

Feuille de travail pré-sondage : Résultats sur la santé physique – Nutrition









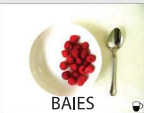


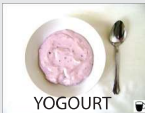
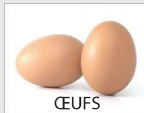











EXEMPLE

Hier j'ai mangé :

| | Fruits | Légumes | Produits céréaliers | Lait et substituts | Viandes et substituts | Boissons sucrées | Aliments sucrés | Aliments gras |
|--------------|----------|----------|------------------------|-----------------------|--------------------------|---------------------|--------------------|------------------|
| Déjeuner | 0 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| Dîner | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 1 | 2 |
| Souper | 0 | 2 | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 0 |
| Collations | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 |
| TOTAL | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 |

Combien de portions de chaque groupe alimentaire as-tu mangées hier?

Svp écris ta réponse dans les cases en bas.

| | Fruits | Légumes | Produits céréaliers | Lait et substituts | Viandes et substituts | Boissons sucrées | Aliments sucrés | Aliments gras |
|--------------|--|--|---|--|---|---|---|--|
| |  POMME |  LAITUE |  PAIN |  LAIT |  POULET |  BOISSON ÉNERGISANTE |  CHOCOLAT |  HAMBURGER |
| |  BAIES |  BROCOLI |  CÉRÉALES |  YOGOURT |  ŒUFS |  BOISSON GAZEUSE |  GÂTEAU |  CROUSTILLES |
| |  JUS |  MAÏS |  PÂTES |  FROMAGE |  BEURRE D'ARACHIDES |  LAIT FRAPPÉ |  BEIGNE |  PIZZA |
| Déjeuner | | | | | | | | |
| Dîner | | | | | | | | |
| Souper | | | | | | | | |
| Collations | | | | | | | | |
| TOTAL | | | | | | | | |