Анкета для учащихся по здоровому питанию

Уважаемые участники анкетирования! Эта анкета разработана специально для определения Вашего отношения к здоровому питанию. Просим Вас внимательно читать предлагаемые вопросы и варианты ответов к ним. Убедительная просьба, отвечать на вопросы откровенно.

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Сколько раз в день Вы питаетесь?    * 1-2 раза    * 3-5 раз    * 6-8 раз, сколько хочу 2. Завтракаете ли Вы ежедневно дома перед школой?    * да    * нет    * иногда 3. Нравится ли Вам питаться в школьной столовой?    * да    * нет    * иногда 4. Как часто вы кушаете свежие овощи и фрукты?    * каждый день    * 3-4 раза в неделю    * редко 5. Что Вы предпочтете из еды в качестве перекуса?    * йогурт    * фрукт    * хлебобулочные изделия (сосиска в тесте, булочка)    * кондитерские изделия (конфеты, шоколад)    * чипсы, сухарики 6. Что вы любите кушать на завтрак?    * каша    * омлет    * бутерброд с колбасой или сыром    * не люблю завтракать 7. Как часто Вы употребляете молочные и кисломолочные   продукты (молоко, йогурт, творог, сметана, сыр, сливочное масло):   * + ежедневно или через день   + 1-2 раза в неделю   + не употребляю | 1. Как часто вы употребляете продукты из разряда фастфуд (бургеры, картошка фри, пицца, шаурма и т.д.)    * ежедневно или через день    * 1-2 раза в неделю    * редко 2. Что для Вас означает «правильное и полезное питание»?    * регулярное сбалансированное питание качественными и   натуральными продуктами   * + преимущественно питание качественными и   натуральными продуктами, допуская употребление  жирных и сладких продуктов   * + частое употребление жирных и сладких продуктов  1. Охарактеризуйте свое нынешнее состояние здоровья:    * отличное, я здоров, бодр и весел    * хорошее, иногда болею, но это не мешает мне быть бодрым и веселым    * плохое, я часто болею, уныл и совсем не весел 2. Немного вопросов о Вас: Ваш пол:    * мужской    * женский 3. Ваш возраст 4. В каком классе Вы учитесь? |