



1. Milyen gyakran ivott **sárgarépa**levet az elmúlt 12 hónapban?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 2. KÉRDÉSRE)

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Havonta $\leq 1x$ | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x      | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x      | <input type="checkbox"/> Naponta 4x–5x     |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 6x$ |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |  |

1a. Általában mennyi **sárgarépa**levet 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 **paradicsom**levet vagy **más zöldség**levet az elmúlt 12 hónapban?  
(Ne számolja hozzá a répalevet.)

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 3. KÉRDÉSRE)

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Havonta $\leq 1x$ | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x      | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x      | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 6x$ |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |  |

2a. Általában mennyi **paradicsom**levet vagy **más zöldség**levet 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 **grapefruit**levet az elmúlt 12 hónapban?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 4. KÉRDÉSRE)

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Havonta $\leq 1x$ | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x      | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x      | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 6x$ |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |  |

3a. Általában mennyi **narancs**- vagy **grapefruit**levet 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 gyümölcs**levet vagy **100%-os gyümölcslé keverék**et az elmúlt 12 hónapban (pl. alma, szőlő, ananász stb.)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 5. KÉRDÉSRE)

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Havonta $\leq 1x$ | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x      | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x      | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 6x$ |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |  |

4a. Általában mennyi **egyéb 100%-os gyümölcs**levet vagy **100%-os gyümölcslé keverék**et 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 gyümölcsös italt/gyümölcslé** az elmúlt 12 hónapban (pl. áfonyás üdítő, narancsos üdítő, limonádé, Bolero, diétás vagy normál )?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 6. KÉRDÉSRE)

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Havonta $\leq 1x$ | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x      | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x      | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 6x$ |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |  |

## Az elmúlt 12 hónapban...

5a. Általában mennyi **egyéb gyümölcsös italt/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 gyümölcsös ital/gyümölcslé **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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Havonta ≤1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥6x  |
| <input type="checkbox"/> 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
- 2 % zsírtartalmú tej
- 1 % zsírtartalmú tej
- Zsírmentes tej vagy ½% zsírtartalmú tej
- Szójatej
- Rizstej
- Egyéb

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 8. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Havonta ≤1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥6x  |
| <input type="checkbox"/> 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** vagy más **magas fehérjetartalmú italt** (pl. Biotech, Scitec Nutrition, Slimfast, Pro Shake, vagy egyéb)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 9. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Havonta ≤1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥6x  |
| <input type="checkbox"/> 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

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Havonta ≤1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥6x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |                                       |

**Az elmúlt 12 hónapban...**

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Havonta ≤1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥6x  |
| <input type="checkbox"/> 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. Vitalade, PowerAde, Gatorade)?

NEM (UGRÁS A 11. KÉRDÉSRE)

↙  IGEN

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Havonta ≤1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥6x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |                                       |

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Havonta ≤1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥6x  |
| <input type="checkbox"/> 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 **energialtalt** (pl. Red Bull, Hell)?

NEM (UGRÁS A 12. KÉRDÉSRE)

↙  IGEN

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Havonta ≤1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥6x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |                                       |

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Havonta $\leq 1x$ | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x      | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x      | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 6x$ |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |  |

11c. Általában mennyi **energialtalt** 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 sört?

NEM (UGRÁS A 13. KÉRDÉSRE)

IGEN

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Havonta $\leq 1x$ | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x      | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x      | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 6x$ |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |  |

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Havonta $\leq 1x$ | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x      | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x      | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 6x$ |
| <input type="checkbox"/> 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

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Havonta $\leq 1x$ | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x      | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x      | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 6x$ |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |  |

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Havonta $\leq 1x$ | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x      | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x      | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x      |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 6x$ |
| <input type="checkbox"/> 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 ¼-ében
- Az esetek felében
- Az esetek ¾-ében
- Nagyrészt vagy mindig

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

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

14. Milyen gyakran ivott **bort** vagy boralapú italt pl. Sangria?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 15. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Havonta ≤1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥6x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |                                       |

**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 **égetett szeszt** vagy **koktélt**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 16. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Havonta ≤1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2–3x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 4–5x |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥6x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |                                       |

15a. Általában mennyi **égetett szeszt** vagy **koktélt** 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, kukoricadarát** vagy **más főzött gabonát**?

NEM (UGRÁS A 17. KÉRDÉSRE)

IGEN

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Telente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Telente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x    | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x    | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

- Kevesebb mint ¼ csésze, <135 g
- ¼ - 1¼ csésze, 135- 225 g
- Több mint 1¼ csésze, >225 g

16d. Milyen gyakran adott **vajat** vagy **margarint** a zabkásához, kukoricadarához 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?**  
(tejjel, joghurttal)

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 18. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint 1 csésze, <180 g  
 1 - 2½ csésze, 180-450 g  
 Több mint 2½ csésze, >450 g

17b. Milyen gyakran volt a hideg gabonapehely Nestlé Fitness Fruits, Cerbona Fitt búzapehely?

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

17c. Milyen gyakran volt a hideg zabpehely Bona Vita Bran Flakes, Kellogg's **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

**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 más)?

- 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 típusú **tejet** adott a hideg zabpehelyhez?

- Teljes tej  
 2% zsírtartalmú tej  
 1% zsírtartalmú tej  
 Zsírtmentes tej vagy ½% zsírtartalmú tej  
 Szójatej  
 Rizstej  
 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/almaszószot?**

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 19. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint ½ csésze, <90 g  
 ½ - 1 csésze, 90-180 g  
 Több mint 1 csésze >180 g

19. Milyen gyakran evett **almát**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 20. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

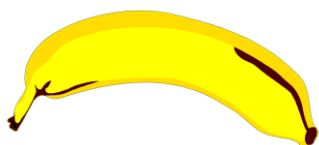
20a. Általában mennyi **körtét** evett egy alkalommal?

- Kevesebb mint 1 körte  
 1 körte  
 Több mint 1 körte

21. Milyen gyakran evett **banánt**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 22. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |



A 22-es kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

**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 **száritott gyümölcsöt** (pl. aszalt szilva, mazsola)? (Ne számolja hozzá a száritott sárgabarackot.)

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 23. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

22a. Általában mennyi **száritott 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

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Szezononként 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Szezononként 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x         | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x       | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x         | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |



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

EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint 1 gyümölcsöt vagy kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze
- 1 - 2 gyümölcs vagy  $\frac{1}{2}$  -  $\frac{3}{4}$  csésze
- Több mint 2 gyümölcs vagy több mint  $\frac{3}{4}$  csésze

24. Milyen gyakran evett **szőlőt**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 25. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (<10 szőlőszem)
- $\frac{1}{2}$  - 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

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Szezononként 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Szezononként 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x         | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x       | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x         | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

A 26-os kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

**Az elmúlt 12 hónapban...**

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  dinnye vagy kevesebb mint 100 g
- $\frac{1}{4}$  dinnye vagy 100-200 g
- Több mint  $\frac{1}{4}$  dinnye vagy több mint 200 g

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

NEM (UGRÁS A 27. KÉRDÉSRE)

IGEN

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Szezononként 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Szezononként 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x         | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x       | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x         | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

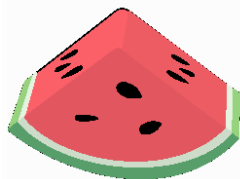
EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

A 27-es kérdés a következő oldalon jelenik meg.

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



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
- Szezononként 7–11x
- Havonta 1x
- Havonta 2–3x
- Hetente 1x
- Hetente 2x
- Hetente 3–4x
- Hetente 5–6x
- Naponta 1x
- Naponta  $\geq 2x$

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

- EGYÁLTALÁN NEM
- Évente 1–6x
- Évente 7–11x
- Havonta 1x
- Havonta 2–3x
- Hetente 1x
- Hetente 2x
- Hetente 3–4x
- Hetente 5–6x
- Naponta 1x
- Naponta  $\geq 2x$

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (<3 eper)
- $\frac{1}{4}$  -  $\frac{3}{4}$  csésze (3 - 8 eper)
- Több mint  $\frac{3}{4}$  csésze (>8 eper)

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

NEM (UGRÁS A 29. KÉRDÉSRE)

A 29-es kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

IGEN

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

- EGYÁLTALÁN NEM
- Szezononként 1–6x
- Szezononként 7–11x
- Havonta 1x
- Havonta 2–3x
- Hetente 1x
- Hetente 2x
- Hetente 3–4x
- Hetente 5–6x
- Naponta 1x
- Naponta  $\geq 2x$

Az elmúlt 12 hónapban...

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

- EGYÁLTALÁN NEM
- Évente 1–6x
- Évente 7–11x
- Havonta 1x
- Havonta 2–3x
- Hetente 1x
- Hetente 2x
- Hetente 3–4x
- Hetente 5–6x
- Naponta 1x
- Naponta  $\geq 2x$

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 SZEZONJA VOLT?**

- EGYÁLTALÁN NEM
- Szezononként 1–6x
- Szezononként 7–11x
- Havonta 1x
- Havonta 2–3x
- Hetente 1x
- Hetente 2x
- Hetente 3–4x
- Hetente 5–6x
- Naponta 1x
- Naponta  $\geq 2x$

10

A 30-as kérdés a következő oldalon jelenik meg.

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  grapefruit  
  $\frac{1}{2}$  grapefruit  
 Több mint  $\frac{1}{2}$  grapefruit

30. Milyen gyakran evett **ananaszt**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 31. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (45 g) vagy kevesebb mint 1 közepes szelet  
  $\frac{1}{4}$  -  $\frac{3}{4}$  csésze (45-135 g) vagy 1 közepes szelet  
 Több mint  $\frac{3}{4}$  csésze (>135 g) vagy több mint 1 közepes szelet

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 32. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (45 g)  
  $\frac{1}{4}$  -  $\frac{3}{4}$  csésze (45-135 g)  
 Több mint  $\frac{3}{4}$  csésze (>135 g)

32. Milyen gyakran evett **FŐTT leveles zöldséget** (pl. spenót, fehérrépa, leveles kel, mángold, fodros kel)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 33. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

**Az elmúlt 12 hónapban...**

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (90 g)  
  $\frac{1}{2}$  - 1 csésze (90-180 g)  
 Több mint 1 csésze (>180 g)

33. Milyen gyakran evett **NYERS leveles zöldséget** (pl. spenót, fehérrépa, leveles kel, mángold, fodros kel)? *(A salátára később kérdezzünk rá.)*

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 34. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze, <90 g  
  $\frac{1}{2}$  - 1 csésze, 90-180 g  
 Több mint 1 csésze, >180 g

34. Milyen gyakran evett **káposztasalátát**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 35. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze, (<45 g)  
  $\frac{1}{4}$  -  $\frac{3}{4}$  csésze, (45-135 g)  
 Több mint  $\frac{3}{4}$  csésze, (>135 g)

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 36. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (45 g)  
  $\frac{1}{4}$  - 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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (45 g) vagy kevesebb mint 2 kicsi répa  
  $\frac{1}{4}$  -  $\frac{1}{2}$  csésze (45-90 g) vagy 2 - 5 kicsi répa  
 Több mint  $\frac{1}{2}$  (90 g) csésze vagy több mint 5 kicsi répa

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 38. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (<90 g)  
  $\frac{1}{2}$  - 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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

**Az elmúlt 12 hónapban...**

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (<45 g)  
  $\frac{1}{4}$  -  $\frac{3}{4}$  csésze (45-135 g)  
 Több mint  $\frac{3}{4}$  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

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Szezononként 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Szezononként 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x         | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x       | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x         | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint 1 cső vagy kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (90 g)
- 1 cső vagy  $\frac{1}{2}$  - 1 csésze (90-180 g)
- Több mint 1 cső vagy több mint 1 csésze (>180 g)



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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 41. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (<45 g)
- $\frac{1}{4}$  - 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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (<45 g)
- $\frac{1}{4}$  -  $\frac{1}{2}$  csésze (45-90 g)
- Több mint  $\frac{1}{2}$  csésze (>90 g)

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 43. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{3}$  csésze (<4 spárga)
- $\frac{1}{3}$  -  $\frac{2}{3}$  csésze (4-7 spárga)
- Több mint  $\frac{2}{3}$  csésze (>7 spárga)

## Az elmúlt 12 hónapban...

43. Milyen gyakran evett 'téli tököt' (pl. sütőtök, kanadai sütőtök, pézsmatök)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 44. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

43a. Általában mennyi téli tököt evett egy alkalommal?

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (<90 g)  
  $\frac{1}{2}$  -  $\frac{3}{4}$  csésze (90-135 g)  
 Több mint  $\frac{3}{4}$  csésze (>135 g)

44. Milyen gyakran evett vegyes zöldséget?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 45. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

44a. Általában mennyi vegyes zöldséget evett egy alkalommal?

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (<90 g)  
  $\frac{1}{2}$  - 1 csésze (90-180 g)  
 Több mint 1 csésze (>180g)

45. Milyen gyakran evett vöröshagymát?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 46. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

A 46-os kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

46. Gondoljon vissza az összes nem nyers zöldség elkészítésére, amit az elmúlt 12 hónapban fogyasztott. Milyen gyakran volt a zöldség zsiradékkal elkészítve, beleszámítva az olajspray-t? (Ne számolja hozzá a burgonyát.)

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 47. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |



46a. Milyen zsiradékot használtak általában a nem nyers zöldségek elkészítése során? (Ne számolja hozzá a burgonyát.) **Jelölje az összes megfelelő választ!**

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Margarin (alacsony zsírtartalmú is)    | <input type="checkbox"/> Kukoricaolaj                 |
| <input type="checkbox"/> Vaj (alacsony zsírtartalmú is)         | <input type="checkbox"/> Repceolaj                    |
| <input type="checkbox"/> Disznózsír, hátszalonna, angolszalonna | <input type="checkbox"/> Olajspray (pl. Pam vagy más) |
| <input type="checkbox"/> Olívaolaj                              | <input type="checkbox"/> Másféle olaj                 |
|   | <input type="checkbox"/> Egyik sem a fentiek közül    |

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 48. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 2x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 3x$ |

14 A 48-as kérdés a következő oldalon jelenik meg.

### Az elmúlt 12 hónapban...

A 48-as kérdés a következő oldalon jelenik meg.

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

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Margarin<br>(alacsony<br>zsírtartalmú is)   | <input type="checkbox"/> Salátaöntet<br><input type="checkbox"/> Sajtszósz |
| <input type="checkbox"/> Vaj (alacsony<br>zsírtartalmú is)           | <input type="checkbox"/> Besamel<br><input type="checkbox"/> Egyéb         |
| <input type="checkbox"/> Disznózsír<br>hátszalonna,<br>angolszalonna |  |

47b. Általában mennyi margarint, vajot, 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, sajtszószot 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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

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

A 49-es kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

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

- |   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Szezononként 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Szezononként 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x         | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x       | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x         | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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 fejes **salátát** (más zöldségekkel vagy anélkül)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 51. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

### Az elmúlt 12 hónapban...

50a. Általában mennyi fejcsészes **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 **sötétzöld levelű 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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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 **burgonyakrokkettet**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS AZ 54. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

53a. Általában mennyi **sült burgonyát, steak burgonyát, rösztit** vagy **burgonyakrokkettet** 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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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

#### 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
- Évente 7–11x
- Havonta 1x
- Havonta 2–3x
- Hetente 1x
- Hetente 2x
- Hetente 3–4x
- Hetente 5–6x
- Naponta 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
- Évente 7–11x
- Havonta 1x
- Havonta 2–3x
- Hetente 1x
- Hetente 2x
- Hetente 3–4x
- Hetente 5–6x
- Naponta 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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (<90 g)  
  $\frac{1}{2}$  - 1 csésze (90-180 g)  
 Több mint 1 csésze (>180 g)

**Az elmúlt 12 hónapban...**

59. Milyen gyakran evett **chilis babot**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 60. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

59a. Általában mennyi **chilis babot** evett egy alkalommal?

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (<90 g)  
  $\frac{1}{2}$  -  $1\frac{3}{4}$  csésze (90-315 g)  
 Több mint  $1\frac{3}{4}$  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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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 szárazbabot (pl. babfőzelék, tarkabab, vesebab, homoki bab, lima bab, lencse, szójabab, vagy sült babpüré)? *(Ne számolja hozzá a bablevest és a chilisbabot.)*

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 62. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (<90 g)  
  $\frac{1}{2}$  - 1 csésze (90-180 g)  
 Több mint 1 csésze (>180 g)

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

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

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 63. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (<45 g)  
  $\frac{1}{4}$  -  $\frac{1}{2}$  csésze (45-90 g)  
 Több mint  $\frac{1}{2}$  csésze (>90 g)

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 64. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (<90 g)  
  $\frac{1}{2}$  -  $1\frac{1}{2}$  csésze (90-220 g)  
 Több mint  $1\frac{1}{2}$  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  $\frac{1}{4}$ -ében  
 Az esetek felében  
 Az esetek  $\frac{3}{4}$ -ében  
 Nagyrészt vagy mindig

↓  
**Az elmúlt 12 hónapban...**

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 65. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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 bundáskenyérhez a **SÜTÉS UTÁN VAGY A TÁLALÁSKOR?**

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

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

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

64d. Általában mennyi margarint vagy vajat adott a palacsintához, gofrihoz vagy bundáskenyérhez egy alkalommal?

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

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

- Ritkán vagy soha (UGRÁS A 65. KÉRDÉSRE)  
 Az esetek  $\frac{1}{4}$ -ében  
 Az esetek felében  
 Az esetek  $\frac{3}{4}$ -ében  
 Nagyrészt vagy mindig

64f. Általában mennyi szirupot adott a palacsintához, gofrihoz vagy bundáskenyérhez 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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint 1 csésze (<180 g)  
 1 – 1½ csésze (180-270 g)  
 Több mint 1½ csésze (>270 g)

67. Milyen gyakran evett **tésztasalátát?**

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 68. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

**Az elmúlt 12 hónapban...**

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

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

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 69. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint 1 csésze (<180 g)  
 1 - 3 csésze (180-540 g)  
 Több mint 3 csésze (>540 g)

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 zsemlet?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 70. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

69a. Milyen gyakran volt a bagel vagy zsemle **teljeskiórlésű** lisztből?

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

69b. Általában mennyi bagelt vagy zsemlet evett egy alkalommal?

- Kevesebb mint 1 bagel vagy zsemle  
 1 bagel vagy zsemle  
 Több mint 1 bagel vagy zsemle

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

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

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

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

69e. Általában mennyi **margarint** vagy **vajat** kent a bagelre vagy zsemlére 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 zsemle?

- 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 bagelhez vagy zsemléhez egy alkalommal?

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

**A következő kérdések a bagelen és zsemlén 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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

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 ¼-ében
- Az esetek felében
- Az esetek ¾-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 ¼-ében
- Az esetek felében
- Az esetek ¾-ében
- Nagyrészt vagy mindig

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

- Ritkán vagy soha
- Az esetek ¼-ében
- Az esetek felében
- Az esetek ¾-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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

**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 kenyérré vagy a zsemlére?

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

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

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

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 73. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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 **mogyoróvaját vagy más csonthéjasból készült krémet**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 74. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

73a. Általában mennyi **mogyoróvaját vagy más csonthéjasból készült krémet** evett egy alkalommal?

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

74. Milyen gyakran evett **marhasültet** vagy **steaket SZENDVICSBEN**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 75. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

**Az elmúlt 12 hónapban...**

74a. Általában mennyi **marhasültet** 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. húskenyér, löncshús, pulykasonka, pulykaszalámi, füstölt pulykasonka)? *(Más pulyka vagy csirkehúsról később kérdezzük rá.)*

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 76. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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** vagy **főtt sonkát**? *(Más sonkára később kérdezzük rá.)*

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 77. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

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

76b. Milyen gyakran volt a lönchús vagy főtt sonka **csökkentett energiatartalmú, alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

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

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 78. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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 vagy lönchús **csökkentett energiatartalmú, 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 raguban)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 79. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint ¼ csésze (<55 g)
- ¼ - ½ csésze (45-90 g)
- Több mint ½ csésze (>90 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

**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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |



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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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 marhahúst** (pl. húsgombóc, ragu, chillis bab vagy húskenyér)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 83. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

**Az elmúlt 12 hónapban...**

82a. Általában mennyi **darált marhahúst** 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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

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

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

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

84. Milyen gyakran evett **marhahúsos ételt** (pl. marhapörkölt, marhahúsos pite, marhahús tésztával, marhahús zöldséggel)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 85. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

84a. Általában mennyi **marhahúsos ételt** 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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 88. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

**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** (szendvicsben is)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 89. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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 **csirkehúsos ételt** (pl. saláták, szendvicsek, raguk, pörköltök vagy egyéb)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 90. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

89a. Általában mennyi **csirkehúsos ételt** evett egy alkalommal?

- Kevesebb mint  $\frac{1}{2}$  csésze (<90 g)  
  $\frac{1}{2}$  -  $1\frac{1}{2}$  csésze, (90-260 g)  
 Több mint  $1\frac{1}{2}$  csésze (> 260 g)

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 91. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

90a. Általában mennyi **sütőben sült, rántott, roston sült, párolt (vagy pörköltnek elkészített) vagy zsiradékban sült 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) vagy **csirke nuggets**?

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

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

- Ritkán vagy soha  
 Az esetek  $\frac{1}{4}$ -ében  
 Az esetek felében  
 Az esetek  $\frac{3}{4}$ -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 **egybesült sonkát** vagy **sült sonkaszeletet?**

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 92. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

**Az elmúlt 12 hónapban...**

91a. Általában mennyi **egybesült sonkát** vagy **sült sonkaszeletet** evett egy alkalommal?

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

92. Milyen gyakran evett **sertéshúst** (sertésszeletek, sülttek, vegyes sertésételek)?  
(*Ne számolja hozzá a sonkát, sült sonka szeletet vagy kolbászt.*)

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 93. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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, mártás** a húson, csirkén, burgonyán, rizsen stb.?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 94. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

93a. Általában mennyi **szافتot, mártást** evett a hússal, csirkével, burgonyával, rizzsel stb. egy alkalommal?

- Kevesebb mint ¼ csésze <10 g
- ¼ - ½ csésze, 10-90 g
- Több mint ½ csésze, >90 g

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 95. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

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

95. Milyen gyakran evett **szalonnát** (beleértve az alacsony zsírtartalmút is)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 96. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

95a. Általában mennyi **szalonnát** evett egy alkalommal?

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

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

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

96. Milyen gyakran evett **kolbászt** (beleértve az alacsony zsírtartalmút is)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 97. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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, alacsony zsírtartalmú vagy sovány?

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

#### Az elmúlt 12 hónapban...

97. Milyen gyakran evett **sütve tenger gyümölcsseit** (pl. rák, homár, garnéla)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 98. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

A 98-as kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

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

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

98. Milyen gyakran evett **NEM SÜTVE tenger gyümölcsseit** (pl. rák, homár, garnéla)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 99. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

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

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 100. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

- Kevesebb mint 55 g
- 55-170 g
- Több mint 170 g

100. Milyen gyakran evett **halrudacsákat** vagy **más sült halat** (nem tenger gyümölcssei)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 101. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

A 101-es kérdés a következő oldalon jelenik meg.

100a. Általában mennyi **halrudacs**kát 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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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, szárnyas és hal elkészítésére, amit az elmúlt 12 hónapban fogyasztott.**

102. Milyen gyakran használtak olajat, vaját, margarint vagy más zsiradékot a hús, szárnyas vagy hal sütéséhez, hirtelen sütéséhez, páclével öntözéséhez vagy marinálásához (*Ne számolja hozzá a bő olajas sütést*).

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 103. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

**Az elmúlt 12 hónapban...**

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

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Margarin (alacsony zsírtartalmú is)    | <input type="checkbox"/> Kukoricaolaj                 |
| <input type="checkbox"/> Vaj (alacsony zsírtartalmú is)         | <input type="checkbox"/> Repceolaj                    |
| <input type="checkbox"/> Disznózsír, hátszalonna, angolszalonna | <input type="checkbox"/> Olajspray (pl. Pam vagy más) |
| <input type="checkbox"/> Olívaolaj                              | <input type="checkbox"/> Másféle olaj                 |
|   | <input type="checkbox"/> Egyik sem a fentiek közül    |

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 104. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (<55 g)
- $\frac{1}{4}$  -  $\frac{1}{2}$  csésze (55-115 g)
- Több mint  $\frac{1}{2}$  csésze (>115 g)

104. Az elmúlt 12 hónapban evett levest?

NEM (UGRÁS A 105. KÉRDÉSRE)

IGEN

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

EGYÁLTALÁN NEM

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Telente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Telente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x    | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x  | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x    | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- EGYÁLTALÁN NEM
- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

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

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

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

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

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

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

105. Milyen gyakran evett **pizzát?**

- EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 106. KÉRDÉSRE)
- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

106. Milyen gyakran evett **sós kekszet/krékert?**

- EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 107. KÉRDÉSRE)
- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

106a. Általában mennyi **sós kekszet/krékert** evett egy alkalommal?

- Kevesebb mint 4 kréker  
 4 - 10 kréker  
 Több mint 10 kréker

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 108. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

108. Milyen gyakran evett **kekszet**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 109. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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, zsírimentes vagy alacsony sótartalmú is)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 110. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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 **zsírimentes**? (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 **kukoricachips-et** vagy **tortillachips-et** (alacsony zsírtartalmú, zsírimentes vagy alacsony sótartalmú is)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 111. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

**Az elmúlt 12 hónapban...**

110a. Általában mennyi **kukoricachips-et** vagy **tortillachip-set** 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 **zsírimentes**? (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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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 **sós kisperecet**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 113. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

112a. Általában mennyi **sós kisperecet** evett egy alkalommal?

- Kevesebb mint 5 átlagos perccel  
 5 - 20 átlagos perccel  
 Több mint 20 átlagos perccel

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 114. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint  $\frac{1}{4}$  csésze (45 g)  
  $\frac{1}{4}$  -  $\frac{1}{2}$  csésze (45-90 g)  
 Több mint  $\frac{1}{2}$  csésze ( $>90$  g)

114. Milyen gyakran evett **energiaszeletet, fehérjeszeletet** vagy **müzliszeletet** (pl. Power Bar, Biotech, Cerbona vagy más)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 115. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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

- Kevesebb mint 1 szelet  
 1 szelet  
 Több mint 1 szelet

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 116. KÉRDÉSRE)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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)

**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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

116a. Általában mennyi túrót evett egy alkalommal?

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

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 118. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

- Kevesebb mint 15 g vagy kevesebb mint 1 szelet
- 15-45 g vagy 1 szelet
- Több mint 45 g 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

118. Milyen gyakran evett **fagyasztott joghurtot, sörbetet, vagy fagyasztott desszertet** (alacsony zsírtartalmú, zsírmentes is)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 119. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

118a. Általában mennyi **fagyasztott joghurtot, sörbetet, 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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

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

A 120-as kérdés a következő oldalon jelenik meg.

119b. A **fagylalt, jégkrém vagy sörbet** milyen gyakran volt **csökkentett energiataralmú, 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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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

A 122-es kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

122. Milyen gyakran evett **fánkot, édes csigát, leveles tésztából készült péksüteményt** vagy **töltött kekszet**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 123. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

122a. Általában mennyi **fánkot, édes csigát, leveles tésztából készült 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 **édes tésztából készült kenyeret** (alacsony zsírtartalmú, zsírmentes is)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 124. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

123a. Általában mennyi **édes muffint** vagy **édes tésztából készült kenyeret** evett egy alkalommal?

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

124. Milyen gyakran evett **morzsasüteményt** vagy **rétest**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 125. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

A 125-ös kérdés a következő oldalon jelenik meg.

- Kevesebb mint ½ csésze, <90 g
- ½ - 1 csésze, 90-180 g
- Több mint 1 csésze, >180 g

125. Milyen gyakran evett **pitét**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 126. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

- Kevesebb mint ⅛ pitét
- Kb. ⅛ pitét
- Több mint ⅛ 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

**Az elmúlt 12 hónapban...**

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

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

A 126-os kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

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 **pekándióspite**?

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

126. Milyen gyakran evett **bonbont**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 127. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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 édességet**?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 128. KÉRDÉSRE)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta ≥2x  |

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

- Kevesebb mint 2 darab
- 2 - 9 darab
- Több mint 9 darab

A 128-as kérdés a következő oldalon jelenik meg.

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)

- |                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x        |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x      |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x        |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> Naponta $\geq 2x$ |

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**?

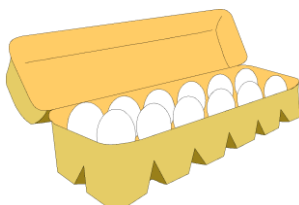
- Ritkán vagy soha  
 Az esetek  $\frac{1}{4}$ -ében  
 Az esetek felében  
 Az esetek  $\frac{3}{4}$ -ében  
 Nagyrészt vagy mindig

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

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

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

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



A 129-es kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

### Az elmúlt 12 hónapban...

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

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

129. Hány csésze koffeines vagy koffeinmentes **kávét** ivott (számolja hozzá a kávé italokat is pl. Latte, Mocha, Frappuccino stb.)?

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 130. KÉRDÉSRE)

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Kevesebb mint 1 csésze | <input type="checkbox"/> 5–6 csésze hetente         |
| <input type="checkbox"/> 1–3 csésze havonta     | <input type="checkbox"/> 1 csésze naponta           |
| <input type="checkbox"/> 1 csésze hetente       | <input type="checkbox"/> 2–3 csésze naponta         |
| <input type="checkbox"/> 2–4 csésze hetente     | <input type="checkbox"/> 4–5 csésze naponta         |
|   | <input type="checkbox"/> 6 vagy több csésze naponta |

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

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

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

EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 131. KÉRDÉSRE)

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Kevesebb mint 1 pohár, doboz vagy üveg havonta | <input type="checkbox"/> 5–6 pohár, doboz vagy üveg hetente         |
| <input type="checkbox"/> 1–3 pohár, doboz vagy üveg havonta             | <input type="checkbox"/> 1 pohár, doboz vagy üveg naponta           |
| <input type="checkbox"/> 1 pohár, doboz vagy üveg hetente               | <input type="checkbox"/> 2–3 pohár, doboz vagy üveg naponta         |
| <input type="checkbox"/> 2–4 pohár, doboz vagy üveg hetente             | <input type="checkbox"/> 4–5 pohár, doboz vagy üveg naponta         |
|   | <input type="checkbox"/> 6 vagy több pohár, doboz vagy üveg naponta |

A 131-es kérdés a következő oldalon jelenik meg.

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

130b. Milyen gyakran volt **előre édesítve** a hideg vagy jeges tea **cukorral** vagy **mesterséges édesítőszerrel** (pl. Süssina, Pötyi, Canderel 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 az előre édesített hideg vagy jeges tea?

- Cukor vagy méz
- Mesterséges édesítőszer (pl. Süssina, Pötyi, Canderel vagy más)

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

- EGYÁLTALÁN NEM (UGRÁS A 132. KÉRDÉSRE)
- Kevesebb mint 1 csésze havonta
- 1–3 csésze havonta
- 1 csésze hetente
- 2–4 csésze hetente
- 5–6 csésze hetente
- 1 csésze naponta
- 2–3 csésze naponta
- 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

**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 édesítőszerrel (pl. Süssina, Pötyi, Canderel 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 édesítőszerrel** használt általában?

- Canderel vagy aszpartám
- Süssina vagy szacharin
- Huxol vagy szukralóz
- Növényi alapú vagy másfajta

132e. Általában mennyi **mesterséges édesítőszerrel** 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 **kávé fehéritőt** a kávéhoz vagy a teához (pl. tejszín, tej, tejszínmentes kávéfehéritő)?

NEM (UGRÁS A 134. KÉRDÉSRE)

IGEN

133a. Milyen gyakran adott **tejszínmentes kávéfehéritőt** a kávéhoz vagy a teához?

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

133b. Általában mennyi **tejszínmentes kávéfehéritőt** adott a kávéhoz vagy a teához?

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

133c. Milyen fajta **tejszínmentes kávéfehéritőt** használt általában?

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

133d. Milyen gyakran adott **tejszínt** vagy **kávétejszínt** 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 **kávétejszínt** 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
- 2% zsírtartalmú tej
- 1% zsírtartalmú tej
- Zsírszínmentes tej vagy ½% zsírtartalmú tej
- Édesített vagy édesítetlen sűrített tej
- Szójatej
- Rizstej
- Egyéb

#### 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)

- |                                       |                                       |
|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Évente 1–6x  | <input type="checkbox"/> Hetente 2x   |
| <input type="checkbox"/> Évente 7–11x | <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 1x   | <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x |
| <input type="checkbox"/> Havonta 2–3x | <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1x   | <input type="checkbox"/> 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 134-es kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

A 133f. kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

A 135-ös kérdés a következő oldalon jelenik meg.

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, alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes (papír vagy doboz csomagolású)**?

- 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** vagy **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, alacsony zsírtartalmú** vagy **zsírmentes**?

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

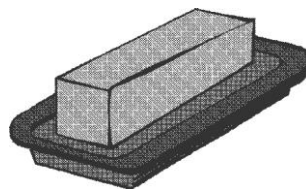
138. Az elmúlt 12 hónapban evett tejfölt?

NEM (UGRÁS A 139. KÉRDÉSRE)

IGEN

138a. Milyen gyakran volt a tejföl **csökkentett energiatartalmú, 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?

NEM (UGRÁS A 140. KÉRDÉSRE)

IGEN

139a. Milyen gyakran volt a krémsajt **csökkentett energiatartalmú, 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?

NEM (UGRÁS A 141. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

IGEN

140a. Milyen gyakran volt a salátaöntet **csökkentett energiatartalmú, 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?

- |                                       |                                      |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Hetente <1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 2x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 3x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta 4x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥5x |
| <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |                                      |

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

- |                                       |                                      |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Hetente <1x  | <input type="checkbox"/> Naponta 2x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 1–2x | <input type="checkbox"/> Naponta 3x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 3–4x | <input type="checkbox"/> Naponta 4x  |
| <input type="checkbox"/> Hetente 5–6x | <input type="checkbox"/> Naponta ≥5x |
| <input type="checkbox"/> Naponta 1x   |                                      |

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

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Avokádó, avokádókrém  | <input type="checkbox"/> Olívabogyó                              |
| <input type="checkbox"/> Sajttorta   | <input type="checkbox"/> Osztriga                                |
| <input type="checkbox"/> Csokoládé, karamell, vagy tejkaramella öntet vagy valamilyen szirup | <input type="checkbox"/> Savanyúság vagy befőtt                  |
| <input type="checkbox"/> Kínai sült tészta   | <input type="checkbox"/> Főzőbanán                               |
| <input type="checkbox"/> Croissant   | <input type="checkbox"/> Csontos sertés nyak, csülök, fej, köröm |
| <input type="checkbox"/> Száritott sárgabarack   | <input type="checkbox"/> Puding vagy vanília sodó                |
|  | <input type="checkbox"/> Borjú, szarvas, bárány                  |

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Tavaszi tekerics                   | <input type="checkbox"/> Tejszínhab, normál                        |
| <input type="checkbox"/> Müzliszelet                        | <input type="checkbox"/> Tejszínhab, helyettesítő növényi habspray |
| <input type="checkbox"/> Erőspaprika                        |  |
| <input type="checkbox"/> Zselatin, zselé                    |  |
| <input type="checkbox"/> Mangó                              |  |
| <input type="checkbox"/> Tejes turmix vagy fagyaltos turmix | <input type="checkbox"/> EGYIK SEM                                 |

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

NEM (UGRÁS A 145. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

IGEN

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

- |  |
|--|
| <input type="checkbox"/> Hús (marha, sertés, bárány stb.)  |
| <input type="checkbox"/> Szárnyas (csirke, pulyka, kacska) |
| <input type="checkbox"/> Halak és tenger gyümölcsei        |
| <input type="checkbox"/> Tojás                             |
| <input type="checkbox"/> Tejtermékek (tej, sajt stb.)      |



**A következő kérdések a vitaminok és táplálékkiegészítők használatáról szólnak.**

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

NEM (UGRÁS A 147. KÉRDÉS BEVEZETŐJÉHEZ)

IGEN

146. Milyen gyakran szedett multivitamint pl. Supradyn, Centrum, vagy várandós vitaminok?

- |  |
|--|
| <input type="checkbox"/> Kevesebb mint 1 napon havonta |
| <input type="checkbox"/> 1–3 nap havonta               |
| <input type="checkbox"/> 1–3 nap hetente               |
| <input type="checkbox"/> 4–6 nap hetente               |
| <input type="checkbox"/> 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 - **vitamint, 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 **savlekötőt pl. Rennie, Gaviscon**?

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

A 148-as kérdés a következő oszlopban jelenik meg.

147a. Amikor savlekötőt pl. Rennie, Gaviscon vett be, kb. mennyi tablettát/cukorkát szedett egy nap?

- Kevesebb mint 1  
 1  
 2  
 3  
 4 vagy több  
 Nem tudja

147b. A szedett savlekötő általában "extra erős" volt?

- NEM  
 IGEN  
 Nem tudja

147c. Hány éve szed savlekötőt?

- 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 savlekötőkkel - 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 önálló táplálékkiegészítőket/tápanyagokat, melyeket több mint egyszer szedett hetente (**NEM** multivitamin részeként - 146. kérdés):

<input type="checkbox"/> Nem szedett	<input type="checkbox"/> Ocuvíte/Szem vitamin
<input type="checkbox"/> B-6	<input type="checkbox"/> Kálium
<input type="checkbox"/> B-komplex	<input type="checkbox"/> Szelénium
<input type="checkbox"/> B-12	<input type="checkbox"/> A-Vitamin
<input type="checkbox"/> Béta-karotin	<input type="checkbox"/> D-Vitamin
<input type="checkbox"/> Folsav/folát	<input type="checkbox"/> Cink
<input type="checkbox"/> Magnézium	

153. Kérjük, jelölje azokat az gyógynövényes, növényi vagy más kiegészítőket, melyeket több mint egyszer szedett hetente.

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Nem szedett         | <input type="checkbox"/> Ginzenget                  |
| <input type="checkbox"/> Kondroitin          | <input type="checkbox"/> Glukozamin/ kondroitin     |
| <input type="checkbox"/> Q10 koenzim         | <input type="checkbox"/> Borsmenta                  |
| <input type="checkbox"/> Echinacea           | <input type="checkbox"/> Probiotikumok              |
| <input type="checkbox"/> Energia kiegészítők | <input type="checkbox"/> Fűrészpálma (Saw palmetto) |
| <input type="checkbox"/> Halolaj / omega-3   | <input type="checkbox"/> Szója kiegészítő           |
| <input type="checkbox"/> Lenmag/olaj         | <input type="checkbox"/> Sport kiegészítők          |
| <input type="checkbox"/> Fokhagyma           | <input type="checkbox"/> Közöséges orbáncfű         |
| <input type="checkbox"/> Gyömbér             | <input type="checkbox"/> Egyéb                      |
| <input type="checkbox"/> Ginkgo biloba       |   |

**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.**