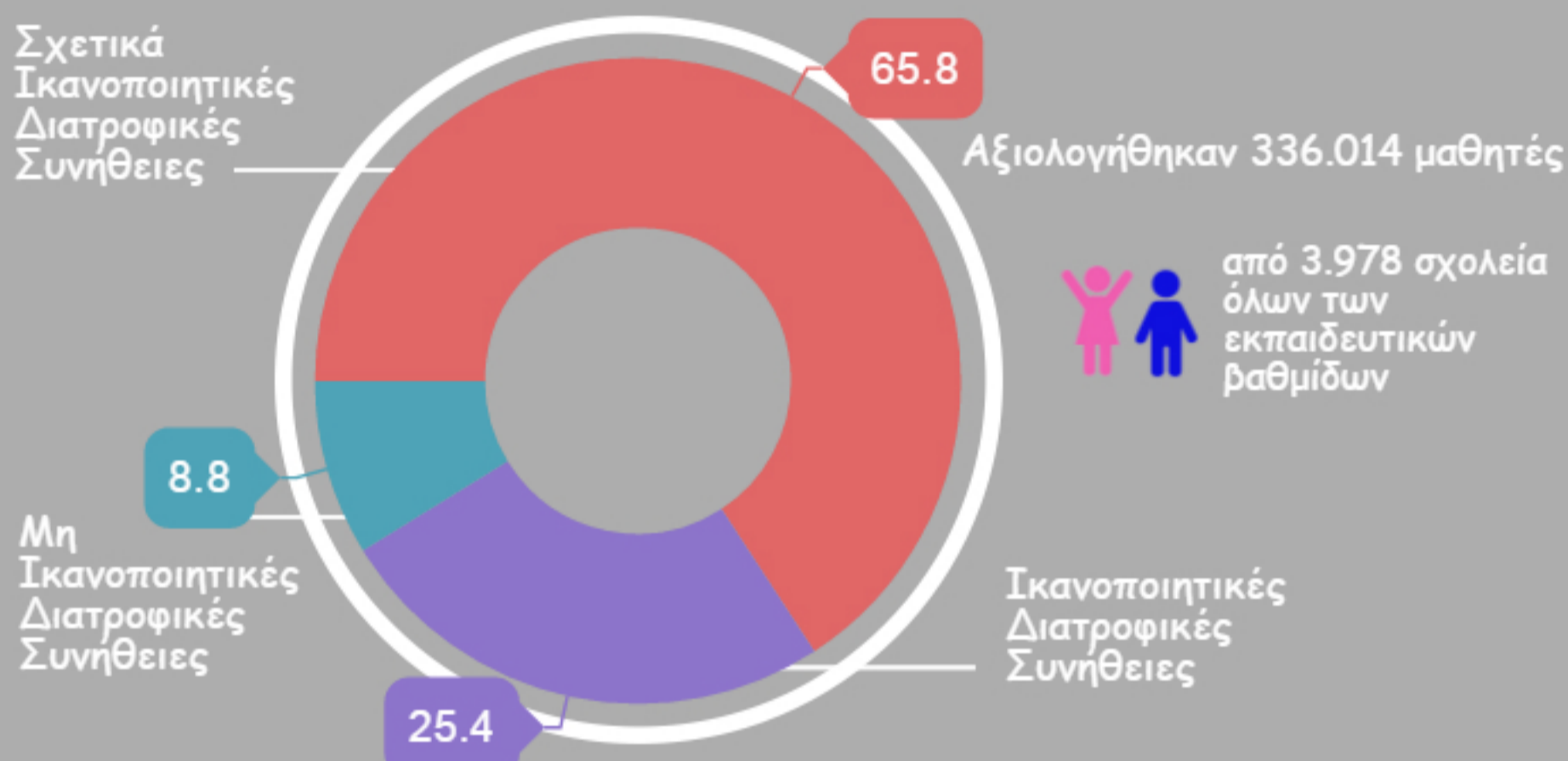
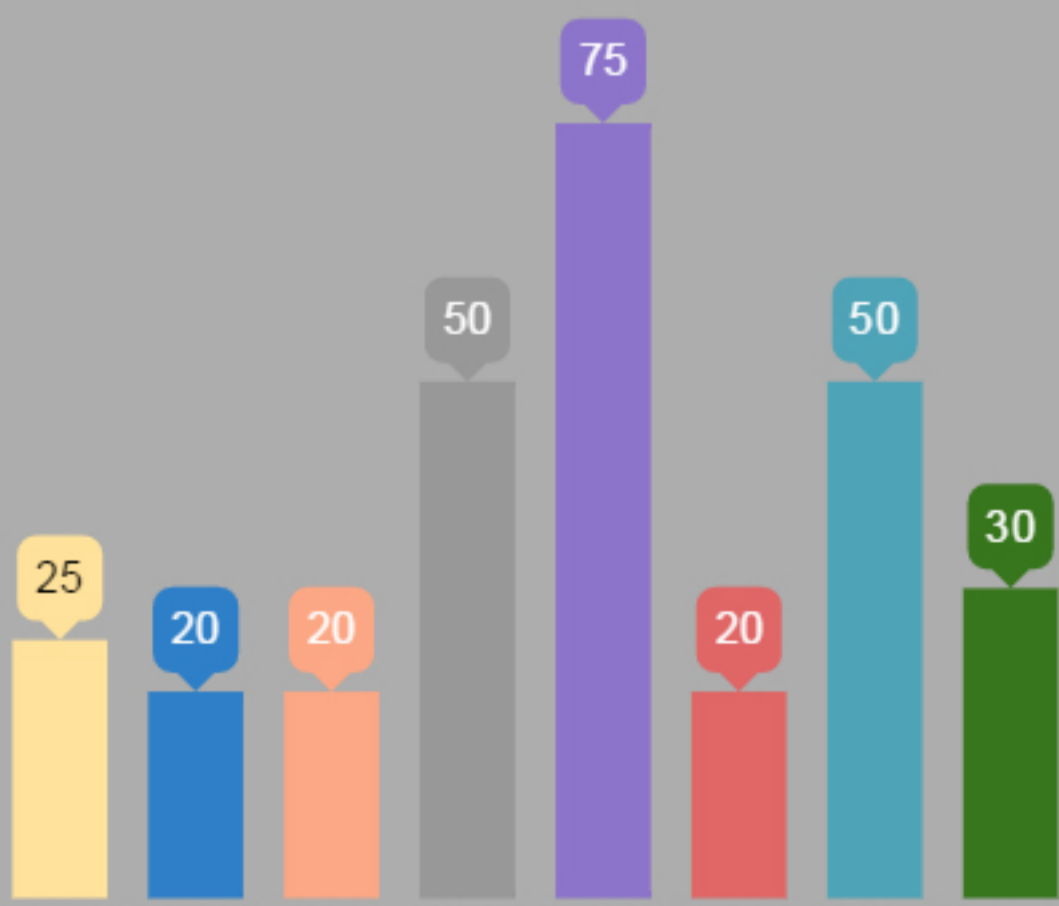


ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΣΥΝΗΘΕΙΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ ΚΑΤΑ ΤΟ ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2014-2015

Διατροφικές Συνήθειες Μαθητών 2014-15 (% μαθητών)



Επιμέρους Διατροφικά Αποτελέσματα (% μαθητών)



- 📍 Παράλειψη κατανάλωσης πρωινού γεύματος
- 📍 Κατανάλωση φαγητών τύπου φαστ φουντ περισσότερο από 1 φορά / εβδομάδα
- 📍 Καθημερινή κατανάλωση γλυκών (γλυκά, σοκολάτες, καραμέλες)
- 📍 Κατανάλωση λιγότερο από 2 φρούτα μέσα στην ημέρα
- 📍 Κατανάλωση λιγότερο από 2 μερίδες λαχανικών (ωμών ή βραστών) την ημέρα
- 📍 Κατανάλωση λιγότερο από 2-3 μερίδες γαλακτοκομικών προϊόντων την ημέρα
- 📍 Κατανάλωση ψαριών πιο σπάνια από 2-3 φορές / εβδομάδα
- 📍 Κατανάλωση οσπρίων πιο σπάνια από 1 φορά / εβδομάδα

Η αξιολόγηση πραγματοποιήθηκε με βάση το σταθμισμένο διεθνώς αποδεκτό επιστημονικό εργαλείο εκτίμησης του βαθμού υιοθέτησης των μεσογειακών συνηθειών διατροφής: KIDMED.