

### **INQUÉRITO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR:**

(marcar com um X e acrescentar o número de vezes. Exemplo: “refrigerante:

**1x** ( consumo diário )”

<b>ALIMENTO</b>	Cons. diário	Cons. Semanal	Cons. mensal	Raramente	Não gosta
Refrigerante					
Chá / café					
Suco natural					
Suco artificial					
Frutas					
Verduras					
Legumes					
Arroz/ Macarrão					
Feijão					
Carne de boi					
Frango					
Peixe					
Porco					
Vísceras					
Ovos					
Leite/derivados					
Pães					
Cereal matinal					
Biscoitos recheados					
Biscoitos sem recheio					
Salgadinhos industrializados					
Salgados assados					
Salgados fritos					
Embutidos (salsicha...)					
Enlatados (milho, sardinha...)					
Guloseimas (balas/chicletes)					
Pizza/ Fast Food					
Temperos industrializados					
Manteiga					
Margarina					
Maionese					
Creme de leite					
Leite condensado					
Bebida alcoólica					