

# Provokation med fødevarer

Ernæringslinjen©

	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4
Tidspunkt:				
Fødevarer:				
Fordøjelse & tarm				
Led & muskler				
Hovedpine				
Næse, svælg & lunger				
Nyre & blære				
Hud				
Energiniveau				
Søvn				
Andre symptomer				

	Dag 5	Dag 6	Dag 7	Dag 8
Tidspunkt:				
Fødevarer:				
Fordøjelse & tarm				
Led & muskler				
Hovedpine				
Næse, svælg & lunger				
Nyre & blære				
Hud				
Energiniveau				
Søvn				
Andre symptomer				