



# Healthy Snacking Challenge Log Sheet

Day 8	Day 9	Day 10	Day 11	Day 12	Day 13	Day 14
<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N
<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N
<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N	<b>Time:</b>  <b>Snack:</b>    <b>Carb?:</b> Y / N <b>Protein?:</b> Y / N <b>Water?:</b> Y / N

