

Ερωτηματολόγιο Μεσογειακή Διατροφής

ΑΡ.	Ερώτηση	ναι	όχι
1.	Σου αρέσουν τα γλυκά;	ναι	όχι
2.	Τρως υγιεινές τροφές;	ναι	όχι
3.	Τρως πολλά κρεατικά τον μήνα;	ναι	όχι
4.	Τρως φρούτα;	ναι	όχι
5.	Σου αρέσουν τα κουπέπια;	ναι	όχι
6.	Τρως αβοκάντο;	ναι	όχι
7.	Είσαι χορτοφάγος;	ναι	όχι
8.	Τρως καθημερινά κόκκινο κρέας;	ναι	όχι
9.	Τρως κάθε μέρα γλυκά;	ναι	όχι
10.	Τρως κάθε μέρα δημητριακά;	ναι	όχι