# Elevark: Skjema for blodsukkermåling

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Tidspunkt | Blodsukkerverdi | Beskrivelse av fysisk form (opplagt, trøtt, sliten, energisk, slapp…) |
| Gruppe 1Bolle og brus Gjennomsnittsverdien av medlemmene i gruppa |  |  |  |
| Gruppe 2Grovt knekkebrød med mager ost Gjennomsnittsverdien av medlemmene i gruppa |  |  |  |
| Gruppe 3Havregryn med melk Gjennomsnittsverdien av medlemmene i gruppa |  |  |  |