

Ερωτηματολόγιο

Μεσογειακής Διατροφής

Αρ	Ερώτηση	Ναι	Όχι
1	Αγοράζεις πολλά junk food;		
2	Τρως 1-2 φρούτα την ημέρα;		
3	Βάζεις σαλάτα στο πιάτο σου;		
4	Τρως πολύ σούβλα;		
5	Τρως πολλά γλυκά την ημέρα;		
6	Πίνεις γάλα το πρωί;		
7	Νομίζεις ότι τρως σωστά;		
8	Τρως τυρί ;		
9	Πίνεις πολύ coca cola;		
10	Πίνεις πολλούς χυμούς ;		

