

| PRODUTO | QUANTIDADE | | | FREQÜÊNCIA | | | | | | | |
|---|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| | | | | mais de 3 vezes por dia | 2 a 3 vezes por dia | 1 vez por dia | 5 a 6 vezes por semana | 2 a 4 vezes por semana | 1 vez por semana | 1 a 3 vezes por mês | nunca ou quase nunca |
| Chocolate em Pó ou Nescau | 1 colher <input type="radio"/> | 2 colheres <input type="radio"/> | 3 colheres <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Chocolate Barra (30g) ou Bombom | 1 unidade <input type="radio"/> | 2 unidades <input type="radio"/> | 3 unidades <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Pudim ou Doce | 1 pedaço <input type="radio"/> | 2 pedaços <input type="radio"/> | | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Refrigerantes | 1 copo <input type="radio"/> | 2 copos <input type="radio"/> | 3 copos <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Café | 1 xícara <input type="radio"/> | 2 xícaras <input type="radio"/> | 3 xícaras <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Suco da Fruta ou da Polpa | 1 copo <input type="radio"/> | 2 copos <input type="radio"/> | 3 copos <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Mate | 1 copo <input type="radio"/> | 2 copos <input type="radio"/> | 3 copos <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Vinho | 1 copo <input type="radio"/> | 2 copos <input type="radio"/> | 3 copos <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Cerveja (copo) | 1 ou 2 <input type="radio"/> | 3 ou 4 <input type="radio"/> | 5 ou 6 <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Outras Bebidas Alcolólicas | 1 dose <input type="radio"/> | 2 doses <input type="radio"/> | 3 doses <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Carnes ou Peixes conservados em sal: bacalhau, carne seca, etc. | | | | Anote só a freqüência | | | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Alimentos enlatados: ervilha, azeitona, palmito, etc. | | | | Anote só a freqüência | | | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Frios como mortadela, salame, presuntada | | | | Anote só a freqüência | | | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Churrasco | | | | Anote só a freqüência | | | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

01. Utiliza com maior freqüência:

- Manteiga Margarina Ambas Não utiliza

02. Se utiliza margarina, ela é light?

- Não Sim Não Sei Não utiliza

03. Utiliza com maior freqüência:

- Leite desnatado Leite semidesnatado Leite integral Não utiliza

04. Utiliza com maior freqüência, Queijo, Requeijão ou Iogurte:

- Diet / Light Normal Ambos Não utiliza

05. Utiliza com maior freqüência Refrigerante:

- Diet / Light Normal Ambos Não utiliza

06. Com que freqüência coloca sal no prato de comida?

- Nunca Prova e coloca, se necessário Quase sempre

07. Com que freqüência retira pele do frango ou gordura da carne?

- Nunca Algumas vezes Na maioria das vezes Sempre

08. Utiliza adoçante em café, chá, sucos, etc?

- Nunca Algumas vezes Na maioria das vezes Sempre