

Анкета для учащихся по здоровому питанию

1. Завтракаете ли Вы ежедневно дома?

- а) да б) иногда в) никогда

2. Нравится ли Вам питание в гимназии?

- а) да б) иногда в) нет

3. Есть ли у тебя любимое блюдо, которое предлагают в столовой?

- а) да, в столовой готовят вкусно, любимых блюд много

- б) да, это _____

- в) любимых блюд в столовой нет

4. Какие блюда из меню столовой ты не любишь?

- а) мне не нравится ничего

- б) я не люблю _____

- в) таких блюд нет, мне все нравится

5. Составьте примерное меню завтрака на один день.

6. Сколько времени требуется Вам, чтобы нормально поест в столовой.

- 20 минут 30 минут 40 минут

7. Что Вы предпочтете из еды в качестве перекуса?

- а) йогурт б) фрукты в) хлебобулочные изделия (сосиска в тесте, булочка) г) кондитерские изделия (конфеты, шоколад)

- д) чипсы, сухарики

8. Как часто вы кушаете свежие овощи и фрукты?

- а) каждый день б) 3-4 раза в неделю в) редко

9. Как часто вы употребляете продукты из разряда фастфуд (бургеры, картошка фри, пицца, шаурма и т.д.)

- а) ежедневно или через день б) 1-2 раза в неделю в) редко

10. Рыбные блюда в рацион входят:

- а) 2 и более раз в неделю б) 1-2 раза в месяц в) не употребляю

Благодарим за участие!

