

---

姓 名\_\_\_\_\_

登 记 号\_\_\_\_\_

调查日期\_\_\_\_\_

调查开始时间\_\_\_\_\_

**H      M**

## 膳食调查

详细地址: \_\_\_\_\_

邮政编码: \_\_\_\_\_ 电话(家): \_\_\_\_\_

手 机: \_\_\_\_\_ 联 系 人: \_\_\_\_\_

身份证号码: \_\_\_\_\_

食物频数问卷：（请填写食物进食的次数，如 1-2 次，2-3 次，4-5 次等）

请仔细回忆一下从今天起前半年内您的膳食摄入情况。

您家里常年在家吃饭的人数为\_\_\_\_\_人

您家平均一个月食用多少油类？\_\_\_\_\_升（超市大桶油为 5 升、中桶为 2.5 升、小桶为 1.8 升）

与医院餐相比，家中食物口味：①清 ②中 ③重 油量：①少 ②中 ③多

（一）主食类 平均每天\_\_\_\_\_两

食物名称	是否吃 ①吃②不吃	进食次数				
		每天	每周	每月	每年	进食量
大米						两
面粉（如馒头、花卷、烧饼）						两
面条、挂面						两
包馅食品（如饺子、包子等）						两
粗粮（莜面\小米\高粱\玉米等）						两
油炸面食						两
方便面						包
油条						两
油饼						两
油酥饼						两
麻花						两
麻团						两
油炸糕						两
其他（ ）						

二）畜禽肉鱼类（手掌大小为 1 两） 平均每天\_\_\_\_\_两

食物名称	是否吃 ①吃②不吃	进食次数				
		每天	每周	每月	每年	进食量
猪肉（瘦）						两
红烧肉						两
排骨						两
五花肉						两
牛腱子肉						两
牛腩						两
羊排						两

羊肉串						两
鸡肉						两
鸡翅						个
鸡腿						
鱼肉						两
虾（1 两等于 2 个中等大小虾）：						两
内脏类						
卤煮						两
炒肝						两
腰花						两
溜大肠						两
鸡肝、猪肝等肝脏						两
肺片						两
火腿肠\腊肠\蒜肠等						两

（三）蔬菜类 平均每天\_\_\_\_\_两

食物名称	是否吃 ①吃②不吃	进食次数				
		每天	每周	每月	每年	进食量
叶菜（油菜、菠菜、油麦菜、芥蓝、菊花菜、奶白菜、小白菜、大叶茼蒿等）						两
包菜（圆白菜、紫甘蓝、团生菜、大白菜等）						两
瓜茄类（西葫芦、西红柿、冬瓜、黄瓜、苦瓜、茄子等）						两
果菜类（青椒、豆角、豌豆、菜豆、青豆、豇豆、芸豆等）						两
花菜类（菜花、西兰花）						两
薯、芋（红薯、土豆、山药、芋头）						两
根茎类（胡萝卜、白萝卜、洋葱、藕）						两
菌类（各种蘑菇、木耳）						

(四) 蛋豆奶类

食物名称	是否吃 ①吃②不吃	进食次数				
		每天	每周	每月	每年	进食量
鸡蛋						个
豆腐						两
豆浆						毫升
牛奶						毫升
酸奶						克

(五) 鲜、干果类 (中等大小苹果为 4-5 两) 水果 (每周\_\_\_\_\_天, 每天\_\_\_\_\_种)

干果 (每周\_\_\_\_\_天, 每天\_\_\_\_\_两)

食物名称	①吃② 不吃	进食次数				
		每天	每周	每月	每年	进食量
苹果、梨、桃子、李子等仁果类						两
香蕉						两
橘子、橙子						两
葡萄、草莓、提子等浆果类						两
核桃						个
大杏仁/巴旦木						两
开心果						两
葵花籽						两
花生						两
混合干果						两

(六) 方便食品类

食物名称	是否吃 ①吃②不吃	进食次数				
		每天	每周	每月	每年	进食量
奶油蛋糕						块
普通蛋糕						块
点心 (如稻香村)						块
饼干						两
面包						两
炸薯条 (小)						包
薯片						两
糖果						克
巧克力						克

(七) 饮料类

食物名称	是否吃 ①吃②不吃	进食次数				
		每天	每周	每月	每年	进食量
碳酸饮料						毫升
果汁饮料						毫升
含奶饮料（如营养快线）						毫升
植物蛋白饮料（如杏仁露）						毫升
茶						杯
咖啡						杯

(八) 补充剂

食物名称	是否吃 ①吃②不吃	进食次数				
		每天	每周	每月	每年	进食量
钙片						
DHA						
善存						
其他（            ）						

食用油及调味品摄入情况询问表

编号	食物名称	食物编码	是否食用 ① 否 ②吃	规格	年消耗量/人数
1	大豆油				
2	花生油				
3	橄榄油				
4	葵花籽油				
5	玉米胚芽油				
6	芝麻/菜籽油				
7	奶油				
8	黄油				
9	动物油				
10	胡麻油				
11	盐				
12	酱油				
13	醋				
14	酱类（黄酱/豆瓣酱/甜面酱等）				
15	芝麻酱				
16	味精				
17	反复使用油				

调查日期：

调查员签名：