das Essprotokoll sollte an drei aufeinanderfolgenden Tagen geführt werden. Sämtliche Ess- und Trinkangebote schreiben Sie bitte auf. Die Mengenangaben sollen geschätzt und nicht abgemessen werden.

Datum	Zeit	Art der Nahrung	Angebotene Menge	Tatsächliche Menge



## 2. Wie isst Ihr Kind?

- wird gefüttert
- mit Hilfe
- selbstständig

## 3. Wo isst Ihr Kind?

- Schoss
- auf dem eigenen Stuhl
- beim Spielen

## 4. Wer ist beim Essen dabei?

Morgenessen: \_\_\_\_\_

Mittagessen: \_\_\_\_\_

Abendessen: \_\_\_\_\_

## 5. Wer entscheidet über Angebot, Menge, Ort und Zeitpunkt?

- |                  |                                 |                               |
|------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| Angebot, was?    | <input type="checkbox"/> Eltern | <input type="checkbox"/> Kind |
| Menge, wie viel? | <input type="checkbox"/> Eltern | <input type="checkbox"/> Kind |
| Ort, wo?         | <input type="checkbox"/> Eltern | <input type="checkbox"/> Kind |
| Zeitpunkt, wann? | <input type="checkbox"/> Eltern | <input type="checkbox"/> Kind |

## 6. Wie sollte es Ihrer Meinung nach sein, damit alle zufrieden sind?

---

---

---

---

---

---

---

---

**7. Worüber machen Sie sich Sorgen?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**8. Haben Sie noch wichtige Hinweise, die für mich von Bedeutung sein könnten?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**9. Welches sind schöne Momente mit Ihrem Kind? Was tragen Sie dazu bei?**

---

---

---

---

---

---

---

---

Für die individuelle Ernährungsberatung wenden Sie sich an Ihre Mütter- und Väterberaterin.

**Mütter- und Väterberatung der Stadt Zürich**

044 412 76 00, [mvb@zuerich.ch](mailto:mvb@zuerich.ch), [www.stadt-zuerich.ch/mvb](http://www.stadt-zuerich.ch/mvb)

