



Тест « Правильно ли ты питаешься? »

Предлагаем вам ответить на вопросы, которые помогут вам задуматься о правильном питании.

В тестировании приняли участие 69 обучающихся 5-7 классов



Ключ к тесту "Правильно ли ты питаешься?"

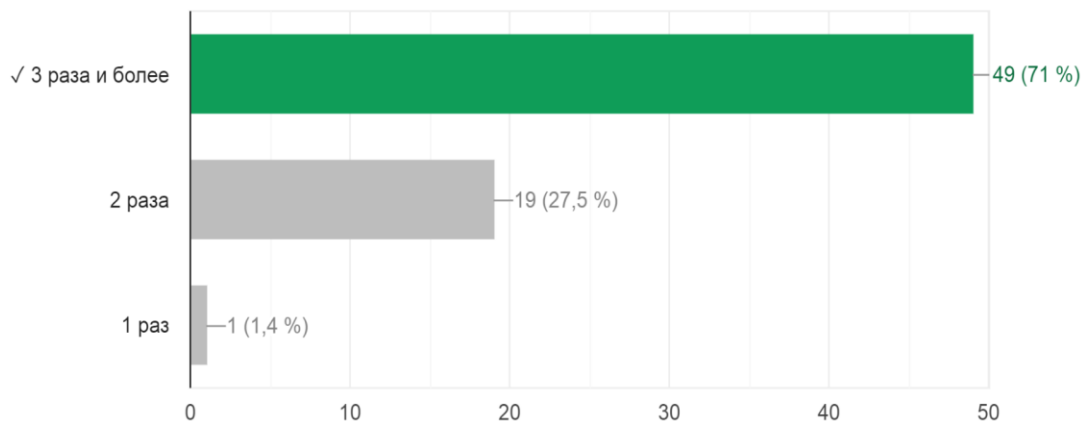
0 – 5 баллов – есть опасность;

6 – 10 баллов – следует улучшить питание;

11 – 15 баллов - хороший режим и качество питания.

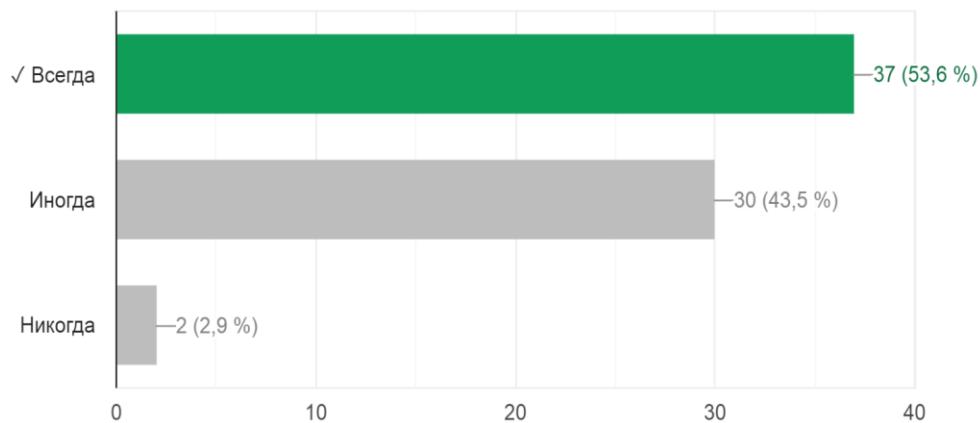
1. Как часто в течение дня вы питаетесь?

Верных ответов: 49 из 69



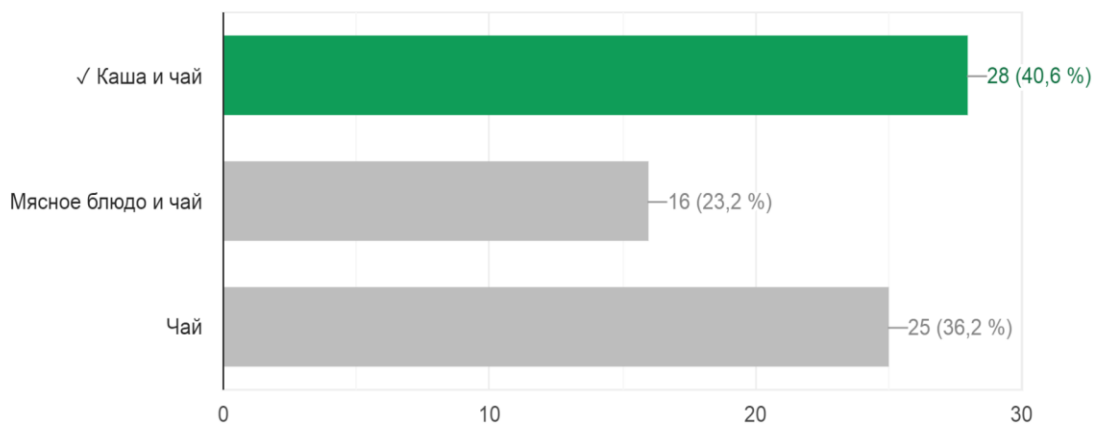
2. Всегда ли вы завтракаете?

Верных ответов: 37 из 69



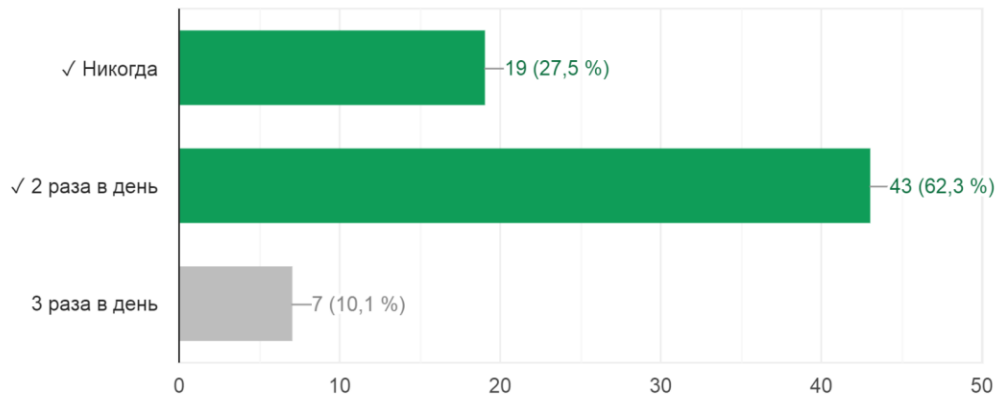
3. Из чего состоит ваш завтрак?

Верных ответов: 28 из 69



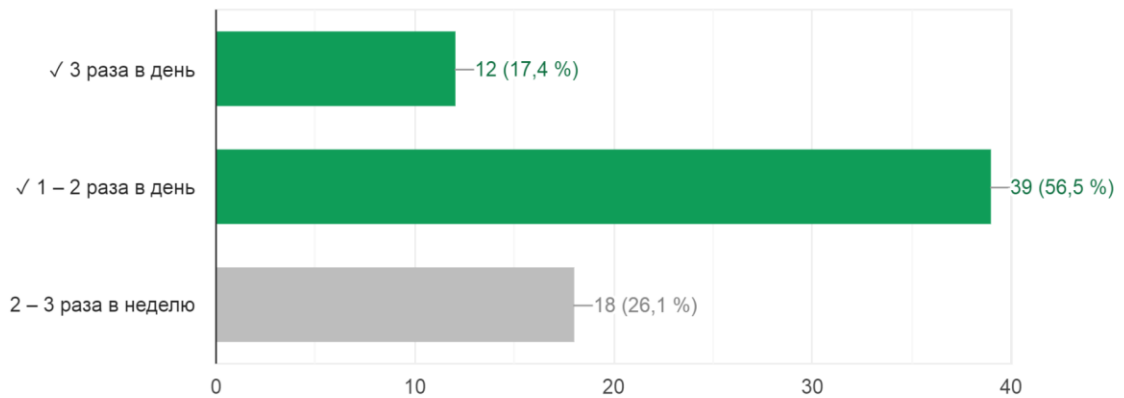
4. Часто ли вы перекусываете между завтраком и обедом, обедом и ужином?

Верных ответов: 62 из 69



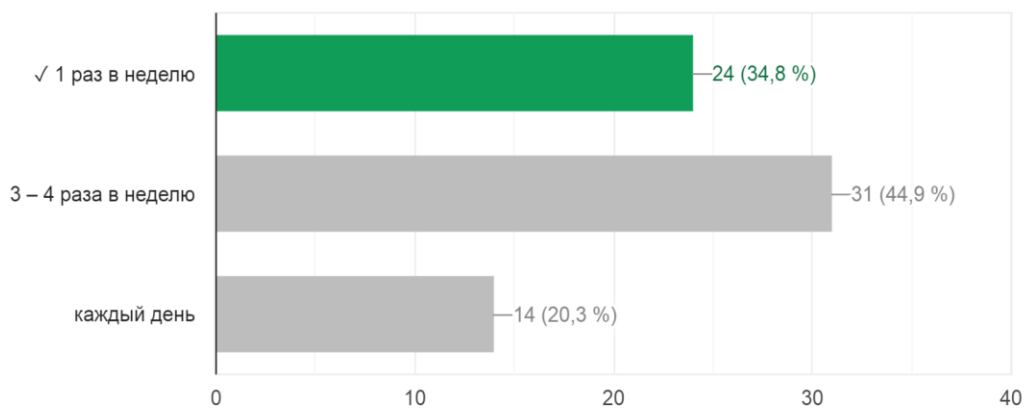
5. Как часто вы едите овощи, фрукты, салаты?

Верных ответов: 51 из 69



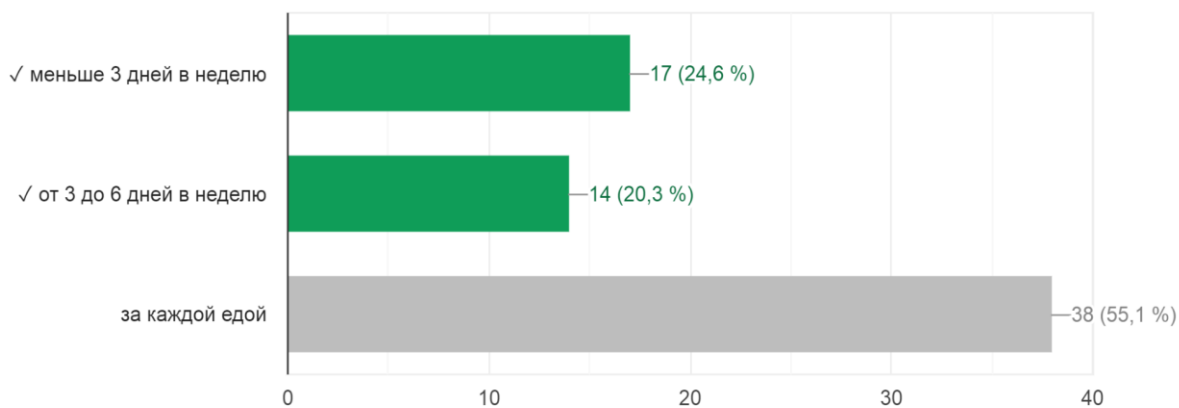
6. Как часто вы едите жареную пищу?

Верных ответов: 24 из 69



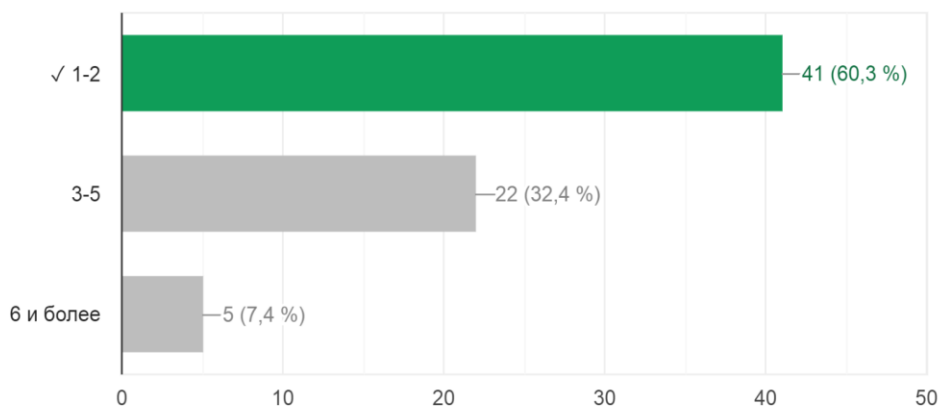
7. Как часто вы едите хлеб?

Верных ответов: 31 из 69



8. Сколько чашек чая и кофе выпиваете за день?

Верных ответов: 41 из 68



9. Прежде чем есть первое блюдо с мясом, вы:

Верных ответов: 50 из 68

