

Questionnaire de Fréquence Alimentaire Bio - Partie 1

Introduction

Ce questionnaire a pour but d'estimer vos apports alimentaires **sur les 12 derniers mois**.

Tous les jours et toutes les occasions sont à prendre en compte (jours de la semaine, week-end et jours de fête).

Il s'agit d'évaluer la fréquence à laquelle vous consommez chaque aliment présenté. Les questions sont regroupées par grandes familles d'aliments.

Il vous sera parfois difficile de renseigner précisément la consommation de certains aliments, en particulier lorsque vous les consommez peu fréquemment. Nous sommes donc conscients que certaines de vos réponses correspondront plutôt à une **estimation de votre consommation**.

Ce questionnaire vise également à évaluer **la part relative de produits issus de l'agriculture biologique dans votre alimentation**. Il s'agira donc également d'estimer la proportion de produits bio consommée pour chaque catégorie d'aliments via une échelle de fréquence.

Consignes de remplissage

1) Evaluer la fréquence à laquelle vous consommez les aliments

Pour chaque ligne du questionnaire, vous devez répondre à la question suivante : **"Combien de fois avez-vous mangé cet aliment au cours des 12 derniers mois, par jour, par semaine, par mois ou par an ?"**

Si vous avez consommé cet aliment au cours des 12 derniers mois, il vous est demandé de renseigner ce que vous avez mangé en moyenne, que ce soit au cours des repas (à domicile ou à l'extérieur) ou entre les repas en indiquant pour chaque aliment : **un nombre de prises** et **une fréquence de consommation** (par jour, par semaine, par mois ou par an).

Si vous n'avez pas consommé cet aliment au cours des 12 derniers mois, indiquez **"0"** comme nombre de prises et **"jamais"** comme fréquence.

2) Evaluer la quantité que vous avez consommée à chaque fois

- Pour la plupart des aliments, la portion unitaire est inscrite dans le tableau, par exemple : 1 tranche de jambon blanc. Si vous mangez 2 fois par semaine et qu'à chaque fois vous en consommez 2 tranches, vous devez indiquer : "4" pour le nombre de prises et "par semaine" pour la fréquence.
- Parfois la quantité indiquée dans le tableau ne représente pas une quantité précise, exemple : 1 verre, 1 tasse ou 1 bol. **Dans ce cas, l'icône est présente dans la colonne aide, il vous suffit de passer votre souris dessus pour faire apparaître la photo correspondant à la portion.**
- Pour certains groupes d'aliments, il vous est demandé de choisir parmi les photos présentées, la portion que vous consommez habituellement. **Attention**, cette photo ne représente qu'un exemple pour les aliments de la famille concernée.

Exemple :

3) Evaluer la part de la consommation qui était issue d'une production bio

Pour tous les aliments une échelle de fréquence relative à la part de bio apparaît avec la question **"Le produit était-il bio ?"**.

Il vous est demandé d'estimer pour un type d'aliment, la part de cette consommation qui était bio.

Par exemple, si vous estimez qu'au cours des 12 derniers mois, la plupart des tomates que vous avez consommées étaient bio, il faut cocher la case "Souvent".

Si au cours des 12 derniers mois, vous n'avez consommé que des tomates non bio, il faut cocher la case "Jamais".

Si, au cours des 12 derniers mois, les tomates que vous avez consommées étaient uniquement issues de l'agriculture biologique, il faut cocher la case "Toujours".

Pour les aliments qui n'existent pas en bio (les yaourts à l'aspartame par exemple), cochez la case "Jamais".

Merci de votre participation et bon courage !

Pains, céréales et sucres

Pain et céréales

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1/4 de baguette de pain blanc , 1 tranche de pain de mie (y compris dans les sandwichs)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1/4 de baguette de pain complet ou aux céréales , 1 tranche de pain complet ou aux céréales (y compris dans les sandwichs)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 biscotte, 1 petit-grillé ou 1 cracotte		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 viennoiserie (croissant, pain au chocolat...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
			<input type="radio"/> Jamais	<input checked="" type="radio"/> Jamais

1 brioche (individuelle ou 1 tranche)		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 bol (30 g) de céréales natures type pétales de blé, de riz, de maïs, riz soufflé, flocons d'avoine...		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 bol (30 g) de céréales aromatisées chocolat, fruits, amande, caramel ou glacées type pétales de blé, de riz, de maïs, blé soufflé...		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 bol (30 g) de céréales aromatisées chocolat, fruits, amande, caramel type muesli croustillant et céréales fourrées...		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 bol (30 g) de muesli nature ou aux fruits		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 bol (30 g) de céréales au son ou riches en fibres		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps

			<input type="radio"/> Par an <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours <input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 galette (8 g) de céréales soufflées (riz, quinoa, avoine...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Confitures, sucre, miel

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1 cuillerée à café de miel, confiture ou marmelade		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 cuillerée à café de pâte d'oléagineux à tartiner (purée d'amande, de cajou, de noisette, de sésame)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 cuillerée à café de Nutella ou d'une autre pâte à tartiner		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 morceau ou 1 cuillerée à café de sucre ou de sirop (d'agave, de riz, d'érable et autres sirops de céréales)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps

hors édulcorant (dans le café, le thé, les yaourts...)			<input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 sucette ou 1 cuillerée à café d'édulcorant (dans le café, le thé, les yaourts...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Boissons chaudes, lait et yaourts

Boissons chaudes

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1 tasse de café au lait		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tasse de café au lait végétal		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tasse de café noir		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
			<input type="radio"/> Jamais	<input checked="" type="radio"/> Jamais

1 tasse de chicorée au lait		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tasse de chicorée au lait végétal		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tasse de chicorée nature (à l'eau)		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tasse de chocolat chaud au lait		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tasse de chocolat chaud au lait végétal		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tasse de thé		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent

			<input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Toujours
1 tasse d'infusion		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tasse de thé au lait		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tasse de thé au lait végétal		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Lait (hors café, thé, chocolat, chicorée)

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1 bol de lait entier (vache, chèvre, brebis)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 bol de lait demi écrémé (vache, chèvre, brebis)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps

			<input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 bol de lait écrémé (vache)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 bol de lait fermenté		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 bol de lait de soja, d'amande, de riz, d'avoine...		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Yaourts

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1 yaourt au lait entier nature (vache, chèvre, brebis)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 yaourt au lait entier aux fruits, aromatisé,			<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du

<p>sucré (vache, chèvre, brebis)</p>		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<p>temps</p> <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
<p>1 yaourt au lait demi écrémé nature</p>		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
<p>1 yaourt au lait demi écrémé aux fruits, aromatisé, sucré</p>		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
<p>1 yaourt à 0 % de matière grasse nature</p>		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
<p>1 yaourt à 0 % de matière grasse aux fruits, aromatisé, sucré</p>		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
<p>1 yaourt à 0 % de matière grasse à l'aspartame et aux fruits (type Taillefine, Panier de Yoplait 0 %)</p>		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent

			<input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Toujours
1 yaourt au bifidus nature (type Activia)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 yaourt au bifidus aux fruits (type Activia)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 yaourt au soja nature ou aux fruits		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Fromage blanc et entremets

Fromage blanc et faisselle

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1/2 bol (150 g) de fromage blanc à 0 % de matière grasse nature		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1/2 bol (150 g) de fromage blanc à 0 % de matière grasse			<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement

aux fruits, à l'aspartame (type Taillefine)		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1/2 bol (150 g) de fromage blanc à 20 % de matière grasse nature		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1/2 bol (150 g) de fromage blanc à 20 % de matière grasse aux fruits, aromatisé, sucré		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1/2 bol (150 g) de fromage blanc au lait de vache à 40 % de matière grasse nature		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1/2 bol (150 g) de fromage blanc au lait de brebis à 40 % de matière grasse nature		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1/2 bol (150 g) de fromage blanc au lait de chèvre à 40 % de matière grasse nature		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent

				<input type="radio"/> Toujours
1/2 bol (150 g) de fromage blanc à 40 % de matière grasse aux fruits, aromatisé, sucré		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 petit suisse (nature, Petits filous, Petits musclés...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Crème chantilly et entremets

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1 cuillère à soupe de crème chantilly		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 coupe d'entremet (100 g) y compris maison (crème dessert type Danette, Liégeois, mousse, riz au lait...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 coupe d'entremet (100 g) végétal avec soja (crème dessert, mousse)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent

			<input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Toujours
1 coupe d'entremet (100 g) végétal sans soja (crème dessert, mousse)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 coupe (100 g) de crème caramel, crème brûlée, crème anglaise		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Fromages et charcuteries

Fromages (lors d'un repas ou dans un sandwich)

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
Fromage fondu (type La vache qui rit, Apéricubes, Kiri...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Bleu, roquefort, gorgonzola		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Brie, camembert, munster, pont-			<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement

l'évêque, fromage type Caprice des Dieux		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Fromage de chèvre		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Gouda, emmental, gruyère, comté, beaufort, parmesan, Bonbel, Babybel, Port-Salut, Saint-Paulin (en morceau ou râpé)		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Edam, mimolette		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Mozzarella, feta, mascarpone		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Fromage allégé		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Fromage frais (type Tartare, Boursin, St Môret...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
--	--	----------------------	---	--

Fromages végétaux

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
Fromage frais végétal (au soja...) à tartiner		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Fromage végétal au soja		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Fromage végétal sans soja		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Charcuteries (lors d'un repas ou dans un sandwich)

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
			<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement

1 tranche de jambon blanc		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tranche de jambon cru ou de bacon		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tranche de saucisson sec ou de chorizo		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tranche de cervelas		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tranche de mortadelle		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Pâté		<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent

			<input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Toujours
Rillettes		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Charcuteries végétales (lors d'un repas ou dans un sandwich)

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1 tranche de jambon végétal		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 tranche de chorizo végétal, de tofinelle (type Soygis')		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Pâté végétal		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Portions fromages et pâté-rillettes

Fromages

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez du fromage, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion de fromage que vous mangez en moyenne :

A B C D E F G Je n'en consomme jamais

Pâté-rillettes

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez du pâté ou des rillettes, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion de pâté ou de rillettes que vous mangez en moyenne :

A B C D E F G Je n'en consomme jamais

Oeufs et plats garnis

Oeufs

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1 oeuf à la coque, dur ou poché		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 oeuf sur le plat ou en omelette		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Plats garnis, composés et fourrés (du commerce ou maison)

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1 crêpe salée garnie		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 part de quiche ou de tarte salée		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 croque-monsieur		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 part de pizza		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 assiette de raviolis ou de lasagnes		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

1 sandwich grec/turc		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 plat chinois/vietnamien		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 hamburger		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 panini		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 assiette de choucroute garnie		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 assiette de cassoulet			<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié

		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
--	--	----------------------	---	---

Poissons et fruits de mer

Poissons et fruits de mer

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
1 portion (100 g) de coquillages (12 huîtres, 4 grosses noix de St Jacques, ou 1 petite assiette de bulots, bigorneaux, moules...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 portion (100 g) de crustacés non décortiqués (1 petite assiette de crevettes, gambas, langoustines, 1/2 tourteau, crabe ou homard...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 portion (100 g) de 3 bâtonnets de poisson pané ou 1 filet de poisson pané, y compris maison		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 portion de poisson "gras" (maquereau, hareng, anguille, sardine, saumon...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
			<input type="radio"/> Jamais	<input checked="" type="radio"/> Jamais

1 portion de poisson "mi-gras" (anchois, bar, carpe, espadon, flétan, rouget, roussette, thon, mullet, truite, turbot...)		□	<input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
1 portion de poisson "maigre" (les autres espèces, comme le cabillaud, colin, merlan, sole...)		□	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Portions poissons

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez du poisson, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion de poisson que vous mangez en moyenne :

A B C D E F G Je n'en consomme jamais

Viandes et charcuteries chaudes

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
Lapin		□	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Volailles

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
				<input checked="" type="radio"/> Jamais

Dinde, poulet, canard... sans la peau		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Dinde, poulet, canard... avec la peau		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Boeuf

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
Steak haché		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Rôti ou steak		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Côte ou entrecôte		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Boeuf à la bourguigonne (ou braisé)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Pot-au-feu		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Veau

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
Escalope		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Rôti		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Côte		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Sauté, blanquette, osso-buco		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
------------------------------	--	----------------------	---	--

Agneau et mouton

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
Côte		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Epaule ou gigot		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Sauté, navarin, couscous...		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Porc

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
Côte ou grillade		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent

			<input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Toujours
Rôti		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Echine ou travers		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Filet mignon		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Lardons (dans une salade ou dans un plat)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Saucisses (merguez, chipolatas)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Abats

--	--	--	--	--

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
Foie (génisse, veau, volaille...)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Rognons, tripes, boudin, andouillette...		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Autre

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
Viande panée (cordon bleu, escalope panée)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Substituts protéiques

Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous consommé :

	Aide	Nombre de prises	Fréquence	Le produit était-il bio ?
Steak de soja (100 g)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
			<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement

Galettes (100 g) de céréales (type Grinioc, Björk)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Tofu (100 g)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Séitan (50 g)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours
Substituts de viande mycoprotéinés (type Quorn)		<input type="text"/>	<input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an	<input checked="" type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Rarement <input type="radio"/> Environ la moitié du temps <input type="radio"/> Souvent <input type="radio"/> Toujours

Portions viandes

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez de la viande, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion de viande que vous mangez en moyenne :

A B C D E F G Je n'en consomme jamais

Commentaires

Commentaires (Nombre de caractères restants : 150)

