Modo de pré-visualização Publicado Copiar link de inquirido

Este formulário não aceita respostas. Gerir definições de publicação

# Eco-escolas

As gorduras são nutrientes que estão presentes em quase todos os alimentos que consumimos e desempenham papeis fundamentais para o nosso organismo. Já conheces os diferentes tipos de gorduras: as saturadas, insaturadas e as transformadas. É importante manter um equilíbrio entre os diferentes tipos de gorduras para uma alimentação saudável. Com este inquérito o 9ºC pretende saber quais os 5 alimentos que mais frequentemente são ingeridos pelos alunos desta turma. Dá-nos uma ajuda e responde a este inquérito.

* Indica uma pergunta obrigatória





Modo de pré-visualização Publicado Copiar link de inquirido

Este formulário não aceita respostas. Gerir definições de publicação

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Carnes vermelhas (bife, entrecosto) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Enchidos (chouriço, salsichas frescas) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Fiambre, salsichas de lata/frasco | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Peixe gordo (salmão, sardinha, cavala) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Peixe branco (pescada, bacalhau) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Leite/logurtes Gordos, Queijos Gordos | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Leite/logurtes Magros, Queijos Frescos | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Óleos vegetais (girassol, milho, soja) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Azeite | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Manteiga | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Aperitivos \| snacks de pacote (batatas fritas, etc.) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Bolachas, bolos, pastelaria industrial | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |





Modo de pré-visualização Publicado Copiar link de inquirido

Este formulário não aceita respostas. Gerir definições de publicação

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| (hambúrgueres, pizzas, frango frito) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Alimentos fritos (em casa ou comprados) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Frutos secos (nozes, amêndoas, cajus) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Sementes (linhaça, chia, sésamo) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Fruta fresca | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Manteiga de côco | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Linha 20 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

Enviar Limpar formulário

Este formulário foi criado dentro de Escola Secundária Inês de Castro.
Este formulário parece suspeito? Relatório

Google Formulários





Modo de pré-visualização Publicado Copiar link de inquirido

Este formulário não aceita respostas. Gerir definições de publicação