	Ennen aamiaista	Aamiaisen jälkeen	Ennen lounasta	Lounaan jälkeen	Ennen välipalaa	2t välipalan jälkeen	Ennen päivällistä	Päivällisen jälkeen	Ennen iltapalaa	Ennen nukkumaan menoa
1. PÄIVÄ pvm										
kellonaika										
verensokeri										
hiilihydraatit (g)										
ateriainsuliini (yks)										
liikunnan määrä (min) k/r										
2. PÄIVÄ pvm										
kellonaika										
verensokeri										
hiilihydraatit (g)										
ateriainsuliini (yks)										
liikunnan määrä (min) k/r										
3. PÄIVÄ pvm										
kellonaika										
verensokeri										
hiilihydraatit (g)										
ateriainsuliini (yks)										
liikunnan määrä (min) k/r										
4. PÄIVÄ pvm										
kellonaika										
verensokeri										
hiilihydraatit (g)										
ateriainsuliini (yks)										
liikunnan määrä (min) k/r										