

Ερωτηματολόγιο Μεσογειακής Διατροφής  
Ερωτηματολόγιο Ιατροολεγκτικής Διατροφής

Αρ.	Ερώτηση	ναι	όχι
1.	Τρως πολλά κρεατικά τον μήνα?	ναι	όχι
2.	Σου αρέσουν τα γλυκά?	ναι	όχι
3.	Τρως υγιεινές τροφές?	ναι	όχι
4.	Τρως πολλά γλυκά την ημέρα?	ναι	όχι
5.	Τρως καθημερινά δημητριακά;	ναι	όχι
6.	Τρως καθημερινά κόκκινο κρέας;	ναι	όχι
7.	Τα φρούτα είναι σημαντικά για τη διατροφή μας;	ναι	όχι
8.	Τα λαχανικά είναι υγιεινά;	ναι	όχι
9.	Πίνεις καθημερινά αναψυκτικά;	ναι	όχι
10.	Τρως καθημερινά πίτσες;	ναι	όχι