

Domanda	Risposta
1. Qual è il tuo genere?	A. Sono maschio
	B. Sono femmina
2. Quanti anni hai?	A. 8
	B. 9
	C. 10
	D. 11
	E. 12
	F. Più di 12
3. Quanti pasti fai al giorno?	A. 1
	B. 2
	C. 3



---

D. 4

---

E. 5

---

F. Più di 5

4. In quali momenti della giornata senti più fame?

A. Al mattino

---

B. Prima della ricreazione

---

C. A pranzo

---

D. A merenda

---

E. A cena

---

F. Di notte

5. Al mattino fai colazione?

A. Sì

---

B. No

6. Cosa mangi di solito a colazione?

A. Solo il latte o il thè

---

B. Bevanda al cacao/caffè

---



C. Latte/thè con biscotti o cereali e brioche

D. Brioche o merendina / biscotti

E. Panino

F. Pane/fette biscottate con marmellata/nutella

G. Yogurt/latte

H. Frutta

I. Altro

7. A metà mattino fai lo spuntino?

A. Sì

B. No

8. Cosa mangi alla ricreazione?

A. Panino farcito

B. Pizza/focaccia

C. Brioche o merendina/torta

D. Snack dolci/snack salati (wafer, cioccolata, biscotti con crema alla nocciola, crackers, grissini, patatine, ecc.)



E. Succo di frutta/thè

F. Bevanda gassata

G. Yogurt/latte

H. Frutta

I. Altro

9. Alla fine della mattinata pranzi?

A. Sì

B. No

10. Cosa mangi di solito a pranzo?

A. Pasto completo (primo, secondo, contorno, frutta)

B. Solo il primo (Pasta / Riso)

C. Solo il secondo (carne, uovo, pesce, mozzarella, formaggio)

D. Solo il contorno (patate bollite / fritte, crocchette, fritti vari)

E. Panino farcito

F. Verdura cotta / cruda / insalata

G. Snack dolci / salati (wafer, cioccolata, biscotti con crema e nocciola,



crackers, grissini, patatine, ecc)

H. Yogurt / latte

I. Frutta

J. Altro

11. Di pomeriggio fai merenda?

A. Si

B. No

12. Cosa mangi di solito a merenda?

A. Panino farcito dolce/salato

B. Pizza/focaccia

C. Brioche o merendina

D. Snack dolci/snack salati (wafer, cioccolata, biscotti con crema alla nocciola, crackers, grissini, patatine, ecc.)

E. Succo di frutta/thè

F. Bevanda gassata

G. Yogurt



	H. Frutta
	I. Altro
13. Di sera ceni?	A. Si
	B. No
14. Cosa mangi di solito a cena?	A. Pasto completo (primo, secondo, contorno, frutta)
	B. Solo il primo (pasta/riso)
	C. Solo il secondo (carne, uovo, pesce, mozzarella, formaggio)
	D. Solo il contorno (patatine bollite/fritte, crocchette, fritti vari)
	E. Panino farcito dolce/salato
	F. Verdura cotta/cruda / insalata
	G. Snack dolci/snack salati (wafer, cioccolata, Biscotti con crema alla nocciola, crackers, grissini, patatine, ecc.)
	H. Yogurt/latte
	I. Frutta



J. Altro

15. Scegli il tuo alimento preferito?

A. Mangio tutti gli alimenti

B. Pasta/riso/lasagne

C. Pizza/focaccia

D. Panino farcito dolce/salato

E. Patate e derivati (patatine fritte, crocchette, purea)

F. Carne (bianca, rossa)

G. Pesce

H. Affettati/salumi (prosciutto, mortadella, salamino)

I. Latticini/formaggio (mozzarella, provola, parmigiano)

J. Cereali e legumi (farro, piselli, lenticchie, ceci, fagioli)

K. Alimenti sotto olio/sotto aceto

L. Yogurt/latte



M. Verdura cotta/cruda/insalata

N. Frutta

O. Snack dolci/snack salati (wafer, cioccolata, biscotti con crema alla nocciola, crackers, grissini, patatine, ecc.)

P. Brioche/merendina/torta

Q. Bevanda gassata

R. Succo di frutta/thè

S. Gelato

T. Altro

16. Scegli l'alimento che non mangeresti mai?

A. Mangio tutti gli alimenti

B. Pasta/riso/lasagne

C. Pizza/focaccia

D. Panino farcito dolce/salato

E. Patate e derivati (patatine fritte, crocchette, purea)



Ministero dello  
sviluppo economico





---

F. Carne (bianca, rossa)

---

G. Pesce

---

H. Affettati/salumi (prosciutto, mortadella, salamino)

---

I. Latticini/formaggio (mozzarella, provola, parmigiano)

---

J. Cereali e legumi (farro, piselli, lenticchie, ceci, fagioli)

---

K. Alimenti sotto olio/sotto aceto

---

L. Yogurt/latte

---

M. Verdura cotta/cruda/insalata

---

N. Frutta

---

O. Snack dolci/snack salati (wafer, cioccolata, biscotti con crema alla nocciola, crackers, grissini, patatine, ecc.)

---

P. Brioche/merendina/torta

---

Q. Bevanda gassata

---



	R. Succo di frutta/thè
	S. Gelato
	T. Altro
17. Quante volte mangi la frutta durante la settimana?	A. Ogni giorno
	B. 2-3 volte a settimana
	C. 3-5 volte a settimana
	D. Mai
18. Quante volte mangi la verdura durante la settimana?	A. Ogni giorno
	B. 2-3 volte a settimana
	C. 3-5 volte a settimana
	D. Mai
19. Cosa bevi di solito durante i pasti?	A. Acqua
	B. Succo di frutta



C. Thè

D. Bibite gassate

20. Di solito cosa fai durante i pasti?

A. Mangio insieme alla mia famiglia

B. Guardo la tv

C. Mangio da solo

D. Gioco con il telefonino

21. Di solito cosa fai subito dopo il pranzo o la cena?

A. Faccio subito i compiti

B. Guardo la tv sul divano

C. Gioco ai videogiochi

D. Vado a letto a riposare

E. Altro

22. Fai sport?

A. Sì

B. Ogni tanto



C. No, lo sport proprio non m'interessa

23. Quale sport pratici?

A. Nuoto

B. Boxe

C. Equitazione

D. Karate

E. Judo

F. Pallavolo

G. Palestra

H. Calcio

I. Ginnastica artistica/ritmica

J. Pattinaggio

K. danza (classica, moderna)

L. Altro

