

Painel dos Alimentos - Sal

O quanto ingerimos de sal no nosso dia a dia!

monica.ferreira@eptoliva.pt [Mudar de conta](#)



Não partilhado

* Indica uma pergunta obrigatória

Idade *

- 15-17
- 17-20

Comes na cantina ou trazes de casa? *

- Cantina
- Casa

Costumas comer Fast-Food regularmente? *

- Sim
- Não

Se sim, quantas vezes por semana? *

- 1 a 2 vezes
- 4 vezes por semana
- Todos os dias da semana



Onde costumamos comprar os lanches? *

- Supermercado
- Trago de casa
- Máquina de Vending

Costumamos ler os rótulos nutricionais para verificar o valor do sódio (sal)? *

- Sim
- Às vezes
- Nunca

Qual a quantidade de sal deve-se por a comida? *

- < 5g por adulto
- 5g por adulto
- > 5g por adulto

Cumpres a Dieta Mediterrânica? *

- Sim
- Não



Quais os alimento com maior teor em sal? *

- Batatas Fritas
- Salsichas
- Presunto
- Carnes Vermelhas
- Snacks
- Queijos
- Refrigerantes

Enviar

Limpar formulário

Este formulário foi criado dentro de Eptoliva Escola Profissional de Oliveira do Hospital, Tábua e Arganil. -
[Contactar proprietário do formulário](#)

Este formulário parece suspeito? [Relatório](#)

Google Formulários



