

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

Διατροφικές συνήθειες

Κύκλωσε τη διατροφή σου

- | | | |
|--|-----|-----|
| 1. <u>Καταναλώνεις γαλακτοκομικά προϊόντα;</u> | ΝΑΙ | ΟΧΙ |
| 2. <u>Καταναλώνεις ψάρι;</u> | ΝΑΙ | ΟΧΙ |
| 3. <u>Τρως κρέας;</u> | ΝΑΙ | ΟΧΙ |
| 4. <u>Τρως φρούτα;</u> | ΝΑΙ | ΟΧΙ |
| 5. <u>Τρως γρήγορο φαγητό (fast-food) ;</u> | ΝΑΙ | ΟΧΙ |
| 6. <u>Τρως πρωινό ;</u> | ΝΑΙ | ΟΧΙ |
| 7. <u>Τρως γλυκά;</u> | ΝΑΙ | ΟΧΙ |
| 8. <u>Συνοδεύεις το φαγητό σου με σαλάτα;</u> | ΝΑΙ | ΟΧΙ |
| 9. <u>Τρως όσπρια;</u> | ΝΑΙ | ΟΧΙ |
| 10. <u>Πίνεις αναψυκτικά;</u> | ΝΑΙ | ΟΧΙ |