

Táplálkozási kérdőív



ÁLTALÁNOS INSTRUKCIÓK

- Kérem, válaszoljon minden kérdésre legjobb tudása szerint. Amennyiben nem biztos válaszában, adjon becslést. Egy becsült érték jobb, mint ha nincs válasz.
- Fekete golyóstollat használjon. Ne használjon ceruzát vagy filctollat. Kérem, ne hajtsa össze, tűzze össze vagy tépje el lapokat.
- Tegyen X-et a megfelelő válasz mellé a négyzetbe. Amennyiben javítani szeretné válaszát, húzza át, majd tegyen X-et a helyes válasz mellé. Amennyiben a SOHA, EGYÁLTALÁN NEM, vagy NEM TUDJA választ jelöli meg, kérem, kövesse a nyilat vagy utasítást a következő kérdéshez való továbblépéshez.

LAPOZÁS ELŐTT KÉRJÜK, VÁLASZOLJON A KÖVETKEZŐ KÉRDÉSEKRE!

Dátum:

HÓNAP	NAP	ÉV
☐ Jan		☐ 2010
☐ Feb		☐ 2011
☐ Mar		☐ 2012
☐ Ápr		☐ 2013
☐ Máj		☐ 2014
☐ Jún		☐ 2015
☐ Júl		☐ 2016
☐ Aug		☐ 2017
☐ Szept		☐ 2018
☐ Okt		☐ 2019
☐ Nov		☐ 2020
☐ Dec		

Melyik hónapban született?

☐ Jan
☐ Feb
☐ Mar
☐ Apr
☐ May
☐ Jun
☐ Jul
☐ Aug
☐ Sep
☐ Oct
☐ Nov
☐ Dec

Melyik évben született?

19		
20		
☐ 0	☐ 0	
☐ 1	☐ 1	
☐ 2	☐ 2	
☐ 3	☐ 3	
☐ 4	☐ 4	
☐ 5	☐ 5	
☐ 6	☐ 6	
☐ 7	☐ 7	
☐ 8	☐ 8	
☐ 9	☐ 9	

Neme?

☐ Férfi
☐ Nő

BAR CODE LABEL OR SUBJECT ID
HERE

----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

1. Milyen gyakran ivott **répalevet** az elmúlt 12 hónapban?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 2. KÉRDÉSRE)

- | | |
|--|--|
| ☐ Havonta $\leq 1x$ | ☐ Naponta $1x$ |
| ☐ Havonta $2-3x$ | ☐ Naponta $2-3x$ |
| ☐ Hetente $1-2x$ | ☐ Naponta $4x-5x$ |
| ☐ Hetente $3-4x$ | ☐ Naponta $\geq 6x$ |
| ☐ Hetente $5-6x$ | |

1a. Általában mennyi **répalevet** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint $\frac{1}{2}$ csésze (<120 mL)
☐ $\frac{1}{2} - 1\frac{1}{4}$ csésze ($120-300$ mL)
☐ Több mint $1\frac{1}{4}$ csésze (>300 mL)

2. Milyen gyakran ivott **paradicsomlevet** vagy **más zöldséglevet** az elmúlt 12 hónapban?
(Ne számolja hozzá a répalevet.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 3. KÉRDÉSRE)

- | | |
|--|--|
| ☐ Havonta $\leq 1x$ | ☐ Naponta $1x$ |
| ☐ Havonta $2-3x$ | ☐ Naponta $2-3x$ |
| ☐ Hetente $1-2x$ | ☐ Naponta $4-5x$ |
| ☐ Hetente $3-4x$ | ☐ Naponta $\geq 6x$ |
| ☐ Hetente $5-6x$ | |

2a. Általában mennyi **paradicsomlevet** vagy **más zöldséglevet** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint $\frac{3}{4}$ csésze (<180 mL)
☐ $\frac{3}{4} - 1\frac{1}{4}$ csésze ($180 - 300$ mL)
☐ Több mint $1\frac{1}{4}$ csésze (>300 mL)

3. Milyen gyakran ivott **narancs-** vagy **grapefruitlevet** az elmúlt 12 hónapban?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 4. KÉRDÉSRE)

- | | |
|--|--|
| ☐ Havonta $\leq 1x$ | ☐ Naponta $1x$ |
| ☐ Havonta $2-3x$ | ☐ Naponta $2-3x$ |
| ☐ Hetente $1-2x$ | ☐ Naponta $4-5x$ |
| ☐ Hetente $3-4x$ | ☐ Naponta $\geq 6x$ |
| ☐ Hetente $5-6x$ | |

3a. Általában mennyi **narancs-** vagy **grapefruitlevet** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint $\frac{3}{4}$ csésze (<180 mL)
☐ $\frac{3}{4} - 1\frac{1}{4}$ csésze ($180 - 300$ mL)
☐ Több mint $1\frac{1}{4}$ csésze (>300 mL)

3b. A narancs- vagy grapefruitlé milyen gyakran volt **kalciummal dúsított**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek $\frac{1}{4}$ -ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek $\frac{3}{4}$ -ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

4. Milyen gyakran ivott **egyéb 100%-os gyümölcslevet** vagy **100%-os gyümölcslé keveréket** az elmúlt 12 hónapban (pl. alma, szőlő, ananász stb.)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 5. KÉRDÉSRE)

- | | |
|--|--|
| ☐ Havonta $\leq 1x$ | ☐ Naponta $1x$ |
| ☐ Havonta $2-3x$ | ☐ Naponta $2-3x$ |
| ☐ Hetente $1-2x$ | ☐ Naponta $4-5x$ |
| ☐ Hetente $3-4x$ | ☐ Naponta $\geq 6x$ |
| ☐ Hetente $5-6x$ | |

4a. Általában mennyi egyéb **100%-os gyümölcslevet** vagy **100%-os gyümölcslé keveréket** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint $\frac{3}{4}$ csésze (<180 mL)
☐ $\frac{3}{4} - 1\frac{1}{2}$ csésze ($180 - 360$ mL)
☐ Több mint $1\frac{1}{2}$ csésze (>360 mL)

4b. 100%-os gyümölcslé milyen gyakran volt kalciummal dúsított?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek $\frac{1}{4}$ -ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek $\frac{3}{4}$ -ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

5. Milyen gyakran ivott **egyéb gyümölcslevet** az elmúlt 12 hónapban (pl. limonádé, szörp stb.)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 6. KÉRDÉSRE)

- | | |
|--|--|
| ☐ Havonta $\leq 1x$ | ☐ Naponta $1x$ |
| ☐ Havonta $2-3x$ | ☐ Naponta $2-3x$ |
| ☐ Hetente $1-2x$ | ☐ Naponta $4-5x$ |
| ☐ Hetente $3-4x$ | ☐ Naponta $\geq 6x$ |
| ☐ Hetente $5-6x$ | |

Az elmúlt 12 hónapban...

5a. Általában mennyi **egyéb gyümölcslevet** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze (<240 mL)
☐ 1 - 2 csésze (240 – 480 mL)
☐ Több mint 2 csésze (>480 mL)

5b. Milyen gyakran volt a gyümölcsle **diétás** vagy **cukormentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

6. Milyen gyakran ivott **tejet italként** (nem kávéban, nem müzlivel)? *(Ne számolja hozzá a csokoládés tejet és a forró csokoládét.)*

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 7. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta ≤1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta ≥6x |
| ☐ Hetente 5–6x | |

6a. Általában mennyi **tejet** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze (<240 mL)
☐ 1 - 1½ csésze (240 – 360 mL)
☐ Több mint 1½ csésze (>360 mL)

6b. Milyen típusú **tejet** ivott általában?

- ☐ Teljes tej (házi, nyers tej)
☐ 2% zsírtartalmú tej
☐ 1 % zsírtartalmú tej
☐ Zsírmentes tej vagy ½% zsírtartalmú tej
☐ Szójatej (szójaital)
☐ Rizstej (rizsital)
☐ Egyéb

7. Milyen gyakran ivott **kakaót** (beleértve a forró csokoládét is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 8. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta ≤1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta ≥6x |
| ☐ Hetente 5–6x | |

7a. Általában mennyi **kakaót** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze (<240 mL)
☐ 1 - 1½ csésze (240 – 360 mL)
☐ Több mint 1½ csésze (>360 mL)

7b. A kakaó milyen gyakran volt **csökkentett zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

8. Milyen gyakran ivott **étkezést helyettesítő turmixot** (MRP, meal replacement powder) vagy más **magas fehérjetartalmú italt** (pl. Instant Breakfast, Ensure, Slimfast, Sustacal)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 9. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta ≤1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta ≥6x |
| ☐ Hetente 5–6x | |

8a. Általában mennyi étkezést helyettesítő turmixot vagy más magas fehérjetartalmú italt ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 pohár (<240 mL)
☐ 1 - 1½ pohár (240 – 360 mL)
☐ Több mint 1½ pohár (>360 mL)

9. Ivott-e az elmúlt 12 hónapban **szénsavas üdítőitalt**?

☐ NEM (UGRÁS A 10. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

9a. Milyen gyakran ivott **szénsavas üdítőitalt NYÁRON?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta ≤1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta ≥6x |
| ☐ Hetente 5–6x | |

Az elmúlt 12 hónapban...

9b. Milyen gyakran ivott **szénsavas üdítőitalt** **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta ≤1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta ≥6x |
| ☐ Hetente 5–6x | |

9c. Általában mennyi **szénsavas üdítőitalt** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 üveg/doboz (<360 mL)
☐ 1 üveg/doboz (360 – 480 mL)
☐ Több mint 1 üveg/doboz (>480 mL)

9d. Milyen gyakran volt a szénsavas üdítőital **diétás** vagy **cukormentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

9e. Milyen gyakran volt a szénsavas üdítőital **koffeinmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

10. Ivott-e az elmúlt 12 hónapban **sportitalt** (pl. Propel, PowerAde, Gatorade)?

☐ NEM (UGRÁS A 11. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

10a. Milyen gyakran ivott **sportitalt** **NYÁRON?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta ≤1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta ≥6x |
| ☐ Hetente 5–6x | |

10b. Milyen gyakran ivott **sportitalt** **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta ≤1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta ≥6x |
| ☐ Hetente 5–6x | |

10c. Általában mennyi **sportitalt** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 üveg (<360 mL)
☐ 1 - 2 üveg (360 – 700 mL)
☐ Több mint 2 üveg (>700 mL)

11. Ivott-e az elmúlt 12 hónapban **energialt** (pl. Red Bull, Jolt)?

☐ NEM (UGRÁS A 12. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

11a. Milyen gyakran ivott **energialt** **NYÁRON?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta ≤1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta ≥6x |
| ☐ Hetente 5–6x | |

11b. Milyen gyakran ivott **energialt** **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta ≤1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta ≥6x |
| ☐ Hetente 5–6x | |

11c. Általában mennyi **energialt** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 doboz (<240 mL)
☐ 1 - 2 doboz (240 – 480 mL)
☐ Több mint 2 doboz (>480 mL)

Az elmúlt 12 hónapban...

12. Ivott-e az elmúlt 12 hónapban sör?

☐ NEM (UGRÁS A 13. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

12a. Milyen gyakran ivott **sört NYÁRON?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|--|--|
| ☐ Havonta $\leq 1x$ | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta $\geq 6x$ |
| ☐ Hetente 5–6x | |

12b. Milyen gyakran ivott **sört AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|--|--|
| ☐ Havonta $\leq 1x$ | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta $\geq 6x$ |
| ☐ Hetente 5–6x | |

12c. Általában mennyi **sört** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 üveg/doboz (<360 mL)
☐ 1 - 3 üveg/doboz (360-1080 mL)
☐ Több mint 3 üveg/doboz (>1080 mL)



13. Ivott-e az elmúlt 12 hónapban vizet (csapvíz, palackozott víz, ásványvíz)?

☐ NEM (UGRÁS A 14. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

13a. Milyen gyakran ivott **vizet** (csapvíz, palackozott víz, ásványvíz) **NYÁRON?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|--|--|
| ☐ Havonta $\leq 1x$ | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta $\geq 6x$ |
| ☐ Hetente 5–6x | |

13b. Milyen gyakran ivott **vizet** (csapvíz, palackozott víz, ásványvíz) **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|--|--|
| ☐ Havonta $\leq 1x$ | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta $\geq 6x$ |
| ☐ Hetente 5–6x | |

13c. Általában mennyi **vizet** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 palack (<360 mL)
☐ 1 - 2 palack (360 – 720 mL)
☐ Több mint 2 palack (>720 mL)

13d. Milyen gyakran volt a víz **csapvíz?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek $\frac{1}{4}$ -ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek $\frac{3}{4}$ -ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

13e. Milyen gyakran volt a víz **palackozott, ízesített víz** (alacsony kalóriatartalmú vagy kalóriamentes édesítővel; ásványvíz is)?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek $\frac{1}{4}$ -ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek $\frac{3}{4}$ -ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

13f. Milyen gyakran volt a víz **palackozott, nem ízesített víz** (ásványvíz is)?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek $\frac{1}{4}$ -ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek $\frac{3}{4}$ -ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

14. Milyen gyakran ivott **bort** vagy boralapú italt (gyümölcslé és bor keveréke, pl. Sangria, Spritzer)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 15. KÉRDÉSRE)

- | | |
|--|--|
| ☐ Havonta $\leq 1x$ | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta $\geq 6x$ |
| ☐ Hetente 5–6x | |

Question 15 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

14a. Általában mennyi **bort** vagy **boralapú italt** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 pohár (<150 mL)
☐ 1 - 2 pohár (150–360 mL)
☐ Több mint 2 pohár (>360 mL)

15. Milyen gyakran ivott **likőrt** vagy **koktétlt**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 16. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta ≤1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 2–3x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 4–5x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta ≥6x |
| ☐ Hetente 5–6x | |

15a. Általában mennyi **likőrt** vagy **koktétlt** ivott egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 rövidital (<40 mL)
☐ 1 - 3 rövidital (40-120 mL)
☐ Több mint 3 rövidital (>120 mL)

16. Evett-e az elmúlt 12 hónapban **zabkását, búzadarát** vagy **más főzött gabonapelyhet** (tejbegríz)?

☐ NEM (UGRÁS A 17. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

16a. Milyen gyakran evett **zabkását, búzadarát** vagy **más főzött gabonapelyhet TÉLEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|--|---------------------------------------|
| ☐ Telente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Telente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

16b. Milyen gyakran evett **zabkását, búzadarát** vagy **más főzött gabonapelyhet AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 17 appears in the next column

16c. Általában mennyi **zabkását, búzadarát** vagy **más főzött gabonapelyhet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¾ csésze
☐ ¾ - 1¼ csésze
☐ Több mint 1¼ csésze

16d. Milyen gyakran adott **vajat** vagy **margarint** a zabkásához, búzadarához vagy más főzött gabonapelyhez?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

17. Milyen gyakran evett **hideg gabonapelyhet** (tejfel, joghurttal)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 18. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

17a. Általában mennyi **hideg gabonapelyhet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze
☐ 1 - 2½ csésze
☐ Több mint 2½ csésze

17b. Milyen gyakran volt a hideg gabonapelyhely (teljes kiőrlésű gabonából készült) **Total Raisin Bran, Total Cereal, vagy Product 19?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

17c. Milyen gyakran volt a hideg zabpelyhely (teljes kiőrlésű gabonából készült) **All Bran, Fiber One, 100% Bran, vagy All-Bran Bran Buds?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 18 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

17d. Milyen gyakran volt a hideg gabonapehely **más fajta, korpás vagy rostban gazdag** gabonapehely (pl. Cheerios, Shredded Wheat, Raisin Bran, Bran Flakes, Grape-Nuts, Granola, Wheaties, vagy Healthy Choice)?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

17e. Milyen gyakran volt a hideg zabpehely más típusú hideg müzli? (pl. Corn Flakes, Rice Krispies, Frosted Flakes, Special K, Froot Loops, Cap'n Crunch, vagy others)?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

17f. A hideg zabpehelyhez adott **tejet**?

☐ NEM (UGRÁS A 18. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

17g. Milyen fajta **tejet** adott a hideg zabpehelyhez?

- ☐ Teljes tej (házi, nyers tej)
☐ 2% zsírtartalmú tej
☐ 1% zsírtartalmú tej
☐ Zsírmentes tej vagy ½% zsírtartalmú tej
☐ Szójatej (szójaital)
☐ Rizstej (rizsital)
☐ Egyéb

17h. Általában mennyi **tejet** adott a hideg zabpehelyhez egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (<120 ml)
☐ ½ - 1 csésze (120-240 ml)
☐ Több mint 1 csésze (>240 ml)

18. Milyen gyakran evett **almapürét/almaszósz**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 19. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 19 appears in the next column

18a. Általában mennyi **almapürét** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze
☐ ½ - 1 csésze
☐ Több mint 1 csésze

19. Milyen gyakran evett **almát**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 20. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

19a. Általában mennyi **almát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 alma
☐ 1 alma
☐ Több mint 1 alma

20. Milyen gyakran evett **körtét** (friss gyümölcs, konzerv vagy fagyasztott)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 21. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

20a. Általában mennyi **körtét** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 körte
☐ 1 körte
☐ Több mint 1 körte

21. Milyen gyakran evett **banánt**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 22. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |



Question 22 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

21a. Általában mennyi **banánt** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 banán
☐ 1 banán
☐ Több mint 1 banán

22. Milyen gyakran evett **szárított gyümölcsöt** (pl. aszalt szilva, mazsola)? *(Ne számolja hozzá a szárított sárgabarackot.)*

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 23. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

22a. Általában mennyi **szárított gyümölcsöt** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 2 evőkanál
☐ 2 - 5 evőkanál
☐ Több mint 5 evőkanál

23. Evett-e az elmúlt 12 hónapban **őszibarackot, nektarint vagy szilvát**?

☐ NEM (UGRÁS A 24. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

23a. Milyen gyakran evett **friss őszibarackot, nektarint vagy szilvát AMIKOR ANNAK SZEZONJA VOLT?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---|--|
| ☐ Szezononként 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Szezononként 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x per day |

23b. Milyen gyakran evett **őszibarackot, nektarint vagy szilvát** (friss, konzerv vagy fagyasztott) **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 24 appears in the next column

23c. Általában mennyi **őszibarackot, nektarint vagy szilvát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 gyümölcsöt vagy kevesebb mint ½ csésze
☐ 1 - 2 gyümölcs vagy ½ - ¾ csésze
☐ Több mint 2 gyümölcs vagy több mint ¾ csésze

24. Milyen gyakran evett **szőlőt**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 25. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

24a. Általában mennyi **szőlőt** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (<10 szőlőszem)
☐ ½ - 1 csésze (10-30 szőlőszem)
☐ Több mint 1 csésze (>30 szőlőszem)

25. Evett-e az elmúlt 12 hónapban **sárgadinnyét**?

☐ NEM (UGRÁS A 26. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

25a. Milyen gyakran evett **friss sárgadinnyét AMIKOR ANNAK SZEZONJA VOLT?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---|--|
| ☐ Szezononként 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Szezononként 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x per day |

25b. Milyen gyakran evett **sárgadinnyét** (friss vagy fagyasztott) **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 26 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

25c. Általában mennyi **sárgadinnyét** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ dinnye vagy kevesebb mint 100 g
☐ ¼ dinnye vagy 100-200 g
☐ Több mint ¼ dinnye vagy több mint 200 g

26. Evett-e az elmúlt 12 hónapban a **sárgadinnyétől eltérő dinnyét** (pl. görögdinnye, mézdinnye (honeydew))?

☐ NEM (UGRÁS A 27. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

26a. Milyen gyakran evett a **sárgadinnyétől eltérő friss dinnyét AMIKOR ANNAK SZEZONJA VOLT?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ☐ Szezononként 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Szezononként 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

26b. Milyen gyakran evett a **sárgadinnyétől eltérő friss dinnyét** (friss vagy fagyasztott) **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

26c. Általában mennyi **sárgadinnyétől eltérő dinnyét** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 100 g vagy 1 kicsi szelet
☐ 100-400 g vagy 1 közepes szelet
☐ Több mint 400 g vagy 1 nagy szelet



Question 27 appears in the next column

27. Evett-e az elmúlt 12 hónapban **epret**?

☐ NEM (UGRÁS A 28. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

27a. Milyen gyakran evett **friss epret AMIKOR ANNAK SZEZONJA VOLT?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ☐ Szezononként 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Szezononként 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

27b. Milyen gyakran evett **epret** (friss vagy fagyasztott) **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

27c. Általában mennyi **epret** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (<3 eper)
☐ ¼ - ¾ csésze (3 - 8 eper)
☐ Több mint ¾ csésze (>8 eper)

28. Evett-e az elmúlt 12 hónapban **narancsot, mandarint vagy klementint**?

☐ NEM (UGRÁS A 29. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

28a. Milyen gyakran evett **friss narancsot, mandarint vagy klementint AMIKOR ANNAK SZEZONJA VOLT?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ☐ Szezononként 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Szezononként 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 29 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

28b. Milyen gyakran evett **narancsot, mandarint** vagy **klementint** **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

28c. Általában mennyi **narancsot, mandarint** vagy **klementint** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 gyümölcs
☐ 1 gyümölcs
☐ Több mint 1 gyümölcs

29. Evett-e az elmúlt 12 hónapban **grapefruitot**?

☐ NEM (UGRÁS A 30. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

29a. Milyen gyakran evett **friss grapefruitot** **AMIKOR ANNAK SZÉZONJA VOLT?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ☐ Szézononként 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Szézononként 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

29b. Milyen gyakran evett **grapefruitot** (friss vagy konzerv) **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 30 appears in the next column

29c. Általában mennyi **grapefruitot** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ grapefruit
☐ ½ grapefruit
☐ Több mint ½ grapefruit

30. Milyen gyakran evett **ananászt**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 31. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

30a. Általában mennyi **ananászt** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (45 g) vagy kevesebb mint 1 közepes szelet
☐ ¼ - ¾ csésze (45-135 g) vagy 1 közepes szelet
☐ Több mint ¾ csésze (>135 g) vagy több mint 1 közepes szelet

31. Milyen gyakran evett **más gyümölcsöt**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 32. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

31a. Általában mennyi **más gyümölcsöt** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (45 g)
☐ ¼ - ¾ csésze (45-135 g)
☐ Több mint ¾ csésze (>135 g)

32. Milyen gyakran evett **FŐTT zöldséget** (pl. spenót, fehérrepa, káposzta, mustár, mángold, kelkáposzta)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 33. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 33 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

32a. Általában mennyi **FŐTT zöldséget** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (90 g)
☐ ½ - 1 csésze (90-180 g)
☐ Több mint 1 csésze (>180 g)

33. Milyen gyakran evett **NYERS zöldséget** (pl. spenót, fehérrépa, káposzta, mustár, articsóka, leveles kel / kelkáposzta)? *(A salátára később kérdezzünk rá.)*

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 34. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

33a. Általában mennyi **NYERS zöldséget** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze
☐ ½ - 1 csésze
☐ Több mint 1 csésze

34. Milyen gyakran evett **káposztasalátát**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 35. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

34a. Általában mennyi **káposztasalátát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze
☐ ¼ - ¾ csésze
☐ Több mint ¾ csésze

35. Milyen gyakran evett **savanyú káposztát** vagy **fejeskáposztát** (káposztasalátán kívül)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 36. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 36 appears in the next column

35a. Általában mennyi **savanyúkáposztát** vagy **fejeskáposztát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (45 g)
☐ ¼ - 1 csésze (45-180 g)
☐ Több mint 1 csésze (>180 g)

36. Milyen gyakran evett **sárgarépat** (friss, konzerv vagy fagyasztott)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 37. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

36a. Általában mennyi **sárgarépat** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (45 g) vagy kevesebb mint 2 kicsi répa
☐ ¼ - ½ csésze (45-90 g) vagy 2 - 5 kicsi répa
☐ Több mint ½ (90 g) csésze vagy több mint 5 kicsi répa

37. Milyen gyakran evett **zöldbabot** (friss, konzerv vagy fagyasztott)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 38. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

37a. Általában mennyi **zöldbabot** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (90 g)
☐ ½ - 1 csésze (90-180 g)
☐ Több mint 1 csésze (>180 g)

38. Milyen gyakran evett **zöldborsót** (friss, konzerv vagy fagyasztott)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 39. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 39 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

38a. Általában mennyi **zöldborsót** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (45 g)
☐ ¼ - ¾ csésze (45-135 g)
☐ Több mint ¾ csésze (>135 g)

39. Evett-e az elmúlt 12 hónapban **kukoricát**?

☐ NEM (UGRÁS A 40. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

39a. Milyen gyakran evett **friss kukoricát** **AMIKOR ANNAK SZEZONJA VOLT?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ☐ Szezononként 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Szezononként 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

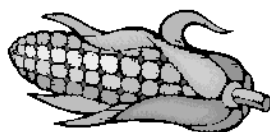
39b. Milyen gyakran evett **kukoricát** (friss, konzerv vagy fagyasztott) **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

39c. Általában mennyi **kukoricát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 cső vagy kevesebb mint ½ csésze (90 g)
☐ 1 cső vagy ½ - 1 csésze (90-180 g)
☐ Több mint 1 cső vagy több mint 1 csésze (>180 g)



Question 40 appears in the next column

40. Milyen gyakran evett **brokkolit** (friss vagy fagyasztott)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 41. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

40a. Általában mennyi **brokkolit** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (45 g)
☐ ¼ - 1 csésze (45-180 g)
☐ Több mint 1 csésze (>180 g)

41. Milyen gyakran evett **karfiolt** vagy **kelbimbót** (friss vagy fagyasztott)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 42. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

41a. Általában mennyi **karfiolt** vagy **kelbimbót** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (45 g)
☐ ¼ - ½ csésze (45-90 g)
☐ Több mint ½ csésze (>90 g)

42. Milyen gyakran evett **spárgát** (friss vagy fagyasztott)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 43. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

42a. Általában mennyi **spárgát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ⅓ csésze (<4 spárgasíp)
☐ ⅓ - ⅔ csésze (4-7 spárgasíp)
☐ Több mint ⅔ csésze (>7 spárgasíp)

Question 43 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

43. Milyen gyakran evett 'téli tököt' (pl. tök, sütőtök, makktök, 'vajdió' sütőtök)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 44. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

43a. Általában mennyi téli tököt evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (90 g)
☐ ½ - ¾ csésze (90-135 g)
☐ Több mint ¾ csésze (>135 g)

44. Milyen gyakran evett vegyes zöldséget?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 45. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

44a. Általában mennyi vegyes zöldséget evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (90 g)
☐ ½ - 1 csésze (90-135 g)
☐ Több mint 1 csésze (>135 g)

45. Milyen gyakran evett vöröshagymát?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 46. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

45a. Általában mennyi vöröshagymát evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 szelet vagy kevesebb mint 1 evőkanál
☐ 1 szelet vagy 1 - 4 evőkanál
☐ Több mint 1 szelet vagy több mint 4 evőkanál

Question 46 appears in the next column

46. Gondoljon vissza az összes **főtt zöldség** elkészítésére, amit az elmúlt 12 hónapban fogyasztott. Milyen gyakran **főtt** a zöldség **zsíradékban** (zsír vagy olaj)? (Ne számolja hozzá a burgonyát.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 47. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |



46a. Milyen zsíradékot használtak általában a zöldségek **főzése során**? (Ne számolja hozzá a burgonyát.) **Jelölje az összes megfelelő választ!**

- | | |
|--|---|
| ☐ Margarin (alacsony zsírtartalmú is) | ☐ Kukoricaolaj |
| ☐ Vaj (alacsony zsírtartalmú is) | ☐ Repceolaj |
| ☐ Disznózsír, szalonna | ☐ Olajspray (pl. Pam vagy más) |
| ☐ Olívaolaj | ☐ Másféle olaj |
| | ☐ Egyik sem a fentiek közül |

47. Gondoljon vissza az összes **főtt zöldség** elkészítésére, tálalására, amit az elmúlt 12 hónapban fogyasztott. Milyen gyakran használt **A FŐZÉS UTÁN VAGY TÁLALÁSKOR** valamilyen zsíradékot, szószt vagy öntetet? (Ne számolja hozzá a burgonyát.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 48. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|--|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ 2 times per day |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ 3 vagy more times per day |

Question 48 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

47a. Milyen zsiradékot, szószt vagy öntetet használt általában **A FŐZÉS UTÁN VAGY TÁLALÁSKOR?** (A burgonyát itt ne vegye figyelembe.) **Jelölje az összes megfelelő választ!**

- | | |
|--|---|
| ☐ Margarin
(alacsony
zsírtartalmú is) | ☐ Salátaöntet
☐ Sajtszószt |
| ☐ Vaj (alacsony
zsírtartalmú is) | ☐ Besamel
☐ Egyéb |
| ☐ Disznózsír,
szalonna | |

47b. Általában mennyi margarint, vajat, disznózsírt használt **A FŐZÉS UTÁN VAGY TÁLALÁSKOR?**

- ☐ Ezeket általában nem használta
☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
☐ 1 - 3 teáskanál
☐ Több mint 3 teáskanál

47c. Általában mennyi salátaöntetet, sajtszószt vagy besamelt használt **A FŐZÉS UTÁN VAGY TÁLALÁSKOR?**

- ☐ Ezeket általában nem használta
☐ Kevesebb mint 1 evőkanál
☐ 1 - 3 evőkanál
☐ Több mint 3 evőkanál

48. Milyen gyakran evett **édespaprikát** (zöld, piros vagy sárga)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 49. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

48a. Általában mennyi **édespaprikát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1/8 paprika
☐ 1/8 - 1/4 paprika
☐ Több mint 1/4 paprika

49. Evett-e az elmúlt 12 hónapban **friss paradicsomot** (számolja hozzá a salátában elfogyasztottat is)?

☐ NEM (UGRÁS AZ 50. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

49a. Milyen gyakran evett **friss paradicsomot** (számolja hozzá a salátában elfogyasztottat is) **AMIKOR ANNAK SZEZONJA VOLT?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ☐ Szezononként 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Szezononként 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

49b. Milyen gyakran evett **friss paradicsomot** (számolja hozzá a salátában elfogyasztottat is) **AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

49c. Általában mennyi **friss paradicsomot** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1/4 paradicsom
☐ 1/4 - 1/2 paradicsom
☐ Több mint 1/2 paradicsom

50. Milyen gyakran evett **salátát** (más zöldségekkel vagy anélkül)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 51. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 51 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

50a. Általában mennyi **salátát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (45 g)
☐ ¼ - 1¼ csésze (45-225 g)
☐ Több mint 1¼ csésze (>225 g)

50b. Milyen gyakran tartalmazott a saláta **zöld salátát**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

51. Milyen gyakran használt **salátaöntetet** (alacsony zsírtartalmú is) a salátához?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 52. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

51a. Általában mennyi **salátaöntetet** használt egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 2 evőkanál
☐ 2 - 4 evőkanál
☐ Több mint 4 evőkanál

52. Milyen gyakran evett **édesburgonyát** vagy **jamszgyökeret**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 53. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

52a. Általában mennyi **édesburgonyát** vagy **jamszgyökeret** evett egy alkalommal?

- ☐ 1 kicsi burgonya vagy kevesebb mint ¼ csésze
☐ 1 közepes burgonya vagy ¼ – ¾ csésze
☐ 1 nagy burgonya vagy több mint ¾ csésze

53. Milyen gyakran evett **sült burgonyát, steak burgonyát, rösztit** vagy **burgonyakrokkett**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 54. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

53a. Általában mennyi **sült burgonyát, steak burgonyát, rösztit** vagy **burgonyakrokkett** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 10 sültkrumpli vagy kevesebb mint ½ csésze (90 g)
☐ 10 – 25 sültkrumpli vagy ½ – 1 csésze (90-180 g)
☐ Több mint 25 sültkrumpli vagy több mint 1 csésze (>180 g)

54. Milyen gyakran evett **burgonyasalátát**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 55. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

54a. Általában mennyi **burgonyasalátát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (90 g)
☐ ½ - 1 csésze (90-180 g)
☐ Több mint 1 csésze (>180 g)

55. Milyen gyakran evett **héjában, zsiradék nélkül sült burgonyát, főtt burgonyát** vagy **burgonyapürét**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 56. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

55a. Általában mennyi **héjában, zsiradék nélkül sült burgonyát, főtt burgonyát** vagy **burgonyapürét** evett egy alkalommal?

- ☐ 1 kicsi burgonya vagy kevesebb mint ½ csésze
☐ 1 közepes burgonya vagy ½ - 1 csésze
☐ 1 nagy burgonya vagy több mint 1 csésze

Question 53 appears in the next column

Az elmúlt 12 hónapban...

55b. Milyen gyakran használt **tejfölt** (alacsony zsírtartalmú is) a burgonyához a **SÜTÉS-FŐZÉS SORÁN VAGY TÁLALÁSKOR**.

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS AZ 55d. KÉRDÉSRE)
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

55c. Általában mennyi tejfölt adott a burgonyához egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 evőkanál
☐ 1 - 3 evőkanál
☐ Több mint 3 evőkanál

55d. Milyen gyakran használt **margarint** (alacsony zsírtartalmú is) a burgonyához a **SÜTÉS-FŐZÉS SORÁN VAGY TÁLALÁSKOR**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

55e. Milyen gyakran használt **vajat** (alacsony zsírtartalmú is) a burgonyához a **SÜTÉS-FŐZÉS SORÁN VAGY TÁLALÁSKOR**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

55f. Általában mennyi **margarint** vagy **vajat** adott a burgonyához egy alkalommal?

- ☐ Nem adott
☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
☐ 1 - 3 teáskanál
☐ Több mint 3 teáskanál

55g. Milyen gyakran használt **sajtot** vagy **sajtszószt** a burgonyához a **SÜTÉS-FŐZÉS SORÁN VAGY TÁLALÁSKOR**?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS AZ 56. KÉRDÉSRE)
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

55h. Általában mennyi **sajtot** vagy **sajtszószt** adott a burgonyához egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 evőkanál
☐ 1 - 3 evőkanál
☐ Több mint 3 evőkanál

56. Milyen gyakran evett **salsa szószt**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 57. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

56a. Általában mennyi **salsa szószt** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 evőkanál
☐ 1 - 5 evőkanál
☐ Több mint 5 evőkanál

57. Milyen gyakran evett **ketchupot**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 58. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

57a. Általában mennyi **ketchupot** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
☐ 1 - 6 teáskanál
☐ Több mint 6 teáskanál

58. Milyen gyakran evett, **tölteléket, öntetet vagy nokedlit**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 59. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

58a. Általában mennyi **tölteléket, öntetet vagy nokedlit** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (90 g)
☐ ½ - 1 csésze (90-180 g)
☐ Több mint 1 csésze (>180 g)

Az elmúlt 12 hónapban...

59. Milyen gyakran evett **chilit**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 60. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

59a. Általában mennyi **chilit** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (90 g)
☐ ½ - 1¾ csésze (90-315 g)
☐ Több mint 1¾ csésze (>315 g)

60. Milyen gyakran evett **mexikói ételt** (pl. tacos, tostados, burritos, tamales, fajitas, enchiladas, quesadillas, vagy chimichangas)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 61. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

60a. Általában mennyi **mexikói ételt** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 taco, burrito, stb.
☐ 1 - 2 tacos, burritos, stb.
☐ Több mint 2 tacos, burritos, stb.

61. Milyen gyakran evett **főtt babot** (pl. sült bab, babfőzelék, vesebab, fekete szemű bab, lima bab, lencse, szójabab, vagy refried beans)? *(Ne számolja hozzá a bablevest és a chilisbabot.)*

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 62. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

61a. Általában mennyi **babot** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (90 g)
☐ ½ - 1 csésze (90-180 g)
☐ Több mint 1 csésze (>180 g)

61b. Milyen gyakran készült a bab **törött bab/sült bab formájában, zsiradékkal vagy hús hozzáadásával**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

62. Milyen gyakran evett **más zöldséget**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 63. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

62a. Általában mennyi **más zöldséget** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (45 g)
☐ ¼ - ½ csésze (45-90 g)
☐ Több mint ½ csésze (>90 g)

63. Milyen gyakran evett **rizst** vagy **más főtt gabonafélét** (pl. bulgur, tört búza, köles)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 64. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

63a. Általában mennyi **rizst** vagy **más főtt gabonafélét** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (<90 g)
☐ ½ - 1½ csésze (90-220 g)
☐ Több mint 1½ csésze (>220 g)

63b. Milyen gyakran használt **vajat, margarint** vagy **olajat** a rizshez vagy más főtt gabonaféléhez a **FŐZÉS SORÁN VAGY TÁLALÁSKOR**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

Az elmúlt 12 hónapban...

64. Milyen gyakran evett **palacsintát, gofrit** vagy **bundáskenyeret** (French toast)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 65. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

64a. Általában mennyi **palacsintát, gofrit** vagy **bundáskenyeret** (French toast) evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 közepes szelet
☐ 1 - 3 közepes szelet
☐ Több mint 3 közepes szelet

64b. Milyen gyakran használt margarint (alacsony zsírtartalmú is) a palacsintához, gofrihoz vagy bundáskenyeréhez a **SÜTÉS UTÁN VAGY A TÁLALÁSKOR?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

64c. Milyen gyakran használt vaját (alacsony zsírtartalmú is) a palacsintához, gofrihoz vagy bundáskenyeréhez a **SÜTÉS UTÁN VAGY A TÁLALÁSKOR?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

64d. Általában mennyi margarint vagy vaját adott a palacsintához, gofrihoz vagy bundáskenyeréhez egy alkalommal?

- ☐ Nem adott
☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
☐ 1 - 3 teáskanál
☐ Több mint 3 teáskanál

64e. Milyen gyakran adott szirupot a palacsintához, gofrihoz vagy bundáskenyeréhez?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS A 65. KÉRDÉSRE)
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

64f. Általában mennyi szirupot adott a palacsintához, gofrihoz vagy bundáskenyeréhez egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 evőkanál
☐ 1 - 4 evőkanál
☐ Több mint 4 evőkanál

65. Milyen gyakran evett **lasagnét, töltött kagylótésztát, töltött manicottit, raviolit**, vagy **tortellinit**? (Ne számolja hozzá a spagettit vagy más tésztát.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 66. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

65a. Általában mennyi **lasagnét, töltött kagylótésztát, töltött manicottit, raviolit**, vagy **tortellinit** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze (<180 g)
☐ 1–2 csésze (180–360 g)
☐ Több mint 2 csésze (>360 g)

66. Milyen gyakran evett **sajtos tésztát**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 67. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

66a. Általában mennyi **sajtos tésztát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze
☐ 1 – 1½ csésze
☐ Több mint 1½ csésze

67. Milyen gyakran evett **tésztasalátát**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 68. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 68 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

67a. Általában mennyi **tésztasalátát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze
☐ ½ - 1 csésze
☐ Több mint 1 csésze

68. Milyen gyakran evett a 65., 66. és 67. kérdésekben szereplő tésztákon kívül **tésztát, spagettit** vagy **más metéltet**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 69. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

68a. Általában mennyi **tésztát, spagettit** vagy **más metéltet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze
☐ 1 - 3 csésze
☐ Több mint 3 csésze

68b. Milyen gyakran ette a tésztát, spagettit vagy más metéltet **paradicsomszósszal** vagy **spagettiszósszal** és **HÚSSAL**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

68c. Milyen gyakran ette a tésztát, spagettit vagy más metéltet **paradicsomszósszal** vagy **spagettiszósszal** és **HÚS NÉLKÜL**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

68d. Milyen gyakran ette a tésztát, spagettit vagy más metéltet **margarinnal, vajjal, olajjal** vagy **besamellel**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

69. Milyen gyakran evett **bagelt** vagy **angol muffint** (**fehér lisztből készült péksütemények**)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 70. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

69a. Milyen gyakran volt a bagel vagy angol muffin **teljeskiőrlésű** lisztből?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

69b. Általában mennyi bagelt vagy angol muffint evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 kifli vagy angol muffin
☐ 1 kifli vagy angol muffin
☐ Több mint 1 kifli vagy angol muffin

69c. Milyen gyakran ette **margarinnal** (alacsony zsírtartalmú is) a bagelt vagy angol muffint?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

69d. Milyen gyakran ette **vajjal** (alacsony zsírtartalmú is) a bagelt vagy angol muffint?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

69e. Általában mennyi **margarint** vagy **vajat** kent a bagelre vagy angol muffinra egy alkalommal?

- ☐ Nem adott
☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
☐ 1 - 2 teáskanál
☐ Több mint 2 teáskanál

Az elmúlt 12 hónapban...

69f. Milyen gyakran volt sajtkrémmel megkenve a bagel vagy angol muffin?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS A 70. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)
- ☐ Az esetek $\frac{1}{4}$ -ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek $\frac{3}{4}$ -ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

69g. Általában mennyi sajtkrémet adott a bécsi kiflihez vagy angol muffinhoz egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 evőkanál
- ☐ 1 - 2 evőkanál
- ☐ Több mint 2 evőkanál

A következő kérdések a bagelen és angol muffinon kívüli kenyérbevitelre vonatkoznak. Először arról a kenyérről kérdezzük, amit szendvics formájában fogyasztott. Utána a további kenyérfogyasztásáról kérdezzük.

70. Milyen gyakran evett **kenyeret** vagy **kiflit SZENDVICS RÉSZEKÉNT** (ide tartozik a hamburgerzsemle és a hot dog kifli is)? (Ne számolja hozzá a gyorséttermi szendvicset.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 71. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥ 2 x |

70a. Általában mennyi **kenyeret** vagy **kiflit** evett **SZENDVICS RÉSZEKÉNT** egy alkalommal?

- ☐ 1 szelet vagy $\frac{1}{2}$ roll kifli
- ☐ 2 szelet vagy 1 roll kifli
- ☐ Több mint 2 szelet vagy több mint 1 roll kifli

70b. Milyen gyakran volt a szendvicsként fogyasztott kenyér vagy kifli **fehér lisztből**? (ide tartozik a hamburgerzsemle és a hot dog kifli is)

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek $\frac{1}{4}$ -ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek $\frac{3}{4}$ -ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 71 appears in the next column

70c. Milyen gyakran adott **majonézt** vagy **majonéz típusú öntetet** (alacsony zsírtartalmú is) a kenyérhez vagy a kiflihez szendvics esetén?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS A 70e. KÉRDÉSRE)
- ☐ Az esetek $\frac{1}{4}$ -ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek $\frac{3}{4}$ -ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

70d. Általában mennyi **majonézt** vagy **majonéz típusú öntetet** adott a kenyérhez vagy a kiflihez szendvics esetén egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
- ☐ 1 - 3 teáskanál
- ☐ Több mint 3 teáskanál

70e. Milyen gyakran adott **margarint** (alacsony zsírtartalmú is) a kenyérhez vagy a kiflihez szendvics esetén?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek $\frac{1}{4}$ -ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek $\frac{3}{4}$ -ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

70f. Milyen gyakran adott **vajat** (alacsony zsírtartalmú is) a kenyérhez vagy a kiflihez szendvics esetén?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek $\frac{1}{4}$ -ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek $\frac{3}{4}$ -ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

70g. Általában mennyi **margarint** vagy **vajat** adott a kenyérhez vagy a kiflihez szendvics esetén egy alkalommal?

- ☐ Nem adott
- ☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
- ☐ 1 - 2 teáskanál
- ☐ Több mint 2 teáskanál

71. Milyen gyakran evett **kenyeret** vagy **zsemlét NEM SZENDVICS RÉSZEKÉNT**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 72. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥ 2 x |

Question 72 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

71a. Általában mennyi **kenyeret** vagy **zsemlét** evett **NEM SZENDVICS RÉSZEKÉNT** egy alkalommal?

- ☐ 1 szelet vagy 1 zsemle
☐ 2 szelet vagy 2 zsemle
☐ Több mint 2 szelet vagy 2 zsemle

71b. Milyen gyakran volt a nem szendvicsként fogyasztott kenyér vagy zsemle **fehér lisztből**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

71c. Milyen gyakran kent **margarint** (alacsony zsírtartalmú is) a kenyérre vagy a zsemlére?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

71d. Milyen gyakran kent **vajat** (alacsony zsírtartalmú is) a kenyérre vagy a zsemlére?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

71e. Általában mennyi **margarint** vagy **vajat** kent a kenyérre vagy a zsemlére egy alkalommal?

- ☐ Nem adott
☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
☐ 1 - 2 teáskanál
☐ Több mint 2 teáskanál

71f. Milyen gyakran kent **krémsajtot** (alacsony zsírtartalmú is) a kenyérre vagy a zsemlére?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS A 72. KÉRDÉSRE)
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 72 appears in the next column

71g. Általában mennyi **krémsajtot** kent a kenyérre vagy a zsemlére egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 evőkanál
☐ 1 - 2 evőkanál
☐ Több mint 2 evőkanál

72. Milyen gyakran ette a kiflit, muffint, kenyeret, zsemlét vagy kekszet **lekvárral, dzsemmel** vagy **mézzel**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 73. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

72a. Általában mennyi **lekvárt, dzsemet** vagy **mézet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
☐ 1 - 3 teáskanál
☐ Több mint 3 teáskanál

73. Milyen gyakran evett **mogyoróvaj**at?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 74. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

73a. Általában mennyi **mogyoróvaj**at evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 evőkanál
☐ 1 - 2 evőkanál
☐ Több mint 2 evőkanál

74. Milyen gyakran evett **sült marhahúst** vagy **steaket SZENDVICSBEN**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 75. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 75 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

74a. Általában mennyi **sült marhahúst** vagy **steaket** evett **SZENDVICSBEN** egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 szelet (<55 g)
☐ 1 - 2 szelet (55-115 g)
☐ Több mint 2 szelet (>115 g)

75. Milyen gyakran evett **pulyka** vagy **csirke FELVÁGOTTAT** (pl. töltött hús, löncshús, pulykasonka, pulykaszalámi, füstölt pulykaszelet)? (Más pulyka vagy csirkehúsról később kérdezzük rá.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 76. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

75a. Általában mennyi **pulyka** vagy **csirke FELVÁGOTTAT** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 szelet
☐ 1 - 3 szelet
☐ Több mint 3 szelet

76. Milyen gyakran evett **löncshúst**? (Más sonkáról később kérdezzük rá.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 77. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

76a. Általában mennyi **főtt sonkát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 szelet
☐ 1 - 3 szelet
☐ Több mint 3 szelet

76b. Milyen gyakran volt a löncshús **csökkentett energiatartalmú** (light), **alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 77 appears in the next column

77. Milyen gyakran evett **egyéb felvágottat** vagy **vagdalthúst** (pl. párizsi, zala felvágott, szalámi, sült marhahús, füstölt hús, vagy más, alacsony zsírtartalmú is)? (Ne számolja hozzá a sonkát, és a pulyka- vagy csirkefelvágottat.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 78. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

77a. Általában mennyi **egyéb felvágottat** vagy **vagdalthúst** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 szelet
☐ 1 - 3 szelet
☐ Több mint 3 szelet

77b. Milyen gyakran volt az egyéb felvágott **csökkentett energiatartalmú** (light), **alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**? (Ne számolja hozzá a sonkát, és a pulyka- vagy csirkefelvágottat.)

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

78. Milyen gyakran evett **tonhalkonzervet** (salátában, szendvicsben vagy serpenyős ételben)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 79. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

78a. Általában mennyi **tonhalkonzervet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (<55 g)
☐ ¼ - ½ csésze (55-85 g)
☐ Több mint ½ csésze (>85 g)

78b. Milyen gyakran volt a tonhal **saját levében**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 79 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

78c. Milyen gyakran volt a tonhal **majonézes szószban** vagy **más öntetben** (alacsony zsírtartalmú is)?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

79. Milyen gyakran evett **DARÁLT csirkehúst** vagy **pulykahúst**? (Egyéb csirkére vagy pulykára később kérdezzük rá.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 80. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

79a. Általában mennyi **DARÁLT csirkehúst** vagy **pulykahúst** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (<55 g)
- ☐ ½ - 1 csésze (55-110 g)
- ☐ Több mint 1 csésze (>110 g)

80. Milyen gyakran evett **marhaburgert** vagy **sajtburgert** **GYORSÉTTEREMBEN** vagy más **ÉTTEREMBEN**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 81. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

80a. Általában milyen méretű **marhaburgert** vagy **sajtburgert** evett a **GYORSÉTTEREMBEN** vagy más **ÉTTEREMBEN**?

- ☐ Kicsi hamburger (pl. hagyományos Burger King vagy McDonald's hamburger)
- ☐ Közepes (pl. McDonald's vagy Burger King Dupla burger vagy Dupla sajtburger)
- ☐ Nagy (pl. Burger King Whopper vagy Dupla Whopper vagy McDonald's Double Quarter Pounder)

80b. Általában mennyi **marhaburgert** vagy **sajtburgert** evett a **GYORSÉTTEREMBEN** vagy más **ÉTTEREMBEN** egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 burger
- ☐ 1 burger
- ☐ Több mint 1 burger

80c. Milyen gyakran evett inkább sajtburgert mint hamburgert?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

81. Milyen gyakran evett **marhaburgert** vagy **sajtburgert** **NEM ÉTTEREMBEN** (nem gyorséttermi vagy más éttermi burger)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 82. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

81a. Általában mennyi ilyen **marhaburgert** vagy **sajtburgert** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 húspogácsa (<55 g)
- ☐ 1 húspogácsa (55-110 g)
- ☐ Több mint 1 húspogácsa (>110 g)

81b. Milyen gyakran készültek ezek a marhaburgerek vagy sajtburgerek **sovány darált húsból**?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

82. Milyen gyakran evett **darált marhahúskeveréket** (pl. húsgombóc, húsgolyó, serpenyős, fasírt)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 83. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Az elmúlt 12 hónapban...

82a. Általában mennyi **darált marhahúskeveréket** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (<85 g)
☐ ½ - 1 csésze (85-230 g)
☐ Több mint 1 csésze (>230 g)

83. Milyen gyakran evett **hot-dogot** vagy **frankfurtit**? (Ne számolja hozzá a kolbászt vagy a vegetáriánus hot-dogot.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 84. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

83a. Általában mennyi **hot-dogot** vagy **frankfurtit** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 hot dog
☐ 1 - 2 hot dogs
☐ Több mint 2 hot dogs

83b. Milyen gyakran volt a hot-dog vagy frankfurti **csökkentett energiatartalmú** vagy **alacsony zsírtartalmú**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

84. Milyen gyakran evett **marhahúskeveréket** (pl. marhapörkölt, marharagu, marhahús tésztával, marhahús zöldséggel)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 85. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

84a. Általában mennyi **marhahúskeveréket** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze
☐ 1–2 csésze
☐ Több mint 2 csésze

85. Milyen gyakran evett **marhasültet** vagy **egyben sült marhahúst**? (Ne számolja hozzá a szendvicsben fogyasztottat.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 86. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

85a. Általában mennyi **marhasültet** vagy **egyben sült marhahúst** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 55 g
☐ 55-140 g
☐ Több mint 140 g

86. Milyen gyakran evett **steaket** (marha)? (Ne számolja hozzá a szendvicsben fogyasztottat.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 87. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

86a. Általában mennyi **steaket** (marha) evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 85 g
☐ 85-200 g
☐ Több mint 200 g

86b. Milyen gyakran készült a steak **sovány húsból**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

87. Milyen gyakran evett **oldalast** (sertés vagy marha)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 88. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Az elmúlt 12 hónapban...

87a. Általában mennyi **oldalast** (sertés vagy marha) evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 4 borda
☐ 4 - 12 borda
☐ Több mint 12 borda

88. Milyen gyakran evett **sült pulykát, pulykaszeleteket** vagy **pulykamell nuggetset** (szendvicssben is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 89. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

88a. Általában mennyi **sült pulykát, pulykaszeleteket** vagy **pulykamell nuggetset** evett egy alkalommal?
(Megjegyzés: 4 - 8 pulykanuggets = 85 g.)

- ☐ Kevesebb mint 55 g
☐ 55-115 g
☐ Több mint 115 g

89. Milyen gyakran evett **csirkehúst** (pl. saláták, szendvicsek, serpenyős, pörkölt/ragu)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 90. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

89a. Általában mennyi **csirkehúst** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze
☐ ½ - 1½ csésze
☐ Több mint 1½ csésze

Question 90 appears in the next column

90. Milyen gyakran evett **sült, rántott** vagy **párolt csirkét** (nuggets is)? *(Ne számolja hozzá a csirkét egyéb keverékben.)*

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 91. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

90a. Általában mennyi **sült, rántott** vagy **párolt csirkét** (nuggets is) evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 2 comb vagy szárny, kevesebb mint 1 mell vagy felsőcomb, vagy kevesebb mint 4 nuggets
☐ 2 comb vagy szárny, 1 mell vagy felsőcomb, vagy 4 - 8 nuggets
☐ Több mint 2 comb vagy szárny, több mint 1 mell vagy felsőcomb, vagy több mint 8 nuggets

90b. Milyen gyakran volt a csirke (olajban) **sült csirke** (bő olajban sült is – deep fried) vagy **csirke nuggets**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

90c. Milyen gyakran volt a csirke **csirkemell**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

90d. Milyen gyakran ette a csirkét **A BŐRÉVEL**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

91. Milyen gyakran evett **sült sonkát** vagy **sonkás steaket**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 92. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 92 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

91a. Általában mennyi **sült sonkát** vagy **sonkás steaket** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 30 g
☐ 30-85 g
☐ Több mint 85 g

92. Milyen gyakran evett **sertéshúst** (sertésszeletek, sütek, vegyes sertésételek)?
(Ne számolja hozzá a sonkát, sonkás steaket vagy kolbászt.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 93. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

92a. Általában mennyi **sertéshúst** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 hússzelet (<55 g)
☐ 1 hússzelet (55-140 g)
☐ Több mint 1 hússzelet (>140 g)

93. Milyen gyakran volt **szافت** a húson, csirkén, burgonyán, rizsen?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 94. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

93a. Általában mennyi **szافتot** evett a hússal egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1/8 csésze
☐ 1/8 - 1/2 csésze
☐ Több mint 1/2 csésze

94. Milyen gyakran evett **májat** (összes fajta) vagy **májkrémet**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 95. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 95 appears in the next column

94a. Általában mennyi **májat** vagy **májkrémet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 30g
☐ 30-115 g
☐ Több mint 115 g

95. Milyen gyakran evett **bacont** (szalonnát, alacsony zsírtartalmú)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 96. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

95a. Általában mennyi **bacont** (szalonnát) evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 2 szelet
☐ 2 - 3 szelet
☐ Több mint 3 szelet

95b. Milyen gyakran volt a bacon (szalonna) **csökkentett energiatartalmú** (light), **alacsony zsírtartalmú** vagy **sovány**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek 1/4-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek 3/4-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

96. Milyen gyakran evett **kolbászt**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 97. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

96a. Általában mennyi **kolbászt** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 húspogácsa vagy 2 szál
☐ 1 - 3 húspogácsa vagy 2 - 5 szál
☐ Több mint 3 húspogácsa vagy 5 szál

96b. Milyen gyakran volt a kolbász **csökkentett energiatartalmú** (light), **alacsony zsírtartalmú** vagy **sovány**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek 1/4-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek 3/4-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 97 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

97. Milyen gyakran evett **sütve tenger gyümölcseit** (rák, garnéla, kagyló vagy homár)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 98. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

97a. Általában mennyi **tenger gyümölcseit** evett **sütve** egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 55 g
☐ 55–115 g
☐ Több mint 115 g

98. Milyen gyakran evett **NEM SÜTVE tenger gyümölcseit** (rák, kagyló vagy homár)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 99. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

98a. Általában mennyi **tenger gyümölcseit** evett **NEM SÜTVE** egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 30 g
☐ 30–115 g
☐ Több mint 115 g

99. Milyen gyakran evett **lazacot, tonhalat** vagy **pisztrángot**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 100. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

99a. Általában mennyi **lazacot, tonhalat** vagy **pisztrángot** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 55 g
☐ 55–170 g
☐ Több mint 170 g

Question 100 appears in the next column

100. Milyen gyakran evett **halrudacskákat** vagy **más rántott halat** (nem tenger gyümölcsei)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 101. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

100a. Általában mennyi **halrudacskákat** vagy **más rántott halat** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 55 g vagy kevesebb mint 1 filé
☐ 55–200 g vagy 1 filé
☐ Több mint 200 g vagy több mint 1 filé

101. Milyen gyakran evett **más, NEM sült halat** (nem tenger gyümölcsei)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 102. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

101a. Általában mennyi **más, NEM sült halat** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 55 g vagy kevesebb mint 1 filé
☐ 55–140 g vagy 1 filé
☐ Több mint 140 g vagy több mint 1 filé

Gondoljon vissza az összes hús és hal elkészítésére, amit az elmúlt 12 hónapban fogyasztott.

102. Milyen gyakran használtak olajat, vaját, margarint vagy más zsiradékot a hús vagy hal sütéséhez, pirításához vagy pácolásához? *(Ne számolja hozzá a bő olajas sütést (deep frying).)*

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 103. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 103 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

102a. Milyen zsiradékot használtak általában a hús vagy a hal elkészítése során? **Jelölje az összes megfelelő választ!**

- | | |
|--|---|
| ☐ Margarin (alacsony zsírtartalmú is) | ☐ Kukoricaolaj |
| ☐ Vaj (alacsony zsírtartalmú is) | ☐ Repceolaj |
| ☐ Disznózsír, szalonna | ☐ Olajspray (pl. Pam vagy más) |
| ☐ Olívaolaj | ☐ Másféle olaj |
| | ☐ Egyik sem a fentiek közül |

103. Milyen gyakran evett **tofut, szójaburgert** vagy **szóját hús helyettesítésére?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 104. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

103a. Általában mennyi **tofut, szójaburgert** vagy **szóját** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (<55 g)
☐ ¼ - ½ csésze (55-115 g)
☐ Több mint ½ csésze (>115 g)

104. Az elmúlt 12 hónapban evett levest?

☐ NEM (UGRÁS A 105. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

104a. Milyen gyakran evett **levest TÉLEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|--|---------------------------------------|
| ☐ 1–6 times per winter | ☐ Hetente 2x |
| ☐ 7–11 times per winter | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

104b. Milyen gyakran evett **levest AZ ÉV TÖBBI RÉSZÉBEN?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

104c. Általában mennyi **levest** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze (<250 ml)
☐ 1–2 csésze (250-500 ml)
☐ Több mint 2 csésze (>500 ml)

104d. A leves, amit fogyasztott milyen gyakran volt **bableves?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

104e. A leves, amit fogyasztott milyen gyakran volt **krémleves** (halászlé is)?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

104f. A leves, amit fogyasztott milyen gyakran volt **paradicsom-** vagy **zöldségleves?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

104g. A leves, amit fogyasztott milyen gyakran volt **húsleves** (csirke is) **tésztával** vagy **rizzsel?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

105. Milyen gyakran evett **pizzát?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 106. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 106 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

105a. Általában mennyi **pizzát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 szelet vagy kevesebb mint 1 mini pizza
☐ 1 - 3 szelet vagy 1 mini pizza
☐ Több mint 3 szelet vagy több mint 1 mini pizza

105b. Milyen gyakran volt a pizzán **pepperoni, kolbász, vagy más húsféle**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

106. Milyen gyakran evett **krékert** (sós keksz)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 107. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

106a. Általában mennyi **krékert** (sós keksz) evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 4 keksz
☐ 4 - 10 keksz
☐ Több mint 10 keksz

107. Milyen gyakran evett **kukoricakenyeret** vagy **kukoricamuffint**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 108. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

107a. Általában mennyi **kukoricakenyeret** vagy **kukoricamuffint** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 szelet vagy muffin
☐ 1 - 2 szelet vagy muffin
☐ Több mint 2 szelet vagy muffin

Question 108 appears in the next column

108. Milyen gyakran evett **kekszet**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 109. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

108a. Általában mennyi **kekszet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 keksz
☐ 1 - 2 keksz
☐ Több mint 2 keksz

109. Milyen gyakran evett **burgonyachipset** (alacsony zsírtartalmú, zsírmentes vagy alacsony sótartalmú is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 110. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

109a. Általában mennyi **burgonyachipset** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze (<10 chips)
☐ 1 - 2 csésze (10-25 chips)
☐ Több mint 2 csésze (>25 chips)

109b. Milyen gyakran volt a burgonyachips **zsírmentes**? (Ne számolja hozzá a csökkentett zsírtartalmú chipset.)

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

110. Milyen gyakran evett **kukoricachipset** vagy **tortillachipset** (alacsony zsírtartalmú, zsírmentes vagy alacsony sótartalmú is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 111. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Question 111 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

110a. Általában mennyi **kukoricachipset** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csésze (<10 chips)
☐ 1 - 1½ csésze (10-25 chips)
☐ Több mint 1½ csésze (>25 chips)

110b. Milyen gyakran volt a kukoricachips vagy tortillachips **zsírmertes?** (Ne számolja hozzá a csökkentett zsírtartalmú chipset.)

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

111. Milyen gyakran evett **pattogatott kukoricát** (alacsony zsírtartalmú is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 112. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

111a. Általában mennyi **pattogatott kukoricát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 2 csésze kipattogatva
☐ 2 - 5 csésze kipattogatva
☐ Több mint 5 csésze kipattogatva

112. Milyen gyakran evett **perecet** (ropi is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 113. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

112a. Általában mennyi **perecet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 5 átlagos pereg
☐ 5 - 20 átlagos pereg
☐ Több mint 20 átlagos pereg

Question 113 appears in the next column

113. Milyen gyakran evett **mogyorót, diót, magvakat** vagy **más diófélé?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 114. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

113a. Általában mennyi **mogyorót, diót, magvakat** vagy **más diófélé?** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze (45 g)
☐ ¼ - ½ csésze (45-90 g)
☐ Több mint ½ csésze (>90 g)

114. Milyen gyakran evett **energiaszeletet, fehérjeszeletet** vagy **müzliszeletet** (pl. Power Bars, Balance, Clif, Isostar vagy más)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 115. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

114a. Általában mennyi **energiaszeletet, fehérjeszeletet** vagy **müzliszeletet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 bar
☐ 1 bar
☐ Több mint 1 bar

115. Milyen gyakran evett **joghurtot** (NE számolja a fagyasztott joghurtot)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 116. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

115a. Általában mennyi **joghurtot** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 pohár (<130 g)
☐ 1-2 pohár (130-250 g)
☐ Több mint 2 pohár (>250 g)

Question 116 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

115b. A joghurt amit fogyasztott milyen gyakran volt **alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

116. Milyen gyakran evett túrót (alacsony zsírtartalmú is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 117. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

116a. Általában mennyi túrót evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ¼ csésze
- ☐ ¼ - 1 csésze
- ☐ Több mint 1 csésze

117. Milyen gyakran evett **sajtot** (alacsony zsírtartalmú is; sajtburgerben vagy szendvicsben is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 118. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

117a. Általában mennyi **sajtot** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ ounce vagy Kevesebb mint 1 szelet
- ☐ ½ - 1½ ounces vagy 1 szelet
- ☐ Több mint 1½ ounces vagy Több mint 1 szelet

117b. A sajt amit fogyasztott milyen gyakran volt **alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 118 appears in the next column

118. Milyen gyakran evett **fagyasztott joghurtot, sörbet-et (fagyasztott gyümölcsle, tejmentes),** vagy **fagyasztott desszertet**(alacsony zsírtartalmú, zsírmentes is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 119. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

118a. Általában mennyi **fagyasztott joghurtot, sörbet-et (fagyasztott gyümölcsle, tejmentes),** vagy **fagyasztott desszertet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (<1 gombóc)
- ☐ ½ - 1 csésze (1 - 2 gombóc)
- ☐ Több mint 1 csésze (>2 gombóc)

119. Milyen gyakran evett **fagylaltot** vagy **jégkrémet** (alacsony zsírtartalmú, zsírmentes is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 120. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

119a. Általában mennyi **fagylaltot** vagy **jégkrémet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze (<1 gombóc)
- ☐ ½ - 1½ csésze (1 - 2 gombóc)
- ☐ Több mint 1½ csésze (>2 gombóc)

119b. A **fagylalt** vagy **jégkrém** milyen gyakran volt **csökkentett energiatartalmú, alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

120. Milyen gyakran evett **tortát** (alacsony zsírtartalmú, zsírmentes is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 121. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

Az elmúlt 12 hónapban...

120a. Általában mennyi **tortát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 közepes szelet
☐ 1 közepes szelet
☐ Több mint 1 közepes szelet

121. Milyen gyakran evett **csokis kekszet** (cookie) vagy **csokis sütit** (brownie) (alacsony zsírtartalmú, zsírmentes is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 122. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

121a. Általában mennyi **csokis kekszet** vagy **csokis sütit** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 2 cookie vagy 1 kicsi brownie
☐ 2 - 4 cookie vagy 1 közepes brownie
☐ Több mint 4 cookie vagy 1 nagy brownie

122. Milyen gyakran evett **fánkot, édes csigát, lekváros péksüteményt** vagy **töltött kekszet**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 123. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

122a. Általában mennyi **fánkot, édes csigát, lekváros péksüteményt** vagy **töltött kekszet** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 szelet
☐ 1 - 2 szelet
☐ Több mint 2 szelet

123. Milyen gyakran evett **édes muffint** vagy **gyümölcskenyeret** (alacsony zsírtartalmú, zsírmentes is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 124. KÉRDÉSRE)

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
|--------------------------------------|-------------------------------------|

Question 121 appears on the next page

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

123a. Általában mennyi **édes muffint** vagy **gyümölcskenyeret** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 közepes szelet
☐ 1 közepes szelet
☐ Több mint 1 közepes szelet

124. Milyen gyakran evett **gyümölcsös morzsasütit** vagy **rétest**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 125. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

124a. Általában mennyi **gyümölcsös morzsasütit** vagy **rétest** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ½ csésze
☐ ½ - 1 csésze
☐ Több mint 1 csésze

125. Milyen gyakran evett **pitét**?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 126. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

125a. Általában mennyi **pitét** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint ⅓ pitét
☐ Kb. ⅓ pitét
☐ Több mint ⅓ pitét

A következő 4 kérdés az elfogyasztott piték fajtájára vonatkozik. Kérjük olvassa el mind a 4 kérdést először, majd utána válaszoljon rájuk.

125b. Milyen gyakran volt a pite **gyümölcsbite** (pl. alma, áfonya stb.)?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 124 appears in the next column

Az elmúlt 12 hónapban...

125c. Milyen gyakran volt a pite **tejszínes pite, puding pite, habcsók pite?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

125d. Milyen gyakran volt a pite **tökpite vagy édesburgonya pite?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

125e. Milyen gyakran volt a pite **pekándiós pite?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

126. Milyen gyakran evett **bonbont** (kis csokit)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 127. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

126a. Általában mennyi **bonbont** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 átlagos szelet (< 30 g)
☐ 1 átlagos szelet vagy (30-50 g)
☐ Több mint 1 átlagos szelet (>50 g)

127. Milyen gyakran evett **más cukorkát?**

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 128. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

127a. Általában mennyi **más cukorkát** evett egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 2 darab
☐ 2 - 9 darab

Question 126 appears on the next page

☐ Több mint 9 darab

128. Milyen gyakran evett **tojást, tojásfehérjét** vagy **tojáshelyettesítőt** (Ne számolja hozzá a tojást a péksüteményekben, desszertekben)? (Ide tartozik a tojás a salátákban, quiche-ben, szuflében.)

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 129. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

128a. Általában mennyi **tojást** evett egy alkalommal?

- ☐ 1 tojás
☐ 2 tojás
☐ 3 vagy több tojás

128b. A tojás amit fogyasztott milyen gyakran volt **tojáshelyettesítő** vagy **csak tojásfehérje?**

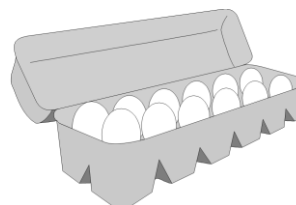
- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

128c. A tojás amit fogyasztott milyen gyakran volt **teljes tojás?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

128d. Milyen gyakran sütötte a tojást **olajban, vajban vagy margarinban?**

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig



Question 129 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

128e. A tojás amit fogyasztott milyen gyakran volt **tojássaláta része**?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

129. Hány csésze **kávé**t ivott (számolja hozzá a koffeinmentes kávé, Lattét, moka, Frappuccinót stb.)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 130. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---|---|
| ☐ Kevesebb mint 1 csésze | ☐ 5–6 csésze hetente |
| ☐ 1–3 csésze havonta | ☐ 1 csésze naponta |
| ☐ 1 csésze hetente | ☐ 2–3 csésze naponta |
| ☐ 2–4 csésze hetente | ☐ 4–5 csésze naponta |
| | ☐ 6 vagy több csésze naponta |

129a. Milyen gyakran volt a kávé **koffeinmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

130. Hány pohár, doboz vagy palack **HIDEG** vagy **ICE** teát ivott (koffeinmentes is)?

☐ NONE (UGRÁS A 131. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---|---|
| ☐ Kevesebb mint 1 pohár, doboz vagy üveg havonta | ☐ 5–6 pohár, doboz vagy üveg hetente |
| ☐ 1–3 pohár, doboz vagy üveg havonta | ☐ 1 pohár, doboz vagy üveg naponta |
| ☐ 1 pohár, doboz vagy üveg hetente | ☐ 2–3 pohár, doboz vagy üveg naponta |
| ☐ 2–4 pohár, doboz vagy üveg hetente | ☐ 4–5 pohár, doboz vagy üveg naponta |
| | ☐ 6 vagy több pohár, doboz vagy üveg naponta |

130a. Milyen gyakran volt a tea **koffeinmentes** vagy **gyógynövény tea**?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 131 appears in the next column

130b. Milyen gyakran volt **előre édesítve** a hideg vagy ice tea **cukorral** vagy **mesterséges édesítőszerrel** (pl. Splenda, Equal, Sweet'N Low vagy más)?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS A 131. KÉRDÉSRE)
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

130c. Milyen **édesítőt** tartalmazott leggyakrabban a hideg vagy ice tea?

- ☐ Cukor vagy méz
- ☐ Mesterséges édesítőszer (pl. Splenda, Equal, Sweet'N Low vagy más)

131. Hány csésze forró teát ivott (koffeinmentes is)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 132. KÉRDÉSRE)

- | | |
|---|---|
| ☐ Kevesebb mint 1 csésze havonta | ☐ 5–6 csésze hetente |
| ☐ 1–3 csésze havonta | ☐ 1 csésze naponta |
| ☐ 1 csésze hetente | ☐ 2–3 csésze naponta |
| ☐ 2–4 csésze hetente | ☐ 4–5 csésze naponta |
| | ☐ 6 vagy több csésze naponta |

131a. Milyen gyakran volt a forró tea **koffeinmentes** vagy **gyógynövény tea**?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

132. Az elmúlt 12 hónapban adott-e **cukrot**, **mézet** vagy **más édesítőt** a teához vagy kávéhoz (forró vagy hideg)?

☐ NEM (UGRÁS A 133. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

132a. Milyen gyakran adott **cukrot** vagy **mézet** a kávéhoz vagy teához (forró vagy hideg)?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS A 132c)
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 132c appears on the next page

Question 133 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

132b. Általában mennyi **cukrot** vagy **mézet** adott a kávéhoz vagy a teához egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
- ☐ 1 - 3 teáskanál
- ☐ Több mint 3 teáskanál

132c. Milyen gyakran adott mesterséges édesítőszert (pl. Splenda, Equal, Sweet'N Low vagy más) a kávéhoz vagy teához?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS A 133. KÉRDÉSRE)
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

132d. Milyen fajta **mesterséges édesítőszert** használt általában?

- ☐ Equal vagy aszpartám
- ☐ Sweet'N Low vagy szacharin
- ☐ Splenda vagy szukralóz
- ☐ Növényi kivonatok vagy másfajta

132e. Általában mennyi **mesterséges édesítőszert** adott a kávéhoz vagy teához egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 csomag vagy kevesebb mint 1 teáskanál
- ☐ 1 csomag vagy 1 teáskanál
- ☐ Több mint 1 csomag vagy több mint 1 teáskanál

133. Az elmúlt 12 hónapban adott **kávékrémpor** a kávéhoz vagy a teához (pl. tejszín, tej, tejpor, nem tejes kávékrémpor (non-dairy creamer))?

☐ NEM (UGRÁS A 134. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

133a. Milyen gyakran adott **nem tejes kávékrémpor** (non-dairy creamer) a kávéhoz vagy a teához?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS A 133d)
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

Question 133d appears in the next column

Question 134 appears on the next page

133b. Általában mennyi **nem tejes kávékrémpor** (non-dairy creamer) adott a kávéhoz vagy a teához?

- ☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
- ☐ 1 - 3 teáskanál
- ☐ Több mint 3 teáskanál

133c. Milyen fajta **nem tejes kávékrémpor** (non-dairy creamer) használt általában?

- ☐ Porított (Regular powdered)
- ☐ Alacsony zsírtartalmú vagy zsírmentes porított
- ☐ Folyékony
- ☐ Alacsony zsírtartalmú vagy zsírmentes folyékony

133d. Milyen gyakran adott **tejszínt** vagy **tej & tejszínt** (half and half) a kávéhoz vagy teához?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS A 133f. KÉRDÉSRE)
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

133e. Általában mennyi **tejszínt** vagy **tej & tejszínt** adott a kávéhoz vagy teához egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 evőkanál
- ☐ 1 - 2 evőkanál
- ☐ Több mint 2 evőkanál

133f. Milyen gyakran adott **tejet** a kávéhoz vagy teához?

- ☐ Ritkán vagy soha (UGRÁS A 134. KÉRDÉSRE)
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

133g. Általában mennyi **tejet** adott a kávéhoz vagy teához egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 evőkanál
- ☐ 1 - 3 evőkanál
- ☐ Több mint 3 evőkanál

133h. Milyen fajta **tejet** adott a kávéhoz vagy teához általában?

- ☐ Teljes tej (házi, nyers tej)
- ☐ 2% zsírtartalmú tej
- ☐ 1% zsírtartalmú tej
- ☐ Zsírmentes tej vagy ½% zsírtartalmú tej
- ☐ Sűrített tej
- ☐ Szójatej (szójaital)
- ☐ Rizstej (rizsital)
- ☐ Egyéb

Question 134 appears on the next page

Az elmúlt 12 hónapban...

134. Milyen gyakran adott **cukrot** vagy **mézet** az ételhez? *(Ne számolja a kávéhoz, teához, más italhoz vagy pékáruhoz adott cukrot.)*

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 135. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| ☐ Évente 1–6x | ☐ Hetente 2x |
| ☐ Évente 7–11x | ☐ Hetente 3–4x |
| ☐ Havonta 1x | ☐ Hetente 5–6x |
| ☐ Havonta 2–3x | ☐ Naponta 1x |
| ☐ Hetente 1x | ☐ Naponta ≥2x |

134a. Általában mennyi cukrot vagy mézet adott az ételhez egy alkalommal?

- ☐ Kevesebb mint 1 teáskanál
☐ 1 - 3 teáskanál
☐ Több mint 3 teáskanál

A következő kérdések az elfogyasztott margarin, majonéz, tejföl, krémsajt és salátaöntet típusaira vonatkoznak. Ha lehetséges kérjük ellenőrizze a termékek címkéit hogy azok segítsenek a válaszolásban.

135. Az elmúlt 12 hónapban evett **margarint**?

☐ NEM (UGRÁS A 136. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

135a. Milyen gyakran volt a margarin **csökkentett energiatartalmú** (light), **alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

136. Az elmúlt 12 hónapban evett **vajat**?

☐ NEM (UGRÁS A 137. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

136a. Milyen gyakran volt a vaj **csökkentett energiatartalmú** (light), **alacsony zsírtartalmú**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

137. Az elmúlt 12 hónapban evett **majonézt** vagy **majonéz típusú öntetet**?

☐ NEM (UGRÁS A 138. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

137a. Milyen gyakran volt a majonéz **csökkentett energiatartalmú** (light), **alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

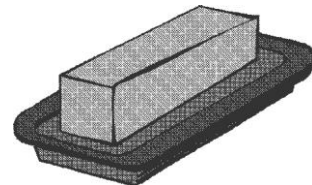
138. Az elmúlt 12 hónapban evett **tejfölt**?

☐ NEM (UGRÁS A 139. KÉRDÉSRE)

☐ IGEN

138a. Milyen gyakran volt a tejföl **csökkentett energiatartalmú** (light), **alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig



139. Az elmúlt 12 hónapban evett **krémsajtot**?

☐ NO (UGRÁS A 140. KÉRDÉSRE)

☐ YES

139a. Milyen gyakran volt a krémsajt **csökkentett energiatartalmú** (light), **alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
☐ Az esetek ¼-ében
☐ Az esetek felében
☐ Az esetek ¾-ében
☐ Nagyrészt vagy mindig

Az elmúlt 12 hónapban...

140. Az elmúlt 12 hónapban evett salátaöntetet?

☐ NO (UGRÁS A 141. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

☐ YES

140a. Milyen gyakran volt a salátaöntet **csökkentett energiatartalmú** (light), **alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

- ☐ Ritkán vagy soha
- ☐ Az esetek ¼-ében
- ☐ Az esetek felében
- ☐ Az esetek ¾-ében
- ☐ Nagyrészt vagy mindig

A következő két kérdés összegzi az Ön általános zöldség- és gyümölcsbevitelét. Ne számolja hozzá a salátákat, burgonyát és a gyümölcsleveket.

141. Az elmúlt 12 hónapban hány adag **zöldséget** (saláta vagy burgonya nem tartozik bele) fogyasztott hetente vagy naponta?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ Hetente <1x | ☐ Naponta 2x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 3x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta 4x |
| ☐ Hetente 5–6x | ☐ Naponta ≥5x |
| ☐ Naponta 1x | |

142. Az elmúlt 12 hónapban hány adag **gyümölcsöt** (gyümölcslé nem tartozik bele) fogyasztott hetente vagy naponta?

- | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ Hetente <1x | ☐ Naponta 2x |
| ☐ Hetente 1–2x | ☐ Naponta 3x |
| ☐ Hetente 3–4x | ☐ Naponta 4x |
| ☐ Hetente 5–6x | ☐ Naponta ≥5x |
| ☐ Naponta 1x | |

143. Az elmúlt 1 hónapban mely ételeket fogyasztotta **LEGALÁBB HÁROMSZOR**? **Jelölje az összes megfelelő választ!**

- | | |
|--|--|
| ☐ Avokádó, avokádókrém | ☐ Olíwabogyó |
| ☐ Sajttorta | ☐ Osztriga |
| ☐ Csokoládé, karamell, vagy tejkaramella öntet vagy valamilyen szirup | ☐ Savanyúság |
| ☐ Kínai tészta | ☐ Sertés nyak csontok, fej, láb |
| ☐ Croissant | ☐ Puding vagy vaniliás krém |
| ☐ Szárított sárgabarack | ☐ Borjú, szarvas, bárány |
| ☐ Tojásos tekercs | ☐ Tejszínhab, normál |
| ☐ Müzliszelet | ☐ Tejszínhab, helyettesítő |
| ☐ Erőspaprika | ☐ NONE |
| ☐ Zselatin (Jell-O) | |
| ☐ Mangó | |
| ☐ Turmix (tejes) vagy fagylaltos turmix | |

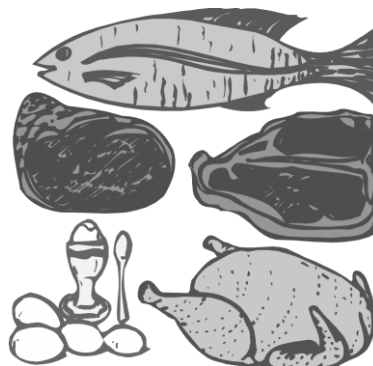
144. Az elmúlt 12 hónapban végig követett valamilyen **vegetáriánus diétát**?

☐ NEM (GO TO INTRODUCTION TO QUESTION 145)

☐ IGEN

144a. Mely ételeket zárta ki teljes mértékben az étrendjéből? **(Jelölje az összes megfelelő választ!)**

- ☐ Hús (marha, sertés, bárány stb.)
- ☐ Szárnyas (csirke, pulyka, kacsa)
- ☐ Halak és tengeri élőlények
- ☐ Tojás
- ☐ Tejtermékek (tej, sajt stb.)



A következő kérdések a vitaminok és táplálékkiegészítők használatáról szólnak.

145. Az elmúlt 12 hónapban szedett bármilyen **multivitamin** pl. Supradyn, Centrum, vagy várandós vitaminok (tabletták, folyadék formában)?

☐ NEM (UGRÁS A 147. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

☐ IGEN

146. Milyen gyakran szedett multivitamin?

- ☐ Kevesebb mint 1 napon havonta
☐ 1–3 nap havonta
☐ 1–3 nap hetente
☐ 4–6 nap hetente
☐ Minden nap

146a. A szedett multivitamin tartalmaz **ásványi anyagokat** (pl. vas, cink stb.)?

- ☐ NEM
☐ IGEN
☐ Nem tudja

146b. Hány éve szed **multivitaminokat**?

- ☐ Kevesebb mint 1 éve
☐ 1–4 éve
☐ 5–9 éve
☐ 10 vagy több éve

146c. Az elmúlt 12 hónapban szedett bármilyen a multivitaminától különböző **vitamin**, **ásványi anyagot** vagy más **gyógynövényes kiegészítőt**?

☐ NEM

Köszönjük, hogy kitöltötte a kérdőívet!
Mivel mi szeretnénk használni az Ön által megadott összes információt, nagyon örülnénk, ha néhány perc alatt áttekintené az összes oldalt, hogy megbizonyosodjon afelől, hogy:

- Nem hagyott ki egyetlen oldalt sem és
- Áthúzta a helytelen választ és bekarikázta a helyeset, ha bárhol módosítania kellett.

☐ IGEN (UGRÁS A 147. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

Ezek az utolsó kérdések a szedett vitaminokról, ásványi anyagokról vagy más gyógynövényes kiegészítőkről szólnak, melyeket nem a multivitamin tartalmaz.

Az elmúlt 12 hónapban...

147. Milyen gyakran szedett **savcsökkentő cukorkát** pl. Rennie?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 148. KÉRDÉSRE)

- ☐ Kevesebb mint 1 napon havonta
☐ 1–3 nap havonta
☐ 1–3 nap hetente
☐ 4–6 nap hetente
☐ Minden nap

147a. Amikor savcsökkentőt vett be kb. mennyi tablettát/cukorkát szedett egy nap?

- ☐ Kevesebb mint 1
☐ 1
☐ 2
☐ 3
☐ 4 vagy több
☐ Nem tudja

147b. A szedett savcsökkentő általában “extra erős” volt?

- ☐ NEM
☐ IGEN
☐ Nem tudja

147c. Hány éve szed savcsökkentőt?

- ☐ Kevesebb mint 1 éve
☐ 1–4 éve
☐ 5–9 éve
☐ 10 vagy több éve

148. Milyen gyakran szedett kalciumot (D-vitaminnal vagy anélkül) (**NEM** multivitamin részeként - 146. kérdés - vagy savcsökkentőkkel - 147. kérdés)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 149. KÉRDÉSRE)

- ☐ Kevesebb mint 1 napon havonta
☐ 1–3 nap havonta
☐ 1–3 nap hetente
☐ 4–6 nap hetente
☐ Minden nap

Az elmúlt 12 hónapban...

148a. Amikor kalciumot vett be kb. mennyi elemi kalciumot szedett egy nap?
(Ha megoldható, kérjük ellenőrizze a doboz címkéjén.)

- ☐ Kevesebb mint 500 mg
- ☐ 500–599 mg
- ☐ 600–999 mg
- ☐ 1,000 mg vagy több
- ☐ Nem tudja

148b. A szedett kalcium tartalmazott általában **D-vitamint**?

- ☐ NEM
- ☐ IGEN
- ☐ Nem tudja

148c. A szedett kalcium tartalmazott általában **magnéziumot**?

- ☐ NEM
- ☐ IGEN
- ☐ Nem tudja

148d. A szedett kalcium tartalmazott általában **cinket**?

- ☐ NEM
- ☐ IGEN
- ☐ Nem tudja

148e. Hány éve szed **kalciumot**?

- ☐ Kevesebb mint 1 éve
- ☐ 1–4 éve
- ☐ 5–9 éve
- ☐ 10 vagy több éve

149. Milyen gyakran szedett **vasat** (NEM multivitamin részeként - 146. kérdés)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 150. KÉRDÉSRE)

- ☐ Kevesebb mint 1 napon havonta
- ☐ 1–3 nap havonta
- ☐ 1–3 nap hetente
- ☐ 4–6 nap hetente
- ☐ Minden nap

149a. Hány éve szed **vasat**?

- ☐ Kevesebb mint 1 éve
- ☐ 1–4 éve
- ☐ 5–9 éve
- ☐ 10 vagy több éve

150. Milyen gyakran szedett **C-vitamint** (NEM multivitamin részeként - 146. kérdés)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 151. KÉRDÉSRE)

- ☐ Kevesebb mint 1 napon havonta
- ☐ 1–3 nap havonta
- ☐ 1–3 nap hetente
- ☐ 4–6 nap hetente
- ☐ Minden nap

150a. Amikor **C-vitamint** vett be kb. mennyit szedett egy nap?

- ☐ Kevesebb mint 500 mg
- ☐ 500–999 mg
- ☐ 1,000–1,499 mg
- ☐ 1,500–1,999 mg
- ☐ 2,000 mg vagy több
- ☐ Nem tudja

150b. Hány éve szed **C-vitamint**?

- ☐ Kevesebb mint 1 éve
- ☐ 1–4 éve
- ☐ 5–9 éve
- ☐ 10 vagy több éve

151. Milyen gyakran szedett **E-vitamint** (NEM multivitamin részeként - 146. kérdés)?

☐ EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 152. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

- ☐ Kevesebb mint 1 napon havonta
- ☐ 1–3 nap havonta
- ☐ 1–3 nap hetente
- ☐ 4–6 nap hetente
- ☐ Minden nap

151a. Amikor **E-vitamint** vett be kb. mennyit szedett egy nap?

- ☐ Kevesebb mint 400 IU
- ☐ 400–799 IU
- ☐ 800–999 IU
- ☐ 1,000 IU vagy more
- ☐ Nem tudja

151b. Hány éve szed **E-vitamint**?

- ☐ Kevesebb mint 1 éve
- ☐ 1–4 éve
- ☐ 5–9 éve
- ☐ 10 vagy több éve

Az elmúlt 12 hónapban...

Az utolsó két kérdés az egyéb táplálékkiegészítőkről szól, amelyeket több, mint egyszer szedett hetente.

152. Kérjük jelölje azokat az egyszerű kiegészítőket/tápanyagokat, melyeket több mint egyszer szedett hetente (**NEM** multivitamin részeként - 146. kérdés):

- | | |
|---------------------------------------|---|
| ☐ B-6 | ☐ OcuVite/Szem vitamin |
| ☐ B-komplex | ☐ Kálium |
| ☐ B-12 | ☐ Szelénium |
| ☐ Béta-karotin | ☐ A-Vitamin |
| ☐ Folsav/folát | ☐ D-Vitamin |
| ☐ Magnézium | ☐ Cink |

Köszönjük, hogy kitöltötte a kérdőívet!
Mivel mi szeretnénk használni az Ön által megadott összes információt, nagyon örülnénk, ha néhány perc alatt áttekintené az összes oldalt, hogy megbizonyosodjon afelől, hogy:

- Nem hagyott ki egyetlen oldalt sem és
- Áthúzta a helytelen választ és bekarikázta a helyeset, ha bárhol módosítania kellett.

153. Kérjük jelölje azokat az gyógynövényes vagy más kiegészítőket, melyeket több mint egyszer szedett hetente.

- | | |
|--|--|
| ☐ Kondroitin | ☐ Ginzeng |
| ☐ Q10 koenzim | ☐ Glukozamin/ kondroitin |
| ☐ Echinacea | ☐ Borsmenta |
| ☐ Energia kiegészítők | ☐ Probiotikumok |
| ☐ Halolaj / omega-3 | ☐ Fűrészpálma (Saw palmetto) |
| ☐ Lenmag/olaj | ☐ Szója kiegészítő |
| ☐ Fokhagyma | ☐ Sport kiegészítők |
| ☐ Gyömbér | ☐ Közönséges orbáncfű (St. John's wort) |
| ☐ Ginkgo biloba | ☐ Egyéb |