

## ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

1. Τι μας εμποδίζει να τρώμε πρωινό;

.....  
.....  
.....  
.....

2. Το σνακ (κολατσιό) αντικαθιστά το πρωινό; Δικαιολογείστε την απάντησή σας.

.....  
.....  
.....  
.....

3. Ποια είναι τα συστατικά ενός υγιεινού πρωινού (δηλαδή τι πρέπει να τρώμε για πρωινό);

.....  
.....  
.....  
.....

4. Θα βάλω ως στόχο να τρώω πάντα πρωινό; Τι θα περιλαμβάνει;

.....  
.....  
.....  
.....