

---



# Дневник кофе

---



Дневник на 30 дней





Таблица / Журнал



Создано в LoomJournals

---

# Как использовать этот дневник

---

Добро пожаловать в ваш дневник! Вот несколько советов для максимальной пользы:

- 1 Выделяйте несколько минут каждый день для записей
- 2 Будьте честны и пишите свободно, без самокритики
- 3 Старайтесь писать в одно и то же время для формирования привычки
- 4 Просматривайте записи еженедельно, чтобы замечать закономерности

- 
- Записывайте обжарщика, происхождение и степень обжарки
  - Фиксируйте метод заварки, помол, дозу, температуру воды и время
  - Отмечайте вкусовые ноты и оценивайте кислотность, тело и общую оценку
  - Сравнивайте записи, чтобы выявить предпочтения
  - Используйте колонку «Заметки» для нюансов и наблюдений



Отсканируйте для подробного руководства по этому дневнику



























































