

Fréquence alimentaire des légumineuses et des analogues des produits carnés, de la mer et laitiers

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 (jour de semaine, week-end et jour de fête).

Ce questionnaire porte sur la consommation de légumineuses et sur la consommation d'aliments appelés substituts, simili, succédanés ou analogues. C'est-à-dire qui imite totalement ou partiellement la forme, le goût ou l'aspect des produits animaux type viande, crème, yaourt etc. Ce questionnaire liste également des produits dont des ingrédients qui étaient traditionnellement animaux ont été remplacés par des produits végétaux.

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 rarement ; nous sommes donc conscients que certaines de vos réponses correspondront plutôt à **une estimation de votre consommation de produits analogues : de la viande, des produits de la mer et des produits laitiers, ou de plats cuisinés à partir d'analogues de la viande (lasagnes végétales, hachis parmentier végétal, chili sin carne...)**.

La modalité « jamais » est indiquée par défaut, autrement dit si pour un produit donné vous ne le consommez jamais, vous n'aurez pas à modifier la position du curseur.

Attention : si vous ne consommez pas de simili carnés/d'analogues de la viande à base de plantes, il est important que vous répondiez tout de même à ce questionnaire. Cela ne vous prendra que quelques secondes.

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, par an ?** » 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 :

- une quantité et une fréquence de consommation (par jour, par semaine, par mois ou par an)
- ou en cochant la case « jamais » si vous n'avez jamais consommé cet aliment au cours des 12 derniers mois.

EXEMPLE d'une question pour un groupe d'aliment :

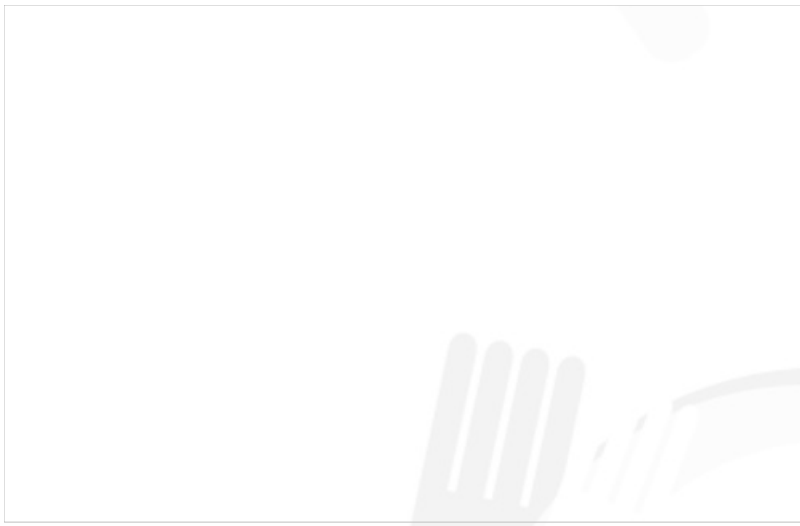


Remarque : il n'est pas possible d'utiliser les décimales. Par exemple, si vous pensez avoir consommé un produit 2,5 fois par semaine, vous pouvez noter 10 fois par mois.

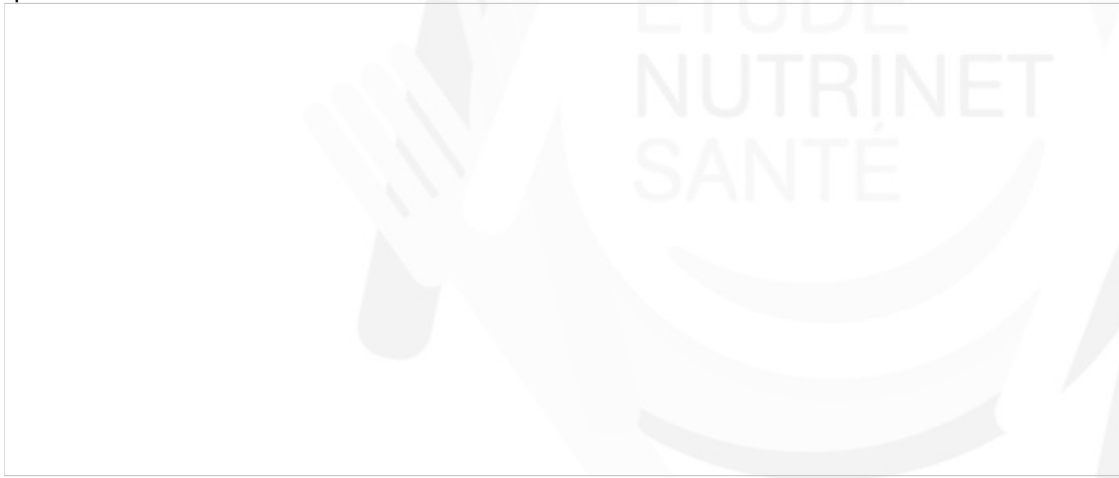
2/ Evaluer la quantité que vous avez consommée à chaque fois

- Pour la plupart des aliments, la portion unitaire est inscrite dans le tableau, par exemple : 1 tranche de jambon végétal. Si vous mangez du jambon végétal 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.
- La majorité des aliments sont emballés par portion. La quantité 1 correspond alors à la consommation de l'unité emballée.

Par exemple pour les burgers végétaux, steaks végétaux, galettes et autres aliments de ce type :



- Pour certains groupes d'aliments, il vous est demandé de choisir parmi les photos présentées la portion que vous consommez habituellement



Par exemple, quand vous mangez un burger végétal et qu'habituellement vous en consommez 150g vous sélectionnez la case E.

Attention ! Cette photo ne représente qu'un exemple pour les aliments de la famille concernée

Informations importantes

Ce questionnaire ne concerne PAS les aliments contenant de la chair animale (viande, poisson), mais bien uniquement des produits végétaux (ou avec des œufs et/ou du lait).

Contrairement aux enregistrements de 24h, ce questionnaire porte sur des habitudes alimentaires. Il est normal qu'il soit moins précis.

Ce questionnaire n'a reçu aucun financement privé pour son élaboration, comme pour l'intégralité des données issues de NutriNet-Santé, l'exploitation de ce questionnaire se fera également sans financement de la part d'un partenaire privé. Parfois des marques sont proposées pour donner des exemples pour une meilleure identification du produit nommé, et uniquement dans ce but.

Il est également important de noter que les termes steak, burger, beurre etc. peuvent être employés en toute légalité dans le cadre de nos activités de recherche. Il ne s'agit d'aucune manifestation d'une opinion sur ce sujet, mais le simple reflet des termes employés sur l'emballage de ces aliments.

Toutes les photos des produits emballés proviennent d'Open Food Facts sous Licence Creative Commons Attribution Share-Alike

voir : <https://fr.openfoodfacts.org/mentions-legales>

Merci de votre participation active à la recherche en santé et nutrition.

Généralités :

Je pratique une forme de végétarisme ou d'exclusion des produits animaux de mon alimentation (végétalisme, véganisme, ou autre) :

Oui Non

Si oui, depuis quelle année ?

Je me considère :

- J'exclus la viande mais pas le poisson (j'ai une alimentation pescovégétarien)
- J'exclus la viande et le poisson seulement mais ni les produits laitiers, ni les oeufs (j'ai une alimentation végétarienne)
- J'exclus tous les aliments et sous-produits issus des animaux de mon alimentation (j'ai une alimentation végétalienne)
- J'exclus tous les aliments issus des animaux de mon alimentation, les produits cosmétiques testés sur les animaux et les produits d'habillement utilisant des matériaux issus d'animaux (j'ai un mode de vie végane)

Classer la ou les raisons de ce choix d'alimentation de la plus importante 1 à la moins importante 8

1 - La raison la plus importante:

Voulez-vous classer une autre raison ?

Oui Non

2 : 2^e raison la plus importante

Voulez-vous classer une autre raison ?

Oui Non

3 : 3^e raison la plus importante

Voulez-vous classer une autre raison ?

Oui Non

4 : 4^e raison la plus importante

Voulez-vous classer une autre raison ?

Oui Non

5 : 5^e raison la plus importante

Voulez-vous classer une autre raison ?

Oui Non

6 : 6^e raison la plus importante

Choisissez...

Voulez-vous classer une autre raison ?

Oui Non

7 : 7^e raison la plus importante

Choisissez...

Voulez-vous classer une autre raison ?

Oui Non

8 - La raison la moins importante :

Choisissez...

Si non, j'ai diminué ma consommation de viande ou de produits animaux au cours des 5 dernières années :

Oui Non

J'ai volontairement réduit ma consommation de viande (je suis flexitarien ou flexitarienne) :

Oui Non

Légumineuses (autres que soja)

Prêtes à cuire ou sèche

ÉTUDE
NUTRINET
SANTÉ

ÉTUDE
NUTRINET

| | Nombre de prises | Fréquence |
|--|----------------------|--|
| Pois chiches | <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 |
| Haricot rouge | <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 |
| Lentilles vertes ou lentilles "classiques" | <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 |
| Lentilles jaunes | <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 |
| Lentilles corail | <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 |
| Pois cassés | <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 |
| Haricots blancs | <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 |
| Flageolets | <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 |
| Fèves | <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 |
| Lupin | <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 |
| Mélange de légumineuses | <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 |

Quand vous achetez des légumineuses, vous les achetez le plus souvent :

- Sèches
- Déjà trempées le plus souvent en pot
- Déjà trempées le plus souvent en conserve
- Déjà trempées autant en pot qu'en conserve
- Je ne consomme pas de légumineuses

Préparations/plats cuisinés prêts à cuire contenant des légumineuses, pâtes à base de légumineuses

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|---|----------------------|----------------------|--|
| Pâtes à base de légumineuses (ex : spaghetti à base de lentilles) | | <input type="text"/> | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Sachet mélange céréales et légumineuses à réchauffer type lentilles/blé, soja/boulghour, haricot/riz quinoa/pois/chiches etc. (type Bjorg, Carrefour, Soy...) | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |











Analogues de la viande et des produits de la mer

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

Galettes, burgers végétaux, steak végétaux, grill végétaux, galettes, croq, crousti végétal, palet ou pavé végétal

Burgers végétaux



















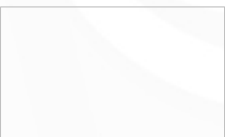

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|---|---|---|---|
| 1 burger à base de soja/tofu (type Cereal bio, Sojasun, Heura...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 burger à base de seitan (type Tossolia...) (Seitan : protéine de blé) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 burger à base de légumineuses (type Soto, Accro, Avenia...) (Légumineuses : haricot, lentilles, pois...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 burger à base de légumes (type La vie Claire...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 burger à base de blé (type Auchan, Tossolia...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

Steak, grill végétaux

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|---|------|------------------|---|
| 1 steak ou grill à base de soja/tofu (type La vie claire, Sojasun...) | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 steak ou grill à base de seitan (type Lima, Wheaty...) | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 steak ou grill à base de légumineuses (type Happyvore, Le gaulois...) | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

Galettes, carré, croq, pavés, palets végétaux

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|---|------|------------------|---|
| 1 galette à base de soja (type Biocoop, Carrefour, Sojasun...) | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 galette à base de légumineuses (type Bjorg, CéréAlpes...) <i>(Légumineuses : entilles corail, pois cassés, pois chiches)</i> | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 galette à base de seitan (type Bjorg, Cereal bio...) | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 galette à base de céréales (type CéréAlpes, Auchan, Biocoop...) <i>(Céréales : blé, boulghour, riz, avoine...)</i> | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 galette à base de légume | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

| | | | |
|--|---|---|---|
| 1 carré à base de fromage (type Garden gourmet...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par <input type="radio"/> mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 carré à base de seitan (type Cereal bio...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par <input type="radio"/> mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 croq soja/tofu (type Cereal bio, Carrefour, Le gaulois...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par <input type="radio"/> mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 croq seitan |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par <input type="radio"/> mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 pavé végétal à base de soja/tofu (type Bjorg...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par <input type="radio"/> mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 pavé végétal à base de céréales |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par <input type="radio"/> mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 pavé végétal à base de fromage |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par <input type="radio"/> mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 pavé végétal à base légumineuse |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par <input type="radio"/> mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 pavé végétal à base de légume |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par <input type="radio"/> mois <input type="radio"/> Par an |

| | | | |
|---------------------------------|--|---|---|
| 1 palet végétal (type Bjorg...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par <input type="radio"/> mois <input type="radio"/> Par an |
|---------------------------------|--|---|---|

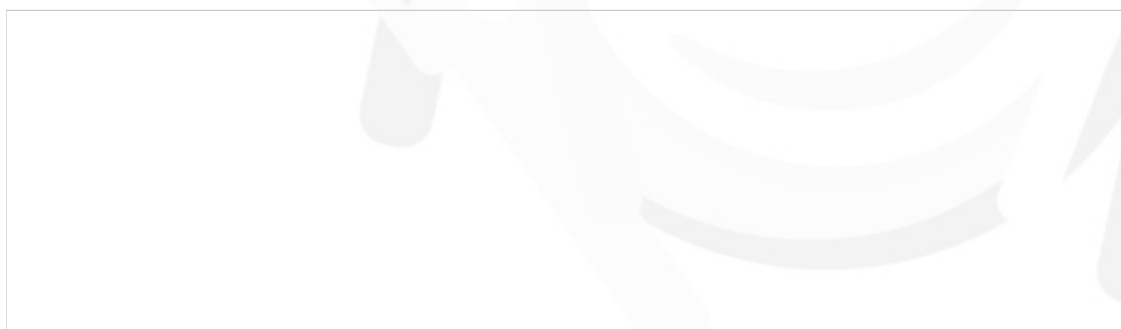
Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des burgers végétaux, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



- A B C D E F
 G Je ne consomme jamais des burgers végétaux

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des steak ou grill végétaux, en général, quelle

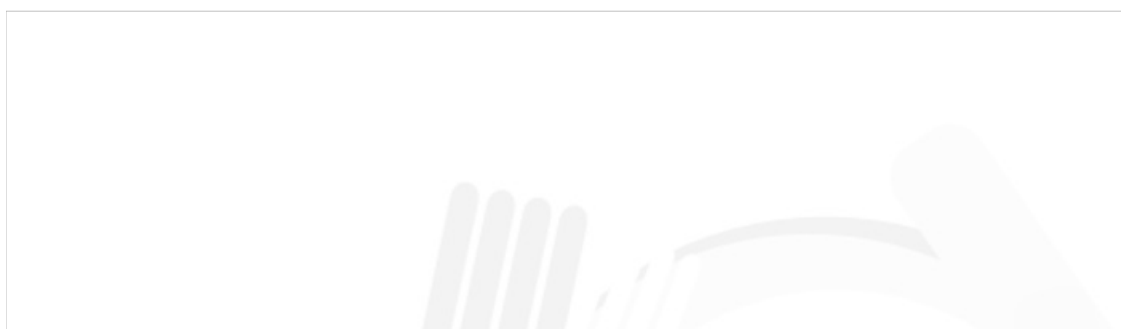
quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



- A B C D E F
 G Je ne consomme jamais de steak ou grill végétaux

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des des galettes, carrés, croq, pavés

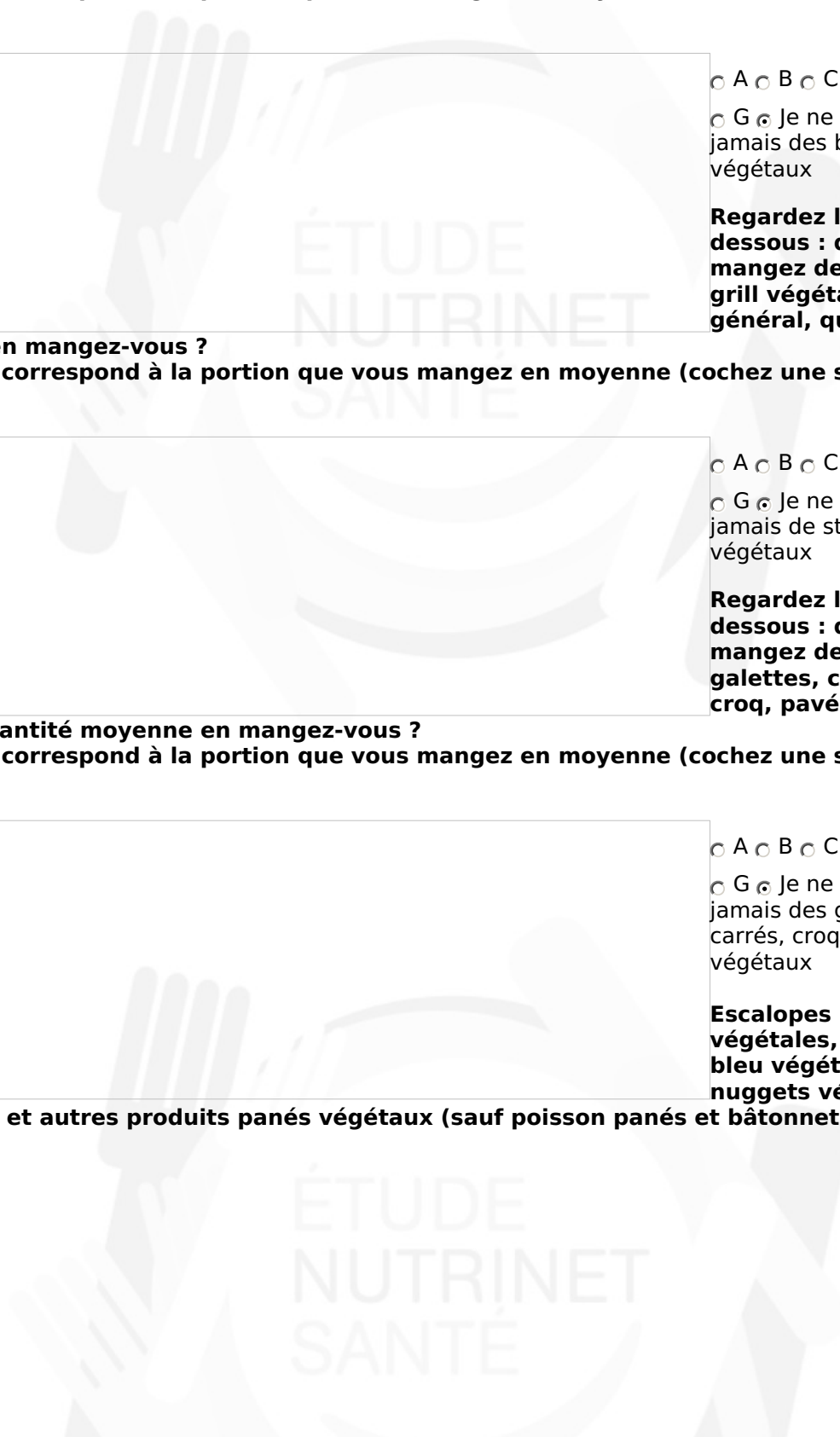
végétaux, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :













- A B C D E F
 G Je ne consomme jamais des galettes, carrés, croq, pavés végétaux

Escalopes panés végétales, cordons bleu végétaux, nuggets végétaux,

bouchées végétales et autres produits panés végétaux (sauf poisson panés et bâtonnets panés)



| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|---|---|---|---|
| 1 escalope panée végétale (type Heura ☐ ...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 cordon bleu végétal (type Kokiriki ☐, Le Gaulois ☐...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Nuggets végétaux (type Kokiriki ☐, Le Gaulois ☐, Garden Gourmet ☐...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Bouchées végétales (type Auchan ☐, Carrefour ☐...) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Panés (crousti, croustillants) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des escalopes végétales, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



- A B C D E F
 G Je ne consomme jamais d'escalopes végétales

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des cordons bleus végétaux, en général, quelle

quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



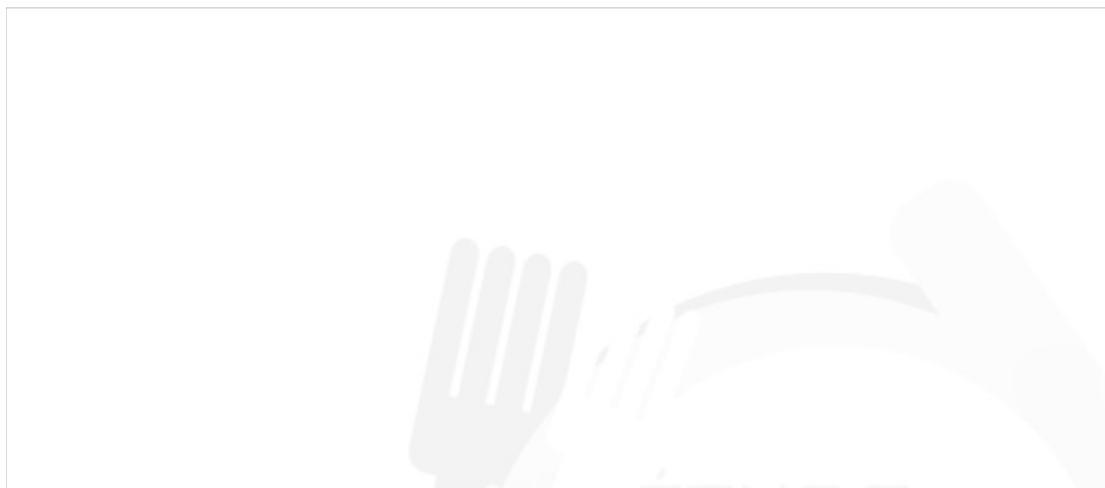
A B C D E F

G Je ne consomme jamais de cordons bleus végétaux

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des nuggets végétaux, en général, quelle

quantité moyenne en mangez-vous ?

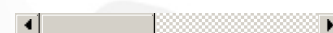
Cochez la lettre qui correspond à la quantité que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A B C D E Je ne consomme jamais de nuggets végétaux

Émincés, aiguillettes, lamelles, kebabs végétaux

| | Aide |
|---|----------------------|
| Emincés végétaux (type Bjorg[], Carrefour[]...) | <input type="text"/> |
| Aiguillettes végétales (type Heura[]) | <input type="text"/> |
| Lamelles (type Heura[]) | <input type="text"/> |
| Kebab (type Planted[]) | <input type="text"/> |



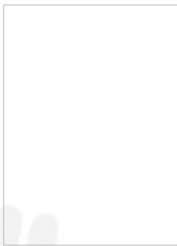



Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des émincés, aiguillettes, lamelles, kebabs végétaux, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :











A B C D E F G Je ne consomme jamais de Émincés, aiguillettes, lamelles, kebab végétaux

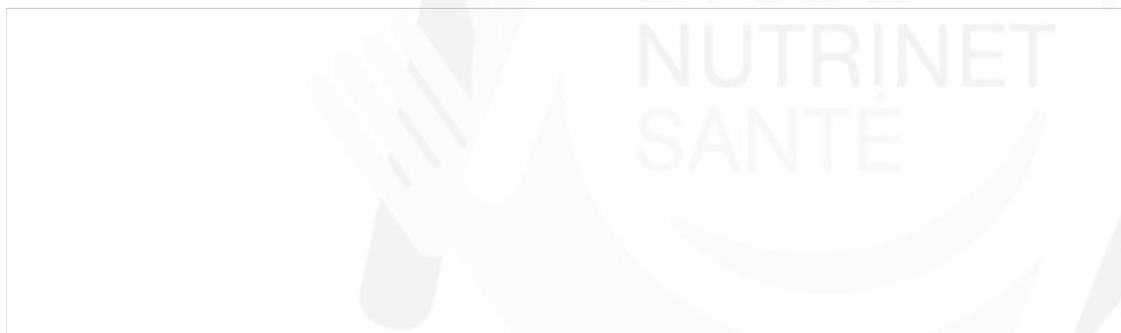
Effilochés, hachées végétaux

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|--|--|---|---|
| Effiloché végétal (type Planted [®]) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Haché végétal (type Happyvore [®]) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

Escalopes, filets, médaillons, sauté végétaux




| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|--|--|--|---|
| 1 escalope végétale (type Accro[], Bon et bio[]) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 filet végétal (type Taifun[]) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Médallions végétaux (type Ensemble[]) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Sauté végétal (type Ensemble[]) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des escalopes ou filets végétales, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



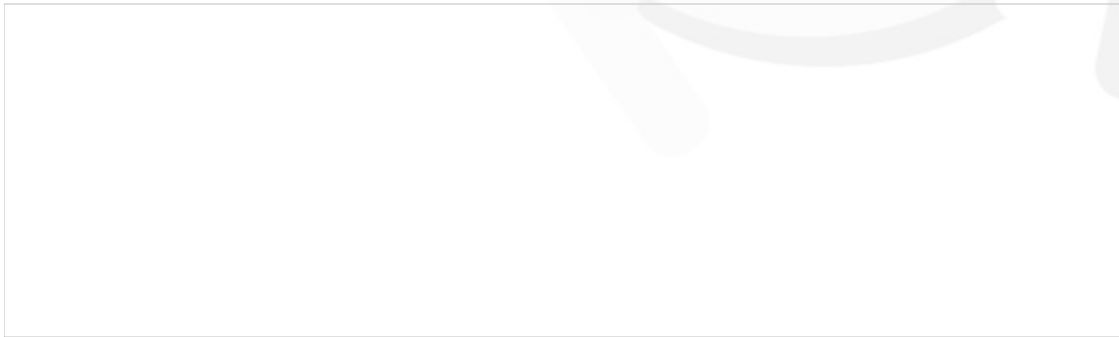
A B C D E F G Je ne consomme jamais d'escalopes ou de filets végétales

Rôti (Seitan, soja)

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|--|---|--|---|
| Roti seitan (type Fleury Michon [®]) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Roti soja (type Vegusto [®]) | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

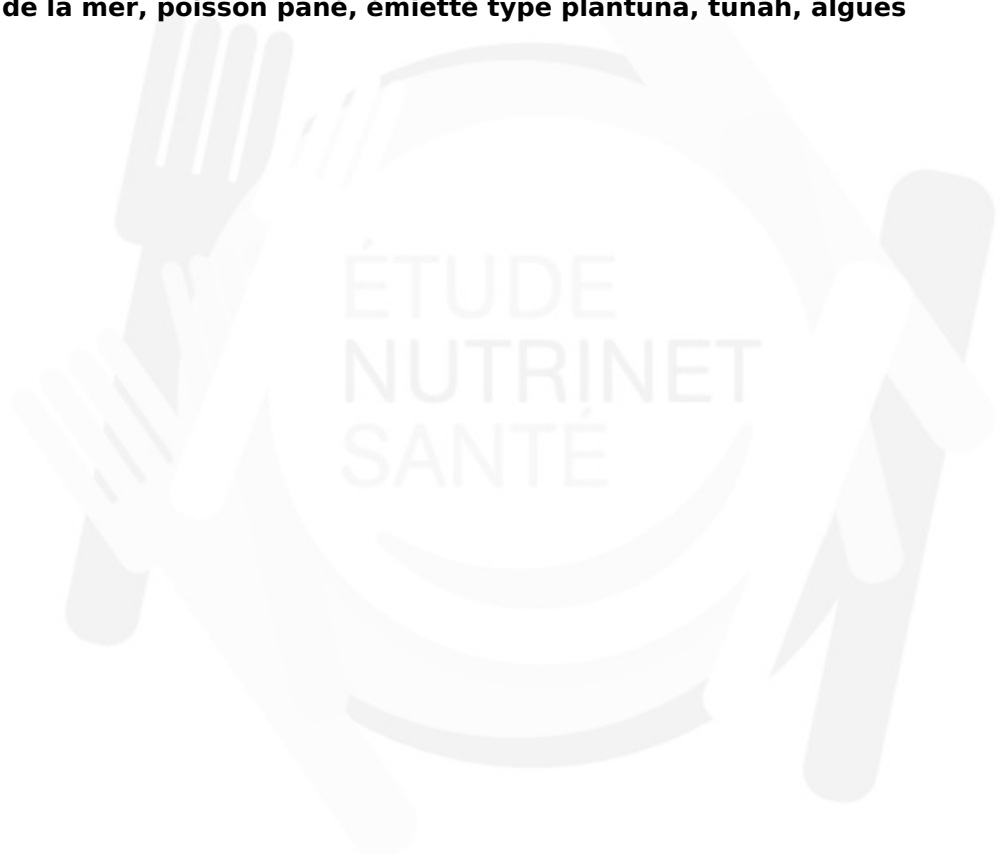
Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des rôtis végétaux, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A B C D E F G Je ne consomme jamais de rôtis végétaux

Analogues produits de la mer, poisson pané, émietté type plantuna, tunah, algues



| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|--|------|------------------|---|
| Emietté (type Unfished [®]) | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Poisson pané végétal (type Auchan [®]) | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Bâtonnet pané végétal (type Picard [®] , Heura [®]) | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Saumon végétal | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Quenelle végétale | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Crevettes végétales | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Homard végétal | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Tarama végétal | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Filet de poisson végétal | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des poissons panés végétaux, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion de poissons panés végétaux que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :

- A B C D E F
 G Je ne consomme jamais de rôtis végétaux

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des bâtonnets végétaux, en général, quelle

quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion des bâtonnets végétaux que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :

- A B C D E F
 G Je ne consomme jamais de bâtonnets végétaux

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez du saumon végétal, en général, quelle

moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion de saumon végétal que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :

- A B C D E F G Je ne consomme jamais de saumon végétal

Analogues charcuterie

Saucisses et saucissons végétaux : knackis, chipolatas, merguez, boudins, autres types de saucisses

| | Nombre de prises | Fréquence |
|---|----------------------|---|
| 1 saucisses, knackis ou chipolatas végétales (type Heura□, Happyvore□...) | <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 |
| 1 mini saucisse végétale (type Wheaty□) | <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 |
| 1 merguez végétale (type Heure□, Happyvore□) | <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 |
| 1 chorizo, Fuet, Morcilla végétaux (type Rollito Vegano) | <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 |

Pâté, rillettes, foie gras (faux gras)

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|--|------|----------------------|---|
| Pâté végétal (type Bjorg) | | <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 |
| Rillettes végétales (type La végétale) | | <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 |
| Foie gras ou faux gras (type Gaia, Picard) | | <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 |

Si vous avez coché saucisse végétale :

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des saucisses et merguez végétales, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez (cochez une seule case) :

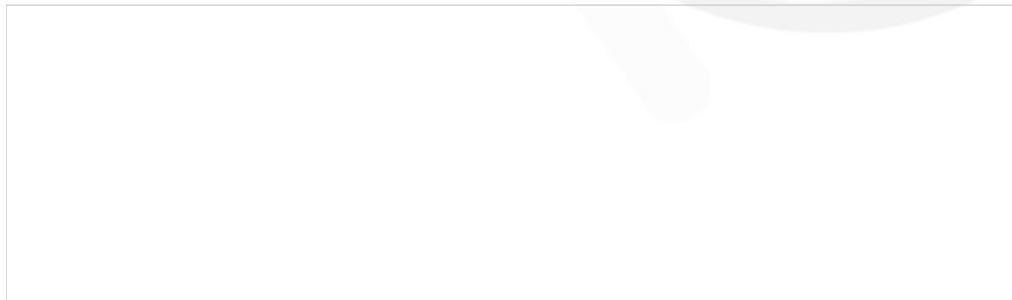


- A B C D E F
 G Je ne consomme jamais de saucisse ou merguez végétale

Si vous avez coché pâté végétal ou rillettes végétales et/ou foie gras végétal :

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

Cochez la lettre qui correspond à la portion de pâté ou de rillettes végétales que vous mangez (cochez une seule case) :



- A B C D E F G Je ne consomme jamais de pâté végétal ou de rillettes végétales ou de foie gras végétal

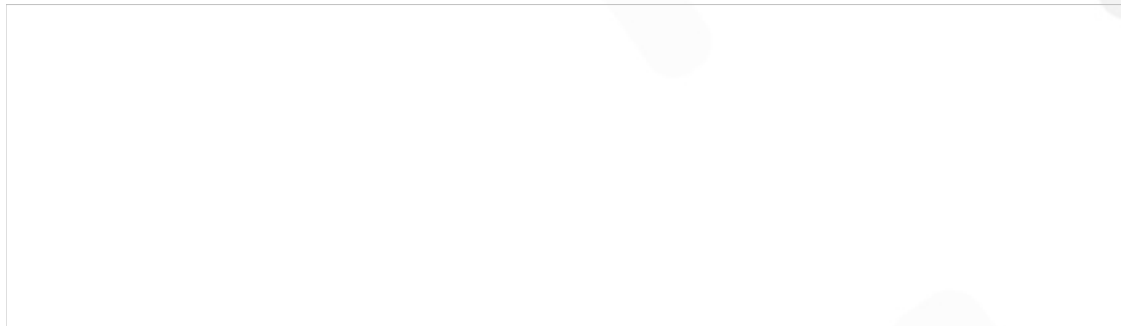
Bacon, allumettes, lardons

| | Nombre de prises | Fréquence |
|---|----------------------|---|
| 1 tranche de bacon (type La vie) | <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 |
| Lardons ou allumettes végétaux (type La vie, Happyvore) | <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 |

Si vous avez coché lardons ou allumettes végétales :

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des lardons végétaux, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion de lardons végétaux que vous mangez (cochez une seule case) :



- A B C D E F
 G Je ne consomme jamais de lardons végétaux

Si vous avez coché bacon végétal :

Regardez la photo ci-dessous : quand vous

mangez de bacon végétal, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion de bacon végétal que vous mangez (cochez une seule case) :



- A B C D E F G Je ne consomme jamais de bacon végétal

Boulettes, brochettes, kefta végétales

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|------------------------------------|----------------------|----------------------|---|
| Boulettes (type Accro[], Auchan[]) | | <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 |
| Brochettes (type Picard[]) | | <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 |
| Kefta | <input type="text"/> | <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 |

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

Cochez la lettre qui correspond à la portion de boulettes que vous mangez (cochez une seule case) :





A B C D E F

G Je ne consomme jamais de boulettes

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

Cochez la lettre qui correspond à la portion de kefta que vous mangez (cochez une seule case) :

Empty box for marking the answer to the kefta question.

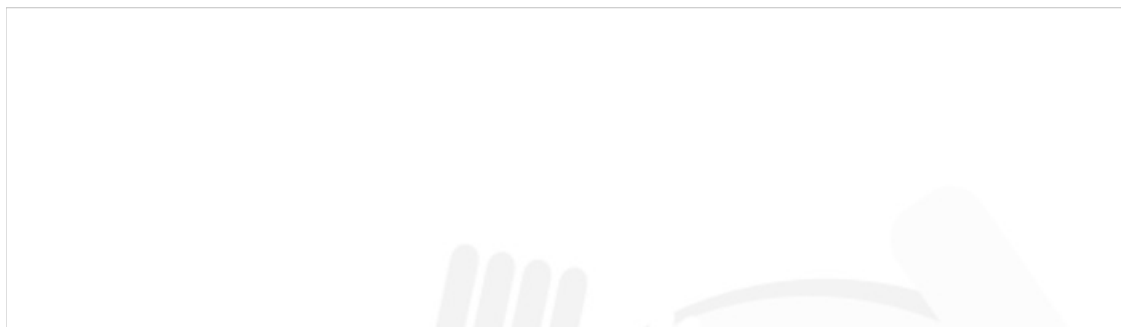
A B C D E F G Je ne consomme jamais de kefta

Tranches végétales (jambon, salamis, seitan ex: wheaty, La Vie, Mopure, Tartex, Fleury michon)

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|-----------------------------------|------|------------------|---|
| 1 tranche de jambon (type La vie) | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 tranche de salamis | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 tranche de seitan (type Wheaty) | | | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

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

Cochez la lettre qui correspond à la portion de salami que vous mangez (cochez une seule case) :



A B C D E F

G Je ne consomme jamais de salami végétal

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des tranches de seitan, en général, quelle



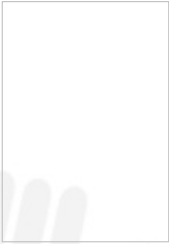





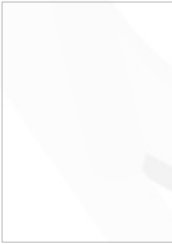

quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez (cochez une seule case) :

A B C D E F
 G Je ne consomme
jamais de tranche de
seitan

**Tofu, Protéines
de soja en grains
(ou soja texturé),
morceaux, Seitan,**

Tempeh, Falafels

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|---|---|---|---|
| 1 bloc de tofu nature ou fumé (type Bjorg) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Protéines de soja texturées en grains, morceaux |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 Seitan |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| 1 Tempeh |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Falafels |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

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

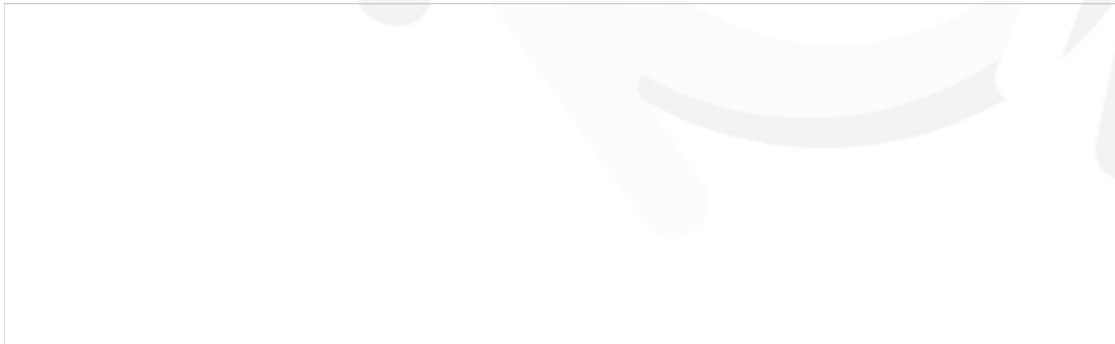
Cochez la lettre qui correspond à la quantité que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A B C D E Je ne consomme jamais de tofu

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des protéines de soja texturé, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la quantité que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A B C D E F G Je ne consomme jamais de protéines de soja texturé

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


Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez (cochez une seule case) :



A B C D E Je ne consomme jamais de seitan

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

Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez (cochez une seule case) :



ÉTUDE
NUTRINET
SANTÉ

A B C D E Je ne consomme jamais de tempeh

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

Cochez la lettre qui correspond à la portion que vous mangez (cochez une seule case) :

A B C D E F G Je ne consomme jamais de falafels

Produits "laitiers" végétaux

Boissons ou "lairs" végétaux



ÉTUDE
NUTRINET
SANTÉ

| | L'emballage indique «enrichis en calcium» | Nombre de prises | Fréquence |
|--|--|----------------------|---|
| 1 bol de boisson à l'avoine (type Alpro, Bjorg) | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Je ne sais pas | <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 |
| 1 bol de boisson au soja | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Je ne sais pas | <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 |
| 1 bol de boisson amande | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Je ne sais pas | <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 |
| 1 bol de boisson noix de cajou, noix, noisette, sésame | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Je ne sais pas | <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 |
| 1 bol de boisson au riz | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Je ne sais pas | <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 |
| 1 bol de boisson à la coco | <input type="radio"/> Oui <input type="radio"/> Non <input type="radio"/> Je ne sais pas | <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 |

Regardez la photo ci-dessous : quand vous buvez une boisson végétale, quel contenant correspond à la quantité que vous buvez ?

A B C D 242
 243 244 Je ne consomme jamais de boisson végétale

Brassés, yaourts, à la grecque, skyr, onctueux, sojades végétaux

| | Aide |
|---|---|
| Brassé ou onctueux nature au lait soja (type Andros, Leclerc, Sojade) | <input style="width: 100%; height: 100%;" type="text"/> |
| Brassé ou onctueux au lait soja aux fruits | <input style="width: 100%; height: 100%;" type="text"/> |



| | |
|--|--------------------------|
| Brassé ou onctueux nature au lait de coco | |
| Brassé ou onctueux au lait de coco aux fruits | <input type="checkbox"/> |
| Brassé ou onctueux nature au lait de riz | |
| Brassé ou onctueux au lait de riz aux fruits | |
| Yaourt nature au soja (type Alpro [®]) | <input type="checkbox"/> |
| Yaourt au soja aux fruits | |
| Yaourt nature à base au lait de coco | |
| | |

| | |
|--|---|
| Yaourt au lait de coco aux fruits | |
| Yaourt nature au lait de riz | |
| Yaourt au lait de riz aux fruits | |
| Skyr nature (type Alpro [®]) | <input data-bbox="1422 869 1519 1111" type="text"/> |
| Skyr aux fruits | |



Dessert (riz au lait, mousse au chocolat, crème dessert, liégeois, glace)



| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|--|------|--------------------------|---|
| Riz au lait de coco | | <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 |
| Mousse au chocolat végétale | | <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 |
| Crème dessert végétale, liégeois (type Sojade [®]) | | <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 |
| Glace végétale (sans 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 |

Crèmes fraîches végétales (utilisées pour cuisiner)

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|---|------|--------------------------|---|
| À base de coco (type Bjorg [®] , Carrefour [®]) | | <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 |
| À base de soja (type Bjorg [®] , Carrefour [®]) | | <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 |
| À base de riz (type Bjorg [®] , Carrefour [®]) | | <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 |
| À base d'avoine (type Bjorg [®] , Carrefour [®]) | | <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 |

Faux-mage ou fromage végétal entier ou morceaux (type camembert, bleu, cheddar, emmental, mozza)



| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|--|------|--------------------------|---|
| Forme carré ou rond type Camembert (type Les nouveaux affineurs[]) | | <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 |
| Forme allongé type bûche | | <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 |
| Bleu | | <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 |
| Cheddar | | <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 |
| Emmental | | <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 |
| Mozzarella | | <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 |
| Râpé à base de lait de soja | | <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 |
| Râpé à base de lait de coco | | <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 |

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

Cochez la lettre qui correspond à la portion de fromage que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A B C D E F G Je ne consomme jamais de fromage végétal

Tartinable (type beurre, margarine, fromage) végétal

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|--|------|--------------------------|---|
| Beurre végétal doux (type Flora[]) | | <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 |
| Beurre végétal demi sel (type Flora[]) | | <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 |

| | | |
|--|--------------------------|--|
| Margarine (type Fruit d'or Flora, Vitaquell) | <input type="checkbox"/> | <input type="radio"/> Jamai <input type="radio"/> Par jo <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par moi <input type="radio"/> Par a |
| Margarine demi sel | <input type="checkbox"/> | <input type="radio"/> Jamai <input type="radio"/> Par jo <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par moi <input type="radio"/> Par a |
| Tartinable | <input type="checkbox"/> | <input type="radio"/> Jamai <input type="radio"/> Par jo <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par moi <input type="radio"/> Par a |



Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez du beurre ou de la margarine végétale, en générale, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion de beurre ou de margarine végétale que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



- A B C D E F
 G Je ne consomme jamais de beurre végétal ou de margarine végétale

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez du beurre ou de la margarine végétale, en général, quelle épaisseur

moyenne en mangez-vous ?

Cochez la lettre qui correspond à la portion de fromage que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



ÉTUDE
NUTRINET
SANTÉ

A B C D E Je ne consomme jamais de beurre végétal ou de margarine végétale

Plats cuisinés emballés, prêt à consommer du commerce à base d'analogue de la viande (non cuisinés chez soi)



ÉTUDE
NUTRINET
SANTÉ

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|---|------|--------------------------|---|
| Couscous végétarien | | <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 |
| Hachis Parmentier végétarien | | <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 |
| Lasagnes végétales | | <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 |
| Chili sin carne, chili 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 |
| Ravioli 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 |
| Tajine | | <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 |
| Sandwich végétal (type La Vie) | | <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 |
| Moussaka | | <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 |
| Pizza végétalienne (avec fauxmages et/ou analogues charcuterie) | | <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 |

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez du couscous végétal, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion de couscous végétal que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



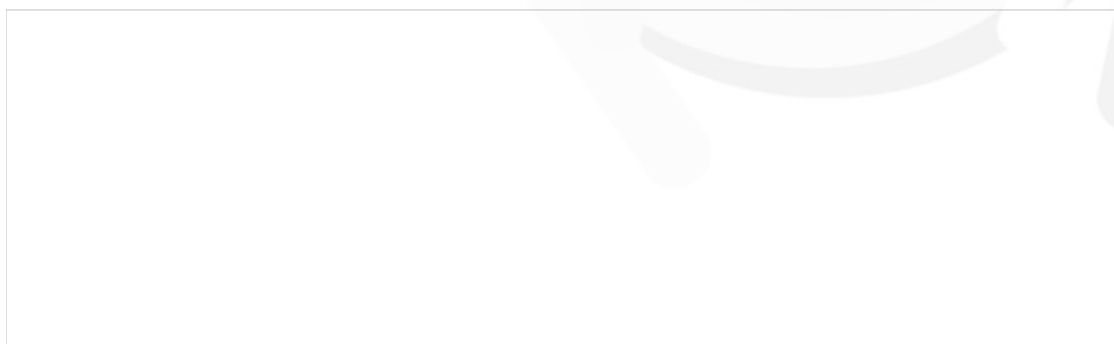
A B C Je ne consomme jamais de couscous végétal

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez hachis parmentier végétarien, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion de hachis parmentier végétarien que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A B C D E Je ne consomme jamais de hachis parmentier végétarien

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez des raviolis végétaux, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion de raviolis végétaux que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A B C D E F G Je ne consomme jamais de rôtis végétaux

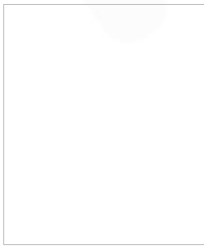







Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez de la moussaka végétale, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion de moussaka végétale que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A B C D E F G Je ne consomme jamais de moussaka végétale

Algues, condiments et sauces, autres






Algues

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|---|--|---|--|
| Tartare d'algues (type Algues Marinoë[]) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Paillettes ou salade algues séchées |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Feuilles séchées |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Haricot d'algue en saumure (type Marinoë[]) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |







Condiments / sauces

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|---|------|---|---|
| Levure nature ou maltée | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Mayonnaise végétale, Veganaise | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Bolognaise végétale | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Sauces pesto végétales (version végane sans fromage animale) (type Barilla, Carrefour...) | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

Analogues des œufs

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|-----------------------|---|--|---|
| Blanc (type Yumgo) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Jaune (type Yumgo) |  |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Entier (type Papondu) | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

Autres (protéines en poudre, houmous, pâtes d'arachides, pâtes à tartiner)

| | Aide | Nombre de prises | Fréquence |
|--|------|---|---|
| Protéines en poudre | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Houmous de pois chiche | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Pâtes d'arachides | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Pâtes à tartiner chocolat noisettes végétale | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Amande à tartiner | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |
| Tahini | |  | <input type="radio"/> Jamais <input type="radio"/> Par jour <input type="radio"/> Par semaine <input type="radio"/> Par mois <input type="radio"/> Par an |

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez du houmous, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion de houmous que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A B C D E F G Je ne consomme jamais de houmous

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez de la pâte d'arachides, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion de pâte d'arachides que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A (cuillère à café) B (cuillère à soupe) Je ne consomme jamais de pâte d'arachides

Regardez la photo ci-dessous : quand vous mangez de pâte à tartiner chocolat noisette végétale, en général, quelle quantité moyenne en mangez-vous ?
Cochez la lettre qui correspond à la portion de pâte à tartiner chocolat noisette végétale que vous mangez en moyenne (cochez une seule case) :



A (cuillère à café) B (cuillère à soupe) Je ne consomme jamais de pâte à tartiner chocolat noisette végétale

Pratiques culinaires et accessibilité des produits

Au cours d'une semaine ordinaire, combien de fois cuisinez-vous ?
Y compris le fait de préparer un plat froid ou de réchauffer un plat préparé

- Tous les jours, deux fois par jour ou plus
- Tous les jours, une fois par jour
- Plusieurs fois par semaine mais pas tous les jours
- Une fois par semaine
- Moins d'une fois par semaine
- Jamais

Combien de temps consacrez-vous habituellement à la préparation d'un repas ?
Y compris le fait de préparer un plat froid ou de réchauffer un plat préparé

- Moins de 15 minutes
- Entre 15 et 30 minutes
- Entre 30 et 45 minutes
- Entre 45 minutes et 1 heure
- Plus d'1 heure

Comment estimez-vous la disponibilité des produits végétaux analogues de la viande ?

- Très bonne : je trouve ces produits dans tous les magasins où je fais mes courses et à chaque fois
- Bonne : je trouve ces produits régulièrement dans les magasins mais pas dans tous et/ou pas tout le temps
- Moyenne : je trouve ces produits uniquement dans des magasins spécialisés
- Faible : je trouve ces produits difficilement
- Inexistante ou presque : je ne trouve ces produits que rarement
- Je les achète principalement en ligne (internet)
- Je ne sais pas (je n'achète pas ce type de produit)

Quelles sont les 2 marques que vous achetez le plus souvent :

Marque 1 :

Marque 2 :

Comment estimez-vous la disponibilité des produits végétaux analogues du poisson ?

- Très bonne : je trouve ces produits dans tous les magasins où je fais mes courses et à chaque fois
- Bonne : je trouve ces produits régulièrement dans les magasins mais pas dans tous et/ou pas tout le temps

- Moyenne : je trouve ces produits uniquement dans des magasins spécialisés
- Faible : je trouve ces produits difficilement
- Inexistante ou presque : je ne trouve ces produits que rarement
- Je les achète principalement en ligne (internet)
- Je ne sais pas (je n'achète pas ce type de produit)

Quelles sont les 2 marques que vous achetez le plus souvent :

Marque 1 :

Marque 2 :

Comment estimez-vous la disponibilité des produits végétaux analogues de la charcuterie ?

- Très bonne : je trouve ces produits dans tous les magasins où je fais mes courses et à chaque fois
- Bonne : je trouve ces produits régulièrement dans les magasins mais pas dans tous et/ou pas tout le temps
- Moyenne : je trouve ces produits uniquement dans des magasins spécialisés
- Faible : je trouve ces produits difficilement
- Inexistante ou presque : je ne trouve ces produits que rarement
- Je les achète principalement en ligne (internet)
- Je ne sais pas (je n'achète pas ce type de produit)

Quelles sont les 2 marques que vous achetez le plus souvent :

Marque 1 :

Marque 2 :

Comment estimez-vous la disponibilité des produits végétaux analogues des fromages ?

- Très bonne : je trouve ces produits dans tous les magasins où je fais mes courses et à chaque fois
- Bonne : je trouve ces produits régulièrement dans les magasins mais pas dans tous et/ou pas tout le temps
- Moyenne : je trouve ces produits uniquement dans des magasins spécialisés
- Faible : je trouve ces produits difficilement
- Inexistante ou presque : je ne trouve ces produits que rarement
- Je les achète principalement en ligne (internet)

Je ne sais pas (je n'achète pas ce type de produit)

Quelles sont les 2 marques que vous achetez le plus souvent :

Marque 1 :

Choisissez...

Marque 2 :

Choisissez...

Comment estimez-vous la disponibilité des produits végétaux analogues des boissons type laitier végétal ?

- Très bonne : je trouve ces produits dans tous les magasins où je fais mes courses et à chaque fois
- Bonne : je trouve ces produits régulièrement dans les magasins mais pas dans tous et/ou pas tout le temps
- Moyenne : je trouve ces produits uniquement dans des magasins spécialisés
- Faible : je trouve ces produits difficilement
- Inexistante ou presque : je ne trouve ces produits que rarement
- Je les achète principalement en ligne (internet)
- Je ne sais pas (je n'achète pas ce type de produit)

Quelles sont les 2 marques que vous achetez le plus souvent :

Marque 1 :

Choisissez...

Marque 2 :

Choisissez...

Commentaires (facultatifs)

Commentaires (Nombre de caractères restants : 150)