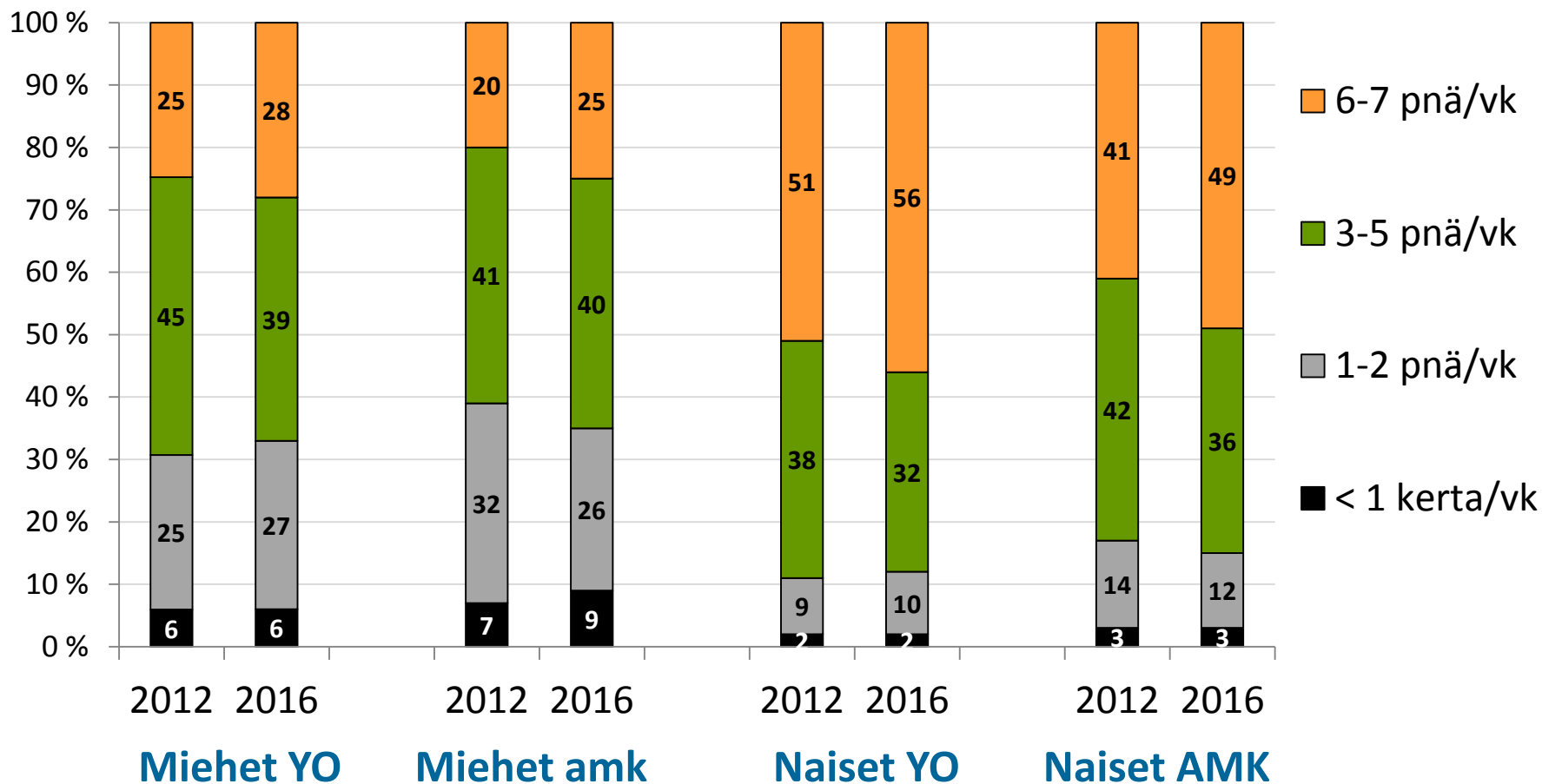


# KASVISTEN SYÖMINEN 2012-2016

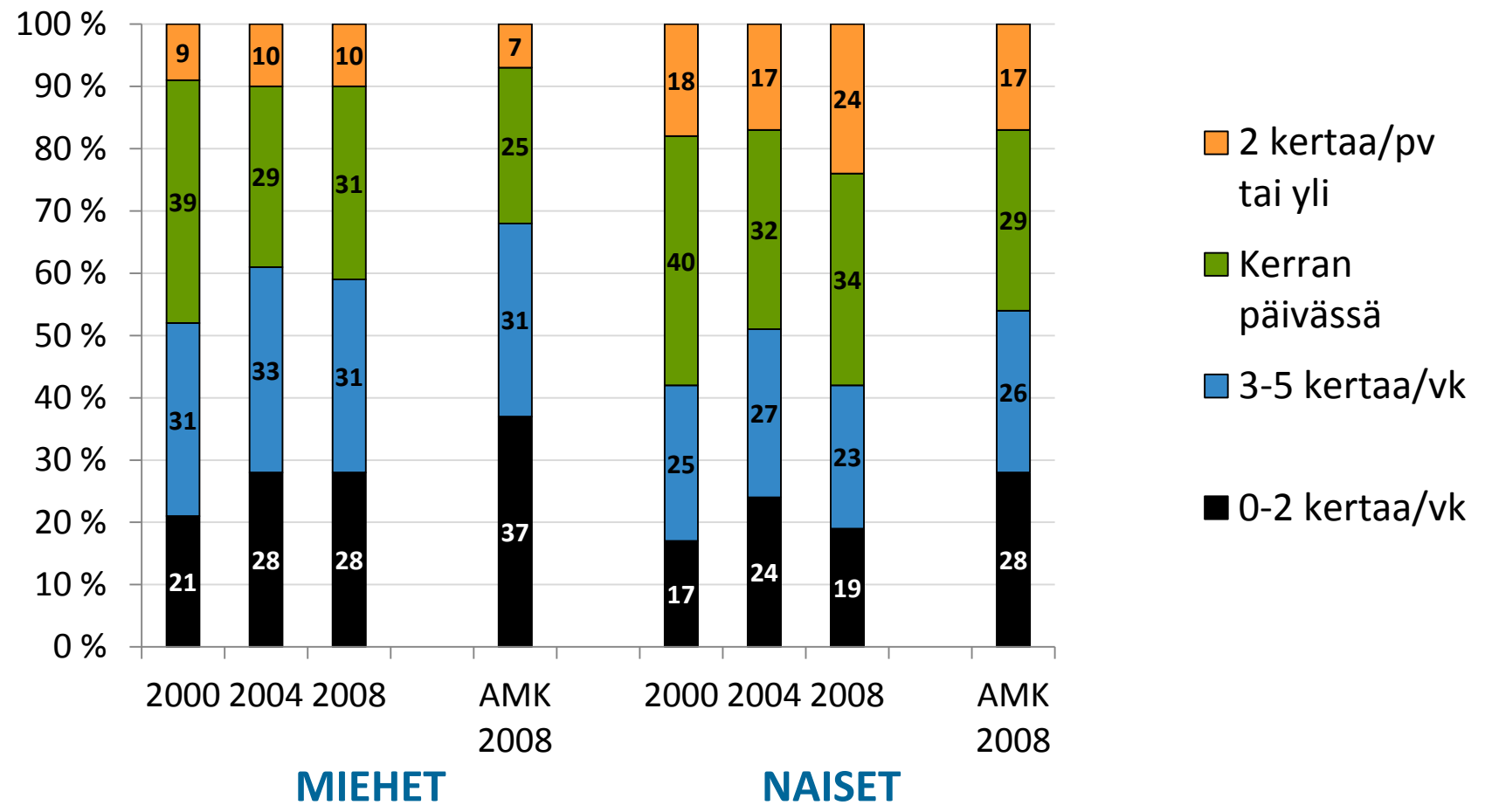
(kerta viikossa) (% , yo, amk)

OPISKELIJAN PAREMPAA TERVEYTTÄ



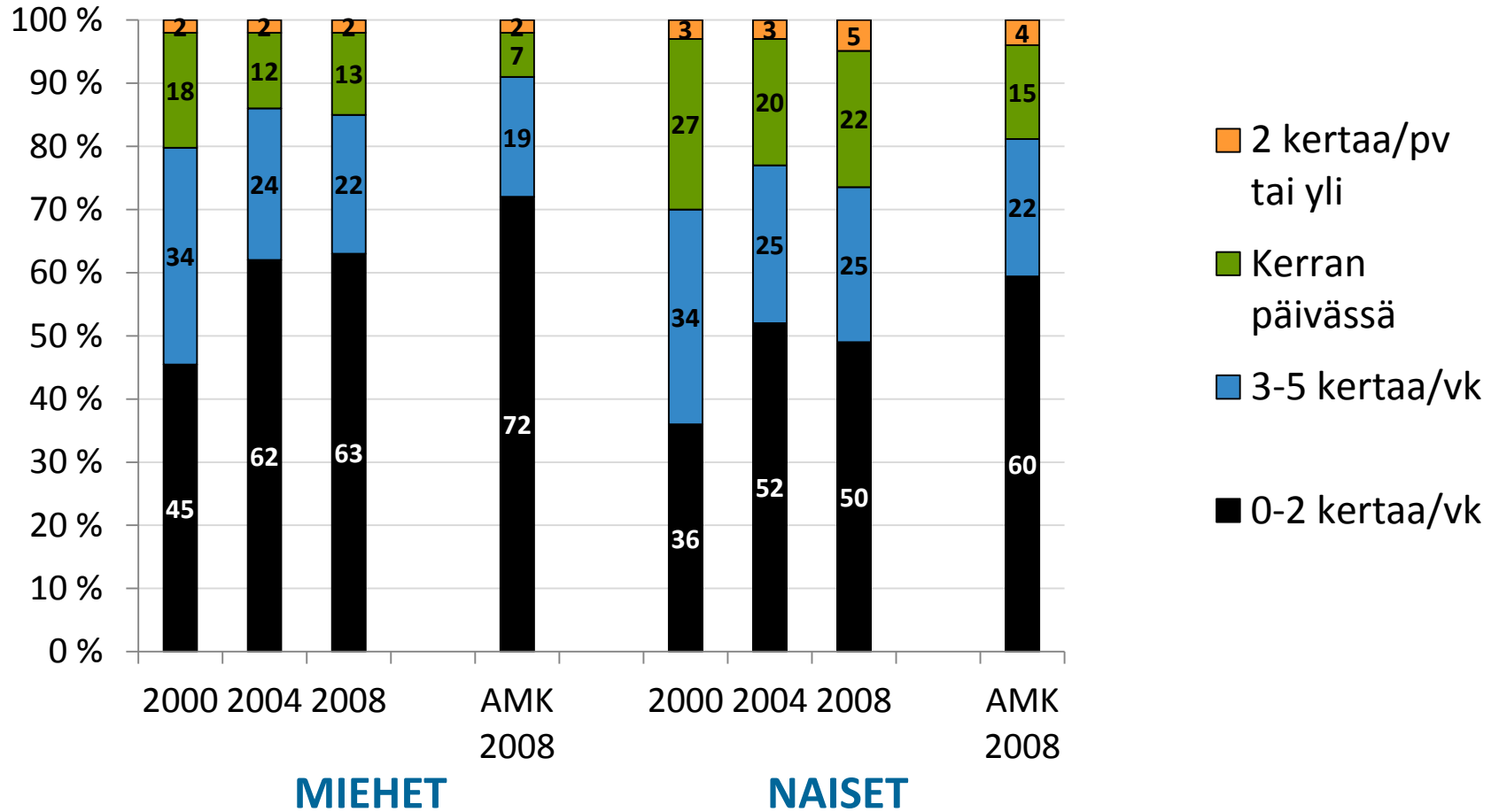
# TUOREIDEN KASVISTEN SYÖMINEN 2000-2008

(Pieni kysymysmuotoilun muutos v. 2004)



# KYPSENNETTYJEN KASVISTEN SYÖNTI 2000-2008

(Pieni kysymysmuotoilun muutos v. 2004)



# KYSYMYS vuonna 2000

Miten usein yleensä syöt seuraavia? (Vastaa jokaiseen kohtaan.)

	2 kertaa viikossa tai harvemmin	3-5 kertaa viikossa	noin kerran päivässä	2 kertaa päivässä	3 kertaa päivässä tai useammin
hedelmiä tai marjoja	0	1	2	3	4
tuoreita kasviksia	0	1	2	3	4
kypsennettyjä kasviksia	0	1	2	3	4
keitettyjä perunoita	0	1	2	3	4
riisiä / pastaa	0	1	2	3	4

# KYSYMYS vuosina 2004 ja 2008

Kuinka usein viimeksi kuluneen viikon (7 pv) aikana söit seuraavia? **(Vastaa jokaiseen kohtaan.)**

	en kertaakaan	1-2 päivänä	3-5 päivänä	noin kerran päivässä	2 kertaa päivässä	3 kertaa päivässä tai useammin
hedelmiä tai marjoja	0	1	2	3	4	5
tuoreita kasviksia	0	1	2	3	4	5
kypsennettyjä kasviksia (ei perunaa)	0	1	2	3	4	5
puuroa, myslä, muroja	0	1	2	3	4	5
jogurttia tai viiliä (1,5-2 dl annoksia)	0	1	2	3	4	5
jäätelöä	0	1	2	3	4	5
makeisia, suklaata	0	1	2	3	4	5
sokeroituja juomia	0	1	2	3	4	5
makeita leivonnaisia	0	1	2	3	4	5
ranskanperunoita	0	1	2	3	4	5
perunalastuja tms.	0	1	2	3	4	5
juustoa	0	1	2	3	4	5
pizzaa	0	1	2	3	4	5

# KYSYMYS vuosina 2012 ja 2016

## 46. Kuinka monena päivänä viikossa...?

syöt täysjyväviljavalmisteita (esim. leipä, puuro, myslit)

syöt kalaa

nautit nestemäisiä maitovalmisteita (esim. maito, piimä, maitojuoma, jogurtti, viili)

**syöt kasviksia (ei perunaa)**

**syöt hedelmiä tai marjoja**

juot hedelmä- ja marjamehuja

juot sokeria sisältäviä virvoitusjuomia (myös energijuomat)

syöt makeisia (myös suklaata)

jätät lounaan tai päivällisen väliin kiireen tai muun syyn takia

0 = harvemmin kuin kerran viikossa, 7= joka päivä

0	1	2	3	4	5	6	7
0	1	2	3	4	5	6	7
0	1	2	3	4	5	6	7
0	1	2	3	4	5	6	7
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
0	1	2	3	4	5	6	7
0	1	2	3	4	5	6	7
0	1	2	3	4	5	6	7
0	1	2	3	4	5	6	7