Blood Glucose Log

CONTOUR® — Evolving with you

MONTH [   ]   YEAR [   ]

	BREAKFAST		LUNCH		SNACK		DINNER		BEDTIME	MEDICATION/NOTES
1	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
2	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
3	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
4	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
5	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
6	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
7	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
8	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
9	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
10	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
11	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
12	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
13	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
14	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
15	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
16	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		

	BREAKFAST		LUNCH		SNACK		DINNER		BEDTIME	MEDICATION/NOTES
17	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
18	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
19	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
20	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
21	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
22	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
23	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
24	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
25	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
26	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
27	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
28	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
29	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
30	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		
31	🕎	☀	🍎	☀	🍎	☀	🍎	☀		

🕎 Fasting
🍎 Before meal
☀ After meal

Use this log to record your blood glucose test results along with the date and time you tested. You can also use it to record any notes or comments associated with the test or the result.

Use **CONTOUR®DIABETES app** to easily track your blood glucose results from CONTOUR® connected meters. On a compatible Android or iOS device. For a list of compatible operating systems, please visit compatibility.contourone.com