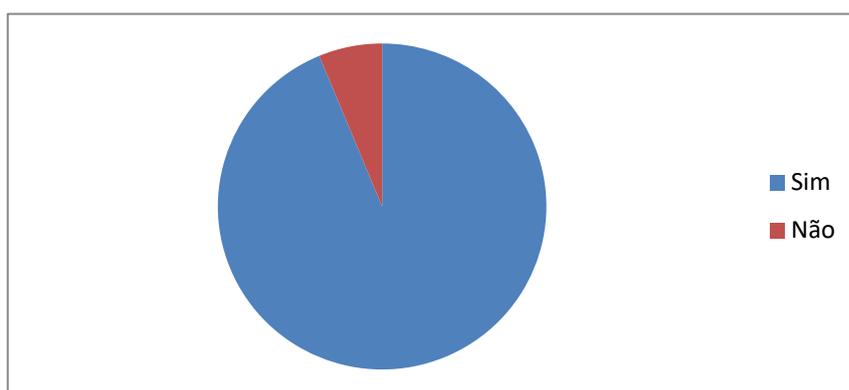


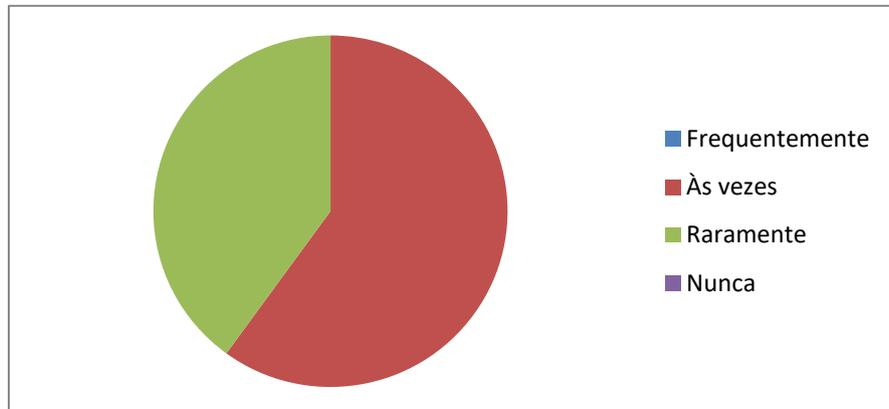
TRATAMENTO DE DADOS

Na análise dos inquéritos a 16 inquiridos (1 turma) foram selecionadas algumas questões e obteve-se o seguinte resultado.

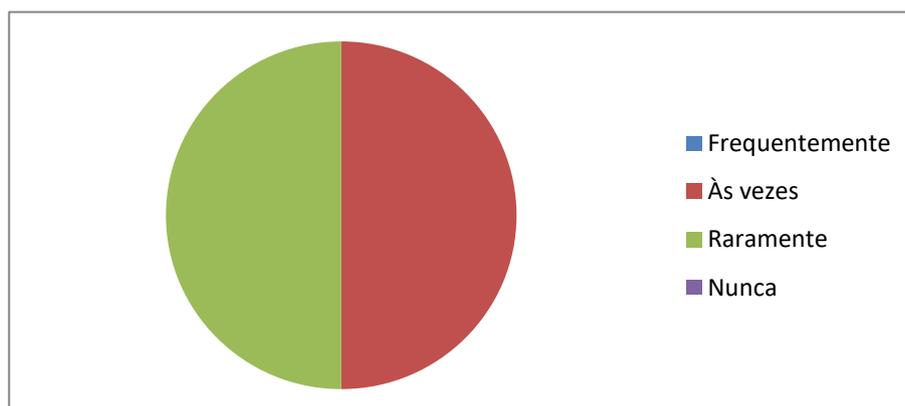
3-Costumas incluir alimentos de todos os grupos da Roda dos Alimentos na tua alimentação diária?



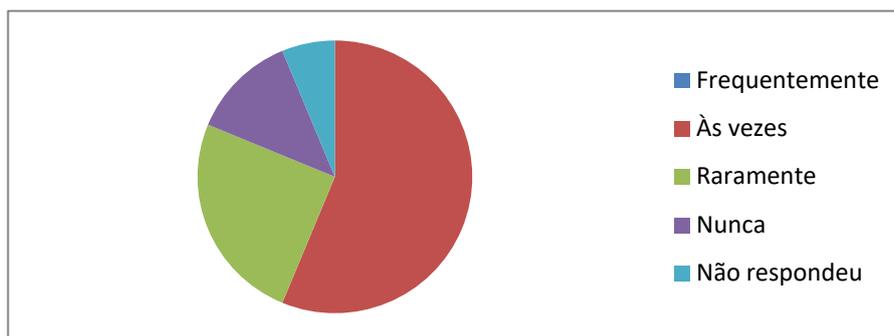
4-Consumes comida do tipo fast-food?



12- Abusas de doces como chocolates, bolos, rebuçados, pastilhas e gomas?

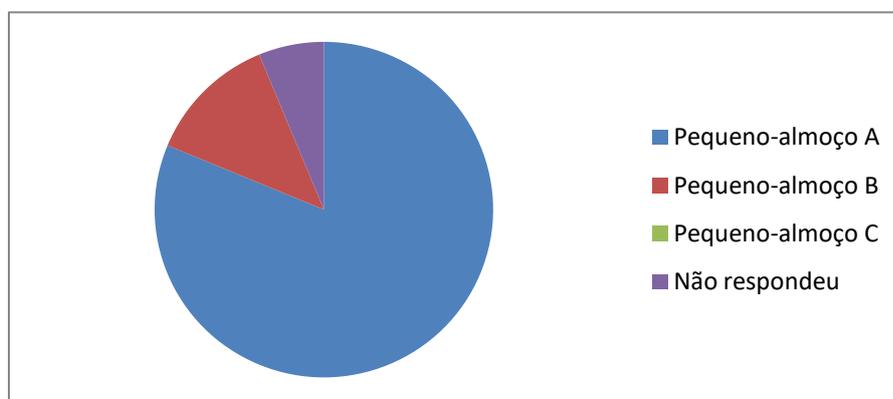


12.1- E de alimentos salgados como enchidos e batatas fritas?



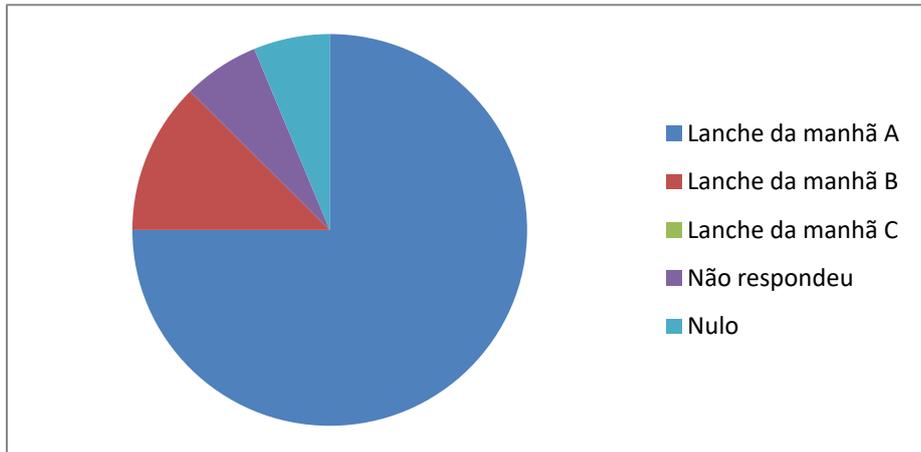
15- Assinala com um X, o **pequeno-almoço** que te parece mais equilibrado e saudável:

Pequeno-Almoço A	Pequeno-Almoço B	Pequeno-Almoço C
*Leite e Cereais * Maçã	* 2 torradas com manteiga * leite com chocolate * 1 bolinho	* 2 Manhãzitos * 1 copo de água * Leite com chocolate



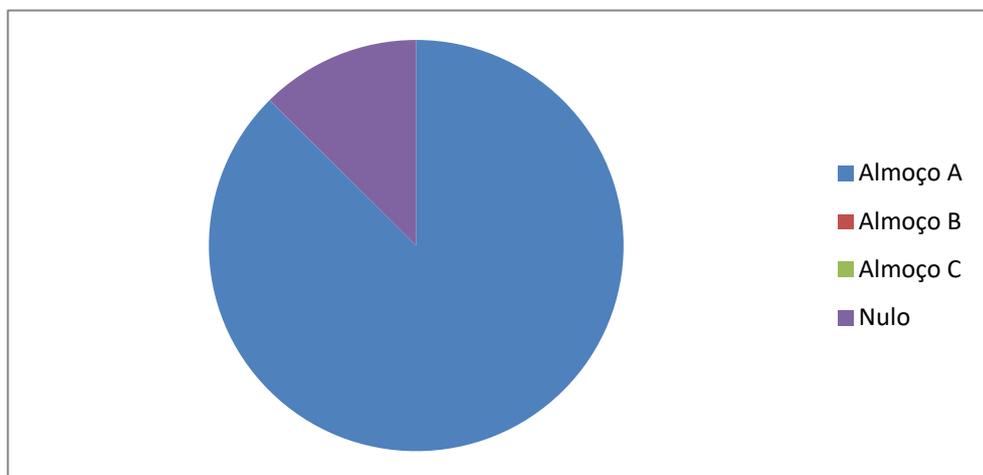
16- Assinala com um X, o **lanche da manhã** que te parece mais equilibrado e saudável:

Lanche - Manhã A	Lanche - Manhã B	Lanche – Manhã C
*Pão com fiambre *1 iogurte liquido *1 pêra	*Pão com doce *leite com chocolate *1 bolinho	*3 Madalenas *1 leite achocolatado *1 copo de água



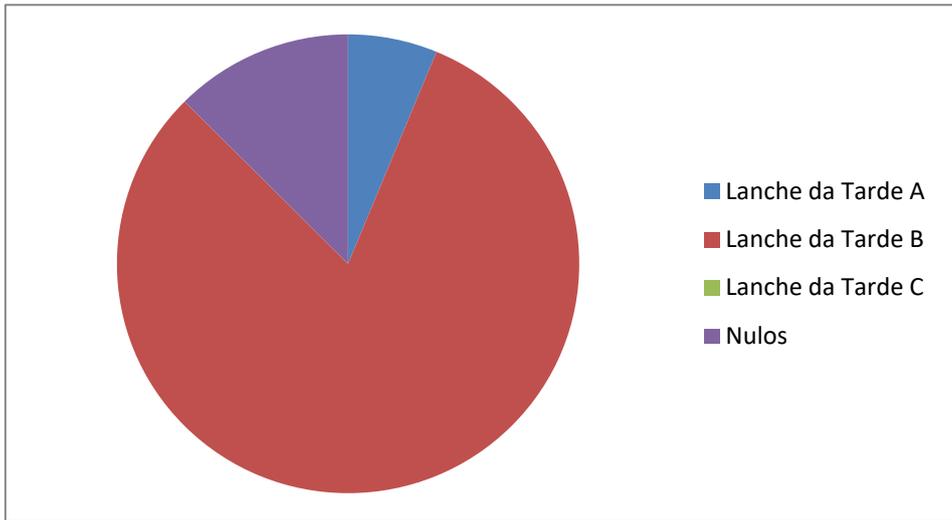
17- Assinala com um X, o **almoço** que te parece mais equilibrado e saudável:

Almoço A	Almoço B	Almoço C
*Sopa de legumes	*Bife com batatas fritas de pacote	*Filetes de pescada e arroz
*Carne com puré de batata	*Coca-Cola	*Fanta
*Água	*Leite Creme (pacote)	* Gelatina
*Fruta		



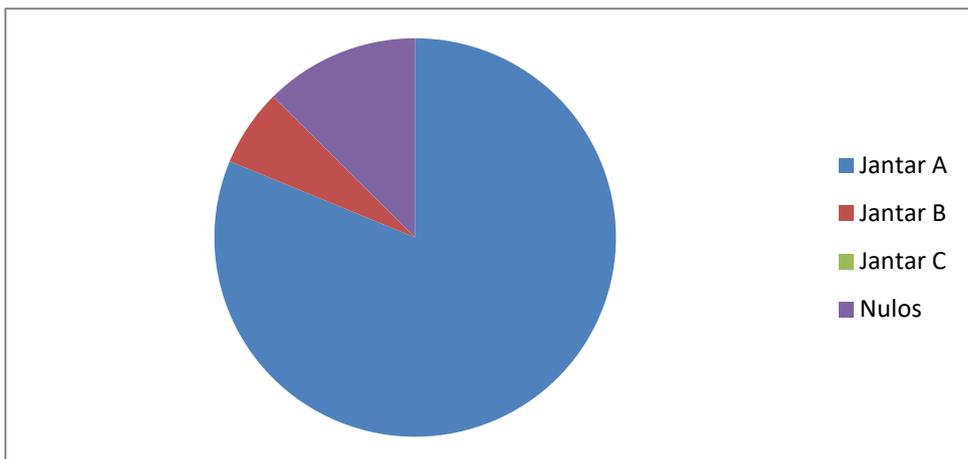
18- Assinala com um X, o **lanche da tarde** que te parece mais equilibrado e saudável:

Lanche - Tarde A	Lanche - Tarde B	Lanche – Tarde C
*1 iogurte liquido	*Pão com queijo	*2 fatias de bolo
*3 bolachas Maria	*1 iogurte	*1 copo de água
*1 chocolate	*1 banana	*1 chocolate de amêndoa



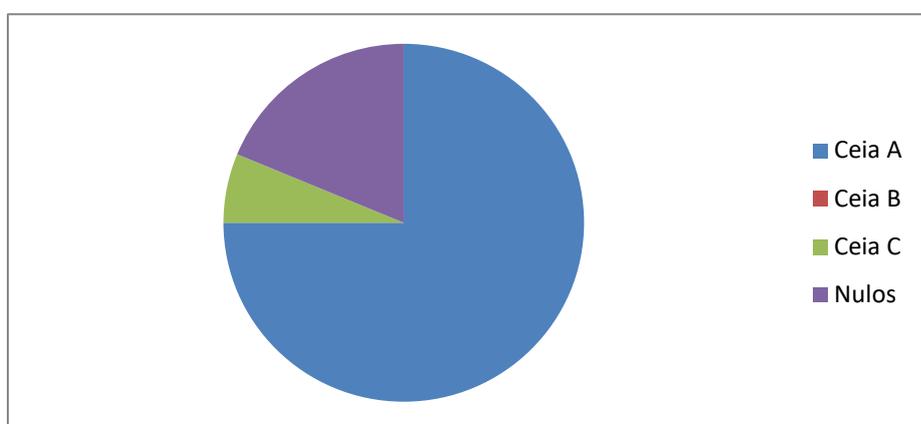
19- Assinala com uma X, o **jantar** que te parece mais equilibrado e saudável:

Jantar A	Jantar B	Jantar C
*Sopa de canja *Frango Assado com arroz *Salada de tomate/alface *Água *Fruta	*Sardinhas com Batatas *Coca-Cola *Mousse de chocolate	*Filetes de pescada e arroz *Fanta *1 chocolate de amêndoa



20- Assinala com um X, a Ceia que te parece mais equilibrada e saudável:

Ceia A	Ceia B	Ceia C
*1 iogurte *1 pêssago	*Pão com queijo * 1 Coca-Cola	*1 fatia de bolo *1 copo de água *1 chocolate de amêndoa



21 – É hábito na tua casa prestar-se atenção aos rótulos das embalagens.

