

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

12

13

14

15

16

Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

Todos os dias

3 a 4 vezes por semana

1 a 2 vezes por semana

Raramente

Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

fruta,sopa,pao

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Proença-a-Nova.

Google Formulários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- Outra:

Com que frequência costumas comer na cantina da escola? *

- Todos os dias
- 3 a 4 vezes por semana
- 1 a 2 vezes por semana
- Raramente
- Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoadada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

batatas cozidas, pão e frango

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Porença-a-Nova.

Google Formulários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

12

13

14

15

16

Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

Todos os dias

3 a 4 vezes por semana

1 a 2 vezes por semana

Raramente

Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoadada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

batatas fritas caseiras, massa, pão

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Proença-a-Nova.

Google Formulários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

- Todos os dias
- 3 a 4 vezes por semana
- 1 a 2 vezes por semana
- Raramente
- Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoadada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

Cereais, leite e banana

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Proença-a-Nova.

Google Formulários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

- Todos os dias
- 3 a 4 vezes por semana
- 1 a 2 vezes por semana
- Raramente
- Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoadada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

Pão; Legumes; e queijo

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Porença-a-Nova.

Google Formúários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

- Todos os dias
- 3 a 4 vezes por semana
- 1 a 2 vezes por semana
- Raramente
- Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoadada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

pão; fruta; massa

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Proença-a-Nova.

Google Formulários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

- Todos os dias
- 3 a 4 vezes por semana
- 1 a 2 vezes por semana
- Raramente
- Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoadada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

fruta, pão ,carne

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Proença-a-Nova.

Google Formulários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

- Todos os dias
- 3 a 4 vezes por semana
- 1 a 2 vezes por semana
- Raramente
- Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

fruta;pão;carne;massa

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Proença-a-Nova.

Google Formulários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

- Todos os dias
- 3 a 4 vezes por semana
- 1 a 2 vezes por semana
- Raramente
- Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

Tosta mista, arroz, pastel de t

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Proença-a-Nova.

Google Formulários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

- Todos os dias
- 3 a 4 vezes por semana
- 1 a 2 vezes por semana
- Raramente
- Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoadada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

Arroz, massa e carne

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Proença-a-Nova.

Google Formulários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

12

13

14

15

16

Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

Todos os dias

3 a 4 vezes por semana

1 a 2 vezes por semana

Raramente

Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoadada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

pão, legumas e ovo

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Proença-a-Nova.

Google Formulários

O SAL NA ALIMENTAÇÃO DOS JOVENS

O sal está presente em grande parte dos alimentos que consumimos diariamente. Embora seja essencial para o funcionamento adequado do organismo, o seu consumo excessivo está associado a problemas como hipertensão arterial, obesidade, doenças renais e cardiovasculares. O objetivo deste questionário é identificar os alimentos mais frequentemente consumidos, de modo a possibilitar uma análise do consumo de sal entre os jovens.

O que comemos? Inquérito sobre o consumo diário de alimentos.

Idade *

- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- Outra:

Com que frequência costumás comer na cantina da escola? *

- Todos os dias
- 3 a 4 vezes por semana
- 1 a 2 vezes por semana
- Raramente
- Nunca

Quais destes alimentos consumes pelo menos 3 vezes por semana? (Marcar todos os que se aplicam) *

- Pão
- Queijo
- Fiambre
- Batatas fritas (de pacote)
- Batatas fritas caseiras
- Sopa
- Bolachas salgadas
- Enlatados (atum, salsichas, feijão, etc.)
- Molhos (ketchup, maionese, molho de soja)
- Sandes (com queijo/ fiambre)
- Refrigerantes
- Bebidas energéticas
- Comida pré-preparada (pizza, lasanha, panados congelados)

Quais destes alimentos de "fast food" consumes com maior frequência? *

- Pizza
- Hambúrguer
- Nuggets
- Batatas fritas
- Wraps
- Hot dog
- Nenhum

Quais destes alimentos tradicionais portugueses consumes regularmente? *

- Sopa de legumes
- Arroz de pato
- Bacalhau (com natas, à Brás, etc.)
- Feijoada
- Carne assada/ frango assado
- Enchidos (chouriço, presunto)

Costumas verificar a quantidade de sal nos rótulos dos alimentos? *

- Sim
- Não
- Às vezes

Consideras que consumes alimentos demasiado salgados?

- Sim
- Não
- Não sei

Indica três alimentos que comes com mais frequência (resposta aberta) *

massas, legumes e batata

Este formulário foi criado dentro de Agrupamento de Escolas de Proença-a-Nova.

Google Formulários