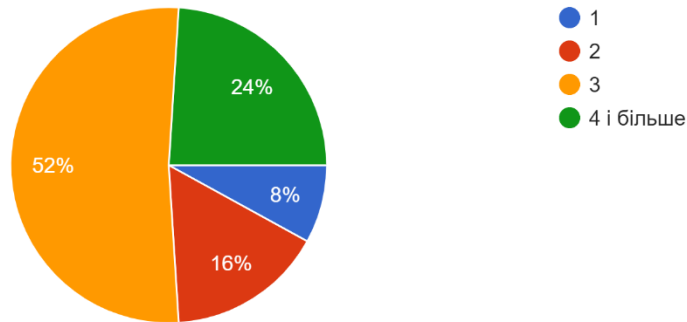


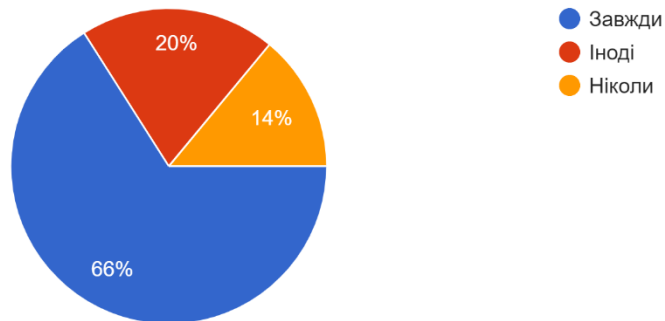
1. Скільки разів на день ви зазвичай харчуєтесь?

50 відповідей



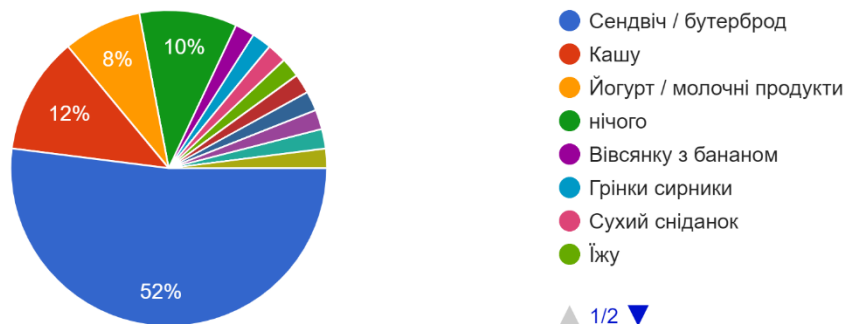
2. Чи снідаєте ви перед школою?

50 відповідей



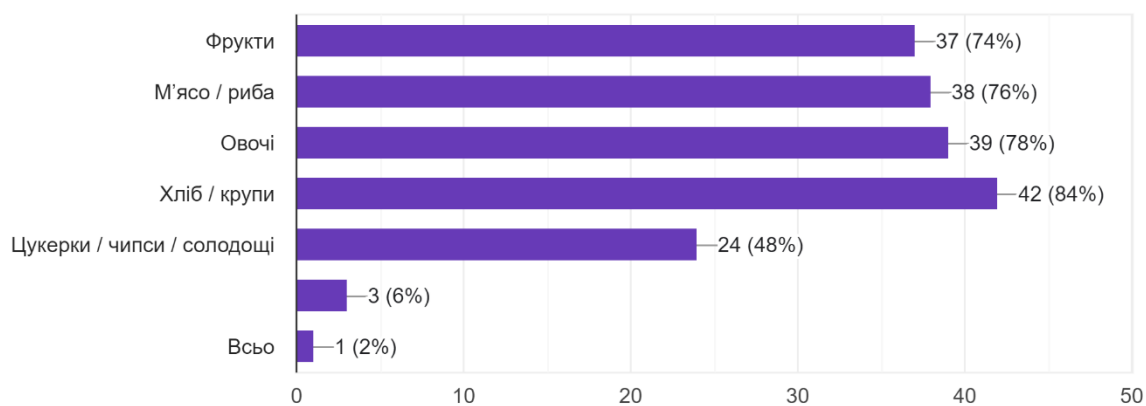
3. Що ви зазвичай їсте на сніданок?

50 відповідей



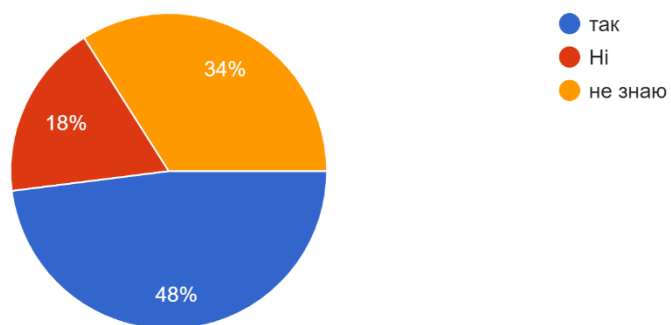
4. Які продукти ви їсте щодня? (можна вибрати кілька варіантів)

50 відповідей



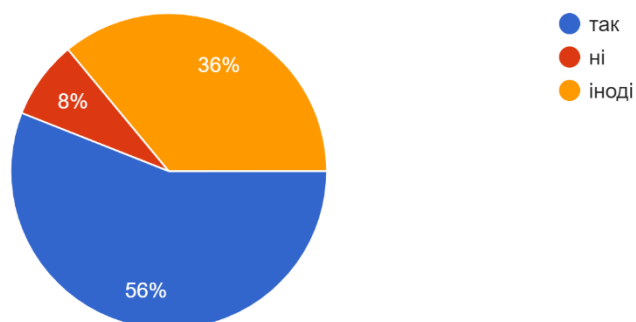
5. Чи вважаєте ви своє харчування здоровим?

50 відповідей



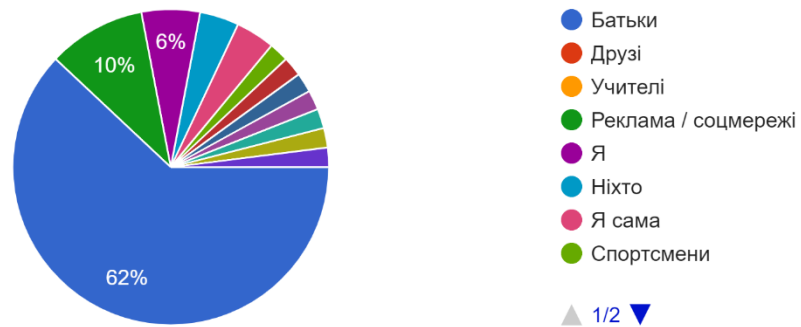
6. Чи дотримуєтесь ви питного режиму (п'єте достатньо води)?

50 відповідей



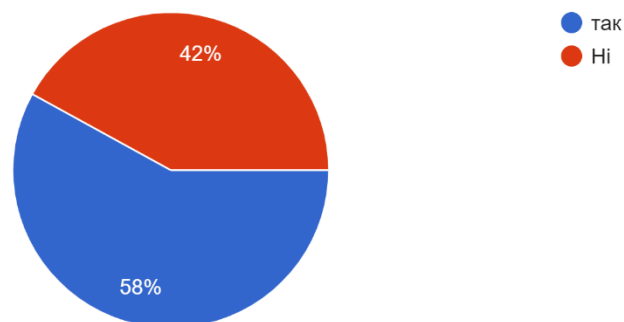
7. Хто в основному впливає на ваші харчові звички?

50 відповідей



9. Чи хотіли б ви отримати більше інформації про здорове харчування?

50 відповідей



8. Що, на вашу думку, означає "раціональне харчування"?

50 відповідей

.
Це коли ти їж збалансовано.Підтримуєш правильну кількість БЖВ
Це повноцінне харчування та достатнє
Всього що необхідно по чу чуть і в міру
Збалансоване харчування
Правильне
Корисне споживання їжі,чіткий розподіл прийому їжі
Це збалансоване споживання різних продуктів, регулярне харчування протягом дня, а також дотримання водного балансу.

8. Що, на вашу думку, означає "раціональне харчування"?

50 відповідей

Це коли людина їсть те, що для неї корисно

На мою думку раціональне харчування-це збалансоване харчування

Хз

Все те що треба організму для розвитку

Їсти як слон

Щоб Було збалансоване

достатнє й помірне в кількісному та повноцінне в якісному відношенні харчування; фізіологічно повноцінне харчування людей із врахуванням їх потреб, особливостей, віку, статі, характеру праці та інших факторів.

Це повноцінне, здорове, регулярне харчування

8. Що, на вашу думку, означає "раціональне харчування"?

50 відповідей

уміння правильно харчуватися

відбивна і картопля(не водяниста)

Я не знаю

достатнє й помірне в кількісному та повноцінне в якісному відношенні харчування; фізіологічно повноцінне харчування людей із врахуванням їх потреб, особливостей, віку, статі, характеру праці та інших факторів.

Це коли людина їсть корисну їжу в правильній кількості, щоб мати енергію, добре почуватися і бути здоровою

-

Це розумне та правильне харчування

Вроді коли їж нормальню їду і правельну а так я не знаю

8. Що, на вашу думку, означає "раціональне харчування"?

50 відповідей

Здорове, урівнене, в певну годину прийоми їжі

достатнє й помірне в кількісному та повноцінне в якісному відношенні харчування

Здорове харчування

Правильно поєднано

це правильне, збалансоване харчування, яке дає організму все необхідне для здоров'я

Харчування де присутні всі потрібні продукти для розвитку та підтримання здоров'я людини

Це збалансований раціон

Не знаю

коли збалансоване харчування, також по відношенню до потреб організму та дивлячись на кількість вітамінів які потрібно вживати, не переїдати, не переїдати

8. Що, на вашу думку, означає "раціональне харчування"?

50 відповідей

Повноцінне харчування, все що треба організму

Це здоровий спосіб життя

Їсти правильну їжу та дотримуватися кількості калорій за день

Здоров'я

Це означає їсти здорову їжу і в міру

З'їсти всю крейду в класі

Це коли харчування є збалансованим , достатньо білків ,жирів та вуглеводів

Правильне, точніше немає багато жирів більшість продуктів корисних

Це збалансоване зарчування яке забезпечує організм усіма поживними речовинами

порція в їдальні

Розумне споживання їди

Їсти якщо хочеш

Здорова їжа

Їсти здорову їжу