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 употреблениежирных 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?
 |