

ENCUESTA SOBRE HÁBITOS ALIMENTICIOS ZONA PUERTO DE LA CRUZ

Comité de salud del IES Puerto de la Cruz.
Programa escuelas promotoras de salud.

Encuestador _____

Encuestado _____ Colectivo _____

¿Cuántas veces al día comes leche y derivados lácteos (yogourt quesos natillas...)?	
¿ Cuántas veces comes pescado a la semana?	
¿Cuántas veces carne? (Incluyendo pollo, ternera y cualquier plato donde la carne sea mayoritaria?	
¿Cuántos huevos (unidades a la semana)? (Incluye huevos fritos, pero también raciones de tortilla o huevos cocidos o revueltos.)	
¿Cuántas piezas de fruta al día?	
¿Cuántas raciones de verduras y hortalizas cocinadas diarias comes? (potajes, pisto, acompañamiento de platos otras...)	
¿Cuántas veces comes verduras u hortalizas crudas al día? (Ensaladas...etc)	
¿Cuántas veces a la semana comes legumbres? (lentejas, garbanzas, judías soja.)	
¿Cuántas veces comes bollos dulces y demás a la semana?	