

儿童青少年食物频数饮食调查问卷

编号(ID): _____

请认真回答每个问题(不用填右边的编码)。本问卷大约需要 30-40 分钟。填完后, 请检查, 不要遗漏问题。

一般情况:

1. 今天日期 (年年/月月/日日): _____
2. 姓名: _____
3. 性别: 男 女
4. 民族: _____
5. 出生日期 (年年/月月/日日): _____
6. 学校名称 (如果在读): _____
7. 年级: _____
8. 班级: _____
9. 详细地址住址 (村组或街道及号码、邮政编码): _____
10. 联系电话: _____
11. 身高 (厘米): _____
12. 体重 (公斤): _____
13. 既往病史 (如, 糖尿病、心脏病、高血压等): _____
14. 是否吸烟: (1) 从不 (2) 偶尔 (3) 经常
15. 平时的体育锻炼情况:
 - 1) 很少运动
 - 2) 较少运动
 - 3) 一般运动
 - 4) 较多运动
 - 5) 很多/经常运动

编码
Date:
Sex:
Eth:
DOB:
Sch:
Grade:

Tel:

Ht:
Wt:
HD:
Smk:
PA:

近一年的饮食习惯情况:

下面我们将了解你近一年来的饮食习惯。你将看到一些食物名称, 请回忆在近一年来:

(A) 食用的频率--你是否吃这些食品? 是每天、每周、每月、还是每年吃? 选用一合适的时间单位:

- (1) 如每天超过 1 次, 则选用 '天' 为时间单位;
- (2) 每周次数在 1-6 次, 请选用 '周';
- (3) 每月在 1-3 次, 选用 '月';
- (4) 每月平均不到 1 次则选用 '年'。

(B) 平均每次吃多少? 你可以用体积 (如, 几碗/盘) 或重量 (如, 几两) 来估计 (仅需选填一项)。

例如:

食物名称	A. 食用频度					平均每次食用量 (选填一项)		编码
	每天	每周	每月	每年	不吃	体积	重量	
	请选择适当周期填写次数							
米饭	2						2 碗	
鲜猪肉 (瘦肉)		6					0.5 碗	2 两
水饺、馄饨、包子 (肉馅)			3				15 碗 (个)	两
牛肉干、肉松				5			1.5 勺	两

单位说明: 碗和盘子均为中等大小的普通家庭用的饭碗和菜盘 (1 两=50 克)。你可以回答小于 1 碗或 1 盘, 例如, 1/4 碗 (请参照我们提供的图片)。我们知道有时很难精确估计一种食品的食品量, 但你的估计将能够大体上反映你的饮食情况。这些估计数很重要。

再次说明: 这是调查你本人的饮食情况, 而不是一家人的。

A1. 主食

A) 你是每天吃，还是每周吃，还是每月吃，还是每年吃？ B) 平均每次吃多少？

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量 (选填一项)		编码
	每天	每周	每月	每年	不吃	体积	重量	
	请选择适当周期填写次数				填 0			
1. 米饭 (如白米饭、糯米饭、粽子等)						碗	两	A1
2. 面条 (如面条、挂面、方便面等, 不计汤水)						碗	两	A2
3. 米粉/河粉 (不计汤水)、凉皮						碗	两	A3
4. 馒头、花卷、烙饼、煎饼、面包 (全麦粉/白粉)						个	两	A4
5. 窝头 (玉米/黄米等粗粮)						个	两	A5
6. 大米稀饭						碗	两	A6
7. 杂粮稀饭 (如小米粥、绿豆粥、玉米面粥、玉米片)						碗	两	A7
8. 水饺、馄饨、或包子 (肉馅)						碗/个	两	A8
9. 水饺、馄饨、或包子 (素馅)						碗/个	两	A9
10. 油炸食品 (如油条、油饼、春卷、薄脆、炸糕; 不包括炸薯条)						根/条/个/份	两	A10
11. 麦片、早餐谷物						碗	两	A11
12. 麦当劳 (不包括炸薯条)						份		A12
13. 肯德基 (不包括炸薯条)						份		A13
14. 炸薯条						份		A14
15. 比萨饼						份		A15

B2. 肉、禽、蛋

A) 你是每天吃，还是每周吃，还是每月吃，还是每年吃？ B) 平均每次吃多少？

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量 (选填一项)		编码
	每天	每周	每月	每年	不吃	体积	重量	
	请选择适当周期填写次数				填 0			
1. 猪排 (大排、小排)						碗	两	B1
2. 猪爪 (蹄)、猪蹄膀 (肘子)、猪皮						碗	两	B2
3. 鲜猪肉 (肥肉)						碗	两	B3
4. 鲜猪肉 (瘦肉)						碗	两	B4
5. 鲜猪肉 (五花肉)						碗	两	B5
6. 动物肝脏 (如猪肝、鸡肝等)						碗	两	B6
7. 其他动物内脏 (如肚、腰子、肠、舌、心)						碗	两	B7
8. 牛、羊、马、驴肉等						碗	两	B8

B2. 肉、禽、蛋

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量 (选填一项)		编码
	每天	每周	每月	每年	不吃	体积	重量	
	请选择适当周期填写次数				填 0			
9. 鸡肉/腿、鸭肉、鹅肉						碗	两	B9
10. 鸡爪、鸭爪、鹅爪						个	两	B10
11. 肉罐头 (如午餐肉)、香肠、火腿等						碗	两	B11
12. 熏肉、腊肠、腊肠、咸肉、酱肉等						碗	两	B12
13. 鸡血、鸭血、猪血						碗	两	B13
14. 禽蛋类 (如鸡蛋、鸭蛋等)						个	两	B14
15. 咸蛋						个	两	B15
16. 松花蛋 (皮蛋)						个	两	B16

C3. 水产品类

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量 (选填一项)		编码
	每天	每周	每月	每年	不吃	体积	重量	
	请选择适当周期填写次数				填 0			
1. 海鱼 (如黄花鱼、带鱼)						块/盘	两	C1
2. 淡水鱼 (如青鱼、鲤鱼、黄鳝、鳊)						块/盘	两	C2
3. 鲜虾、鲜蟹类						盘	两	C3
4. 鱿鱼、墨鱼、贝类、蚌类、螺类及其他贝类						盘	两	C4
5. 鱼罐头						盒	两	C5
6. 干制海产品 (如鱼干片, 干虾, 不含海带)						盘	两	C6
7. 咸鱼						盘	两	C7

D4. 你在吃鱼、肉、鸡、鸭时, 食物通常采用下述何种烹饪方法? 怎样吃?

- 油炸: (1) 几乎每次 (2) 经常 (例如, 多于一半时间) (3) 有时 (4) 偶尔 (5) 从不 D1 ____
- 煎炒 (包括煎炒后红烧等):
(1) 几乎每次 (2) 经常 (例如, 多于一半时间) (3) 有时 (4) 偶尔 (5) 从不 D2 ____
- 清蒸: (1) 几乎每次 (2) 经常 (例如, 多于一半时间) (3) 有时 (4) 偶尔 (5) 从不 D3 ____
- 烧烤或其它:
(1) 几乎每次 (2) 经常 (例如, 多于一半时间) (3) 有时 (4) 偶尔 (5) 从不 D4 ____
- 当你吃肉时, 遇到肥肉部分, 你是否吃掉?
(1) 几乎每次都吃掉 (2) 有时吃掉 (3) 一般不吃 (4) 总不吃 D5 ____
- 当你吃禽类时, 你是否吃皮?
(1) 几乎每次都吃掉 (2) 有时吃掉 (3) 一般不吃 (4) 总不吃 D6 ____

E5. 奶类及奶制品

A) 你是每天吃，还是每周吃，还是每月吃，还是每年吃？ B) 平均每次吃多少？

(1杯/袋/盒=200ml，如果你所食用的包装不同，请折算成这里的容器体积或毫升。**最好告知是多少毫升**；如果你选用容器体积，在B中请告知是哪种容器！)

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量 (选填一项)		编码
	每天	每周	每月	每年	不吃	容器	体积	
	请选择适当周期填写次数							
1. 全脂牛奶						杯/袋/盒	毫升 (ml)	E1
2. 脱脂或低脂牛奶						杯/袋/盒	毫升 (ml)	E2
3. 全脂奶粉 (以摄入量为准)						杯/袋/盒	毫升 (ml)	E3
4. 脱脂或低脂奶粉 (以摄入量为准)						杯/袋/盒	毫升 (ml)	E4
5. 酸奶						杯/袋/盒	毫升 (ml)	E5
6. 奶酪						杯/袋/盒	毫升 (ml)	E6
7. 奶油						杯/袋/盒	毫升 (ml)	E7
8. 奶茶、奶昔						杯/袋/盒	毫升 (ml)	E8
9. 冰淇淋、雪糕						杯/袋/盒/根	毫升 (ml)	E9

F6. 干豆类及其制品类

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量 (选填一项)		编码
	每天	每周	每月	每年	不吃	体积	重量	
	请选择适当周期填写次数							
1. 豆浆、豆奶(包括用豆奶粉泡制的)、豆腐脑						碗	两	F1
2. 豆腐(软或硬)						碗	两	F2
3. 豆腐乳、臭豆腐						碗	两	F3
4. 其他豆制品(豆皮、腐竹、干张、素鸡、豆腐干、油豆腐)						碗	两	F4
5. 黄豆(干)						碗	两	F5
6. 绿豆、赤(红)豆及其它干豆						碗	两	F6

G7. 新鲜蔬菜

首先，在近一年来，你每天、每周或每月吃各种新鲜蔬菜几次？每次吃几碗或几两？(你只需从下列选项中选择频率最高的一项回答)

1. _____ 次/天 _____ 碗/次 或, _____ 两/次 G01 _____
2. _____ 次/周 _____ 碗/次 或, _____ 两/次 G02 _____
3. _____ 次/月 _____ 碗/次 或, _____ 两/次 G03 _____

在近一年来，下列各种新鲜蔬菜上市时，A) 你是每天吃，还是每周、每月、或每年吃？
 B) 平均每次吃几碗/两？
 C) 一年当中平均吃几个月？

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量 (选填一项)		C. 食用月数	编码
	每天	每周	每月	每年	不吃	体积	重量		
	请选择适当周期填写次数							填 0	
1. 卷心菜(圆白菜)						碗	两		G1
2. 小白菜(黄芽菜)						碗	两		G2
3. 油菜、鸡毛菜、菜心、小白菜、或豆苗						碗	两		G3
4. 芹菜						碗	两		G4
5. 菜花						碗	两		G5
6. 西兰花						碗	两		G6
7. 油麦菜、生菜(本地和西生菜)、茼蒿						碗	两		G7
8. 茭白、或竹笋						碗	两		G8
9. 菠菜						碗	两		G9
10. 蒜苗、韭菜						碗	两		G10
11. 番茄(西红柿)						碗	两		G11
12. 茄子						碗	两		G12
13. 各种豆角(如扁豆、蛇豆、荷兰豆、长豆角、豇豆)						碗	两		G13
14. 各种鲜豆类(如豌豆、蚕豆、蜜豆、青豆、四季豆、毛豆等)						碗	两		G14
15. 黄/绿豆芽						碗	两		G15
16. 新鲜红绿辣椒、或柿子椒						碗	两		G16
17. 冬瓜、黄瓜、或西葫芦						碗	两		G17
18. 丝瓜、苦瓜						碗	两		G18
19. 南瓜						碗	两		G19
20. 土豆、山药、芋头、或凉薯						碗	两		G20
21. 红薯、						碗	两		G21
22. 白(青)萝卜						碗	两		G22
23. 胡萝卜						碗	两		G23
24. 洋葱头						碗	两		G24
25. 芥蓝、或芥菜						碗	两		G25
26. 藕						碗	两		G26
27. 大蒜(头)、或葱						碗	两		G27
28. 鲜蘑菇、鲜香菇						碗	两		G28
29. 其他新鲜蔬菜						碗	两		G29
30. 咸菜、酱菜、泡菜、梅菜、酸菜(如雪里蕻、榨菜)						碗	两		G30

H8. 新鲜水果

首先，在近一年来，你每天、每周、每月或每年吃各种新鲜水果几次？每次吃几个？（你只需从 3 个选项中选择频率最高的一项回答）

- | | | |
|--------------|-----------|-----------|
| 1. _____ 次/天 | _____ 个/次 | H01 _____ |
| 2. _____ 次/周 | _____ 个/次 | H02 _____ |
| 3. _____ 次/月 | _____ 个/次 | H03 _____ |

在近一年来，下列各种水果上市季节， A) 你是每天吃，还是每周、每月、或每年吃？
B) 平均每次吃几个？
C) 一年当中平均吃几个月？

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量	C. 食用月数	编码
	每天	每周	每月	每年	不吃			
	请选择适当周期填写次数				填 0			
1. 苹果						个		H1
2. 梨						个		H2
3. 香蕉						个		H3
4. 橘、柑、橙、柚子						个		H4
5. 桃子、猕猴桃						个		H5
6. 杏、柿子、芒果、李子						个		H6
7. 葡萄						个/盘		H7
8. 荔枝、樱桃、山楂、杨梅						个/盘		H8
9. 西瓜、哈密瓜、甜瓜、香瓜						个		H9
10. 水果罐头						碗		H10
11. 其他水果 (如草莓、菠萝)						个/盘		H11

I9. 零食类

A) 你是每天吃，还是每周吃，还是每月吃，还是每年吃？ B) 平均每次吃多少？

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量	编码
	每天	每周	每月	每年	不吃		
	请选择适当周期填写次数				填 0		
1. 糖果 (包括口香糖)						颗/块	I1
2. 果冻、冰棒						颗/支	I2
3. 坚果类，如花生、腰果、核桃、杏仁、栗子、开心果、榛子、各种瓜籽、或芝麻 (不包括芝麻糊、芝麻酱)、						碗	I3
4. 枣子、葡萄干、果脯、蜜饯、或话梅						碗	I4
5. 巧克力						块	I5
6. 蛋糕、饼干、派、或威化						块	I6
7. 其它的糕点 (如南瓜饼、红薯饼、稻香村点心)						块	I7
8. 牛肉干、或肉松						勺	I8

J10. 饮料、饮品 (不含奶类)

- A) 你是每天喝，还是每周、每月、或每年喝？
 B) 平均每次喝多少？(1杯/袋/盒=200ml, 1罐=355ml, 1瓶=500ml)

如果你所食用的包装不同，请折算成毫升或这里的容器体积。最好告知是多少毫升；如果你选用容器体积，在 B 中请告知是哪种容器！

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量 (选填一项)		编码
	每天	每周	每月	每年	不吃	体积	容器	
	请选择适当周期填写次数				填 0			
1. 饮用水						毫升 (ml)	杯/盒/罐/瓶	J1
2. 含糖型可乐及其它汽水						毫升 (ml)	杯/盒/罐/瓶	J2
3. 无糖型可乐及其它汽水						毫升 (ml)	杯/盒/罐/瓶	J3
4. 果汁 (如橙汁、椰汁、苹果汁、葡萄汁)						毫升 (ml)	杯/盒/罐/瓶	J4
5. 奶饮料 (如营养快线、娃哈哈、优酸乳)						毫升 (ml)	杯/盒/罐/瓶	J5
6. 茶水						毫升 (ml)	杯/盒/罐/瓶	J6
7. 速溶饮品 (如可可粉)						毫升 (ml)	杯/盒/罐/瓶	J7
8. 咖啡						毫升 (ml)	杯/盒/罐/瓶	J8
9. 汤 (如肉汤、菜汤、疙瘩汤、绿豆汤、酸梅汤等，计汤水)						毫升 (ml)	杯/盒/罐/瓶	J9
10. 酒类 (两=50ml)，如啤酒、葡萄酒、白酒						毫升 (ml)	杯/盒/罐/瓶	J10

K11. 维生素、矿物质等营养补充剂

- A) 你是每天吃，还是每周、每月、或每年吃？
 B) 平均每次吃多少？

食物名称	A. 食用频度 (请选一项)	B. 平均每次食用量 (选填一项)	编码
1. 钙片	1 天 2 周 3 月 4 年 5 不吃		K1
2. 维生素 A	1 天 2 周 3 月 4 年 5 不吃		K2
3. 维生素 B/C/E	1 天 2 周 3 月 4 年 5 不吃		K3
4. 维生素 D	1 天 2 周 3 月 4 年 5 不吃		K4
5. 多种维生素/矿物质复合制剂 (如善存、成长快乐、黄金搭档)	1 天 2 周 3 月 4 年 5 不吃		K5
6. 其它营养补充剂 (如蜂王浆、人参等)	1 天 2 周 3 月 4 年 5 不吃		K6

L12. 其他食品

食物名称	A. 食用频度					B. 平均每次食用量 (选填一项)		编码
	每天	每周	每月	每年	不吃	体积	重量	
	请选择适当周期填写次数							
1. 黑白木耳						碗	两	L1
2. 干香菇						碗	两	L2
3. 海带、紫菜						碗	两	L3
4. 果酱(如番茄酱、苹果酱、草莓酱)						勺	两	L4
5. 花生酱、芝麻酱						勺	两	L5

M13. 食堂/餐厅用餐与家庭烹饪用油情况

1. 近一年来,你每月大约在学校/单位食堂吃几餐? _____次/月 M1 _____
2. 近一年来,你每月大约在饭馆或餐厅吃几餐?(不包括早餐,学校/单位食堂) _____次/月 M2 _____
3. 近一年来,你一个人合计一个月平均用多少食用油(如花生油、菜籽油、豆油、芝麻油): _____(斤) M3 _____
- 3a. 你家通常有多少人在家用餐? _____(人) M3a _____
- 3b. 对于以上食用油的估计,你有多确定? M3b _____
- (1) 非常确定 (2) 一般 (3) 不十分确定 (4) 不确定

N14. 饮食变化

与之前 1-2 年比较,近一年来,你的饮食有什么变化?

食物名称	1 没变化	2 略增加	3 增加很多	4 略减少	5 减少很多	编码
1. 猪、牛、或羊肉	1	2	3	4	5	N1
2. 鸡、鸭肉	1	2	3	4	5	N2
3. 鱼、虾类	1	2	3	4	5	N3
4. 蛋类	1	2	3	4	5	N4
5. 新鲜蔬菜	1	2	3	4	5	N5
6. 新鲜水果	1	2	3	4	5	N6
7. 豆腐及其它豆制品	1	2	3	4	5	N7
8. 牛奶、奶粉等奶制品	1	2	3	4	5	N8
9. 洋快餐(如肯德基、麦当劳)	1	2	3	4	5	N9
10. 在餐馆用餐	1	2	3	4	5	N10
11. 各种含糖汽水(如可乐、雪碧)	1	2	3	4	5	N11
12. 各种无糖汽水	1	2	3	4	5	N12
13. 各种果汁	1	2	3	4	5	N13
14. 各种零食	1	2	3	4	5	N14
15. 各种维生素片	1	2	3	4	5	N15
16. 钙片	1	2	3	4	5	N16

非常感谢你的合作!