

Dietary assessment in South Asians - evaluation of a web-based FFQ in women with South Asian origin, living in Norway

Mobeen Munaf



Supervisors:

Monica H. Carlsen

Christine Sommer

Department of Nutrition

Faculty of Medicine

UNIVERSITY OF OSLO

May 2018

**Dietary assessment in South Asians -
evaluation of a web-based FFQ in
women with South Asian origin, living
in Norway**

© Mobeen Munaf

2018

Dietary assessment in South Asians - Evaluation of a web-based FFQ in women with South Asian origin, living in Norway

Mobeen Munaf

<http://www.duo.uio.no>

Trykk: Reprosentralen, Universitetet i Oslo

Acknowledgements

The master thesis was written at the department of nutrition, University of Oslo, in the time from August 2017 to May 2018.

I want to thank my main supervisor Monica H. Carlsen and assistant supervisor Christine Sommer for all the priceless help. From start to end of this project they have provided me with helpful advices and pushed me towards doing a better job. You have always been available and helped me whenever I asked for it. Thank you for being patient, flexible and understanding through this time. Especially thankful for you guys sharing your valuable knowledge with me, and providing me with new aspects and knowledge I will take with me in the future.

I would also want to send a special thanks to my family and friends who shared the blogpost and thus contributed to recruit participants for this project. Also thanks to all friends who persuaded their family members to participate in this project. Thanks to my great friend Tussi for teaching me about the Sri Lankan cuisine, sharing recipes for typical Sri Lankan dishes and also helping me to translate the blogpost into Tamil and thus contributed to recruit Sri Lankan participants for this project. Further I will forever be thankful to my friend Mariya, whom helped me in the process of recruiting participants, by getting up early and helping me approach and recruit participants in the streets of Oslo and never giving up.

Thanks to my family and friends for keeping up with me through stressful moments and pushing me forward. This process would have been harder without you guys, without all the laughter and motivational speeches day after day.

Oslo, May 2018

Mobeen Munaf

Abstract

Aims: The main aim with this master thesis was to evaluate the relative validity of a web-based FFQ designed at University of Oslo, in a South Asian population, mainly Pakistanis and Sri Lankans. Additionally, South Asian food recipes were collected and dietary intake of South Asian was described in macro-, micronutrients and food groups.

Participants and method: This cross-sectional study included 27 South Asian women, whereof 23 Pakistanis and 4 Sri Lankans living in the Oslo area in 2017. All participants filled out a FFQ with 270 dietary questions about their habitual diet, followed by 3x24HRs on non-consecutive days with 2-3 weeks between each interview. The data gathered from each method was compared and analyzed in SPSS.

Results: Mean age of the participants was 46 years and mean BMI was 28 kg/m². The results from the FFQ overestimated significantly the absolute intake of 5 macronutrients (45.5 %), 12 micronutrients (75%) and 12 food categories (33.3%) on group level. The FFQ worked very well for estimating absolute intake and correct classifying these categories: Sugar, cake, fish and shellfish, dairy products and soft drinks with sugar. The ranking ability for the FFQ was also strong for the following nutrients, saturated fat, carbohydrates, fibre, potatoes, meat, red meat, fat fish, margarine light margarine and coffee, however, the absolute intake were overestimated in the FFQ ($p < 0.05$). Oil was the only food group significantly underestimated and poorly ranked in this study.

In total 99 new food items were collected and included in KBS, whereof 67 were recipes.

The total intake of energy in the South Asian population was 7.1MJ (SD=0.33) whereof 17.6 E% was protein, 45.9 E% carbohydrates and 33.6 E% was fat.

Conclusion: The evaluation of the web-based FFQ showed that the FFQs ability to provide accurate measurement for some food categories was acceptable on group level, but not for all. Most macronutrients were well estimated, however the main error was the estimation of total protein intake, protein sources and fat sources. By modifying the FFQ with questions about curries, food preparation methods and amount of oil used in cooking, it may work as a dietary assessment method for South Asian women living in Norway.

List of abbreviations

BMI	Body Mass Index
BMO	Butter, margarine and oil
B&A plot	Bland & Altman plot
FFQ	Food frequency questionnaire
KBS	KostBeregningsSystem
NCD	Non-communicable disease
OUH	Oslo University Hospital
SD	Standard Deviation
T2DM	Type 2 diabetes mellitus
UiO	University of Oslo
USDA	United States Department for Agriculture
24HR	24-hour recall
E%	Energy percentage

List of figures

Figure 1 Flowchart of number of participants included and lost during intervention period.

Figure 2 Bland & Altman plots of vitamin B12 and folic acid.

Figure 3 Bland & Altman plots of fruit and berries.

Figure 4 Bland & Altman plots of oil.

Figure 5 Bland & Altman plots of total intake.

List of tables

Table 1 Background characteristic of the participants (n=27).

Table 2 Daily intake of macronutrients from the FFQ and 24HR (n=27).

Table 3 Daily intake of micronutrients from the FFQ and 24HR (n=27).

Table 4 Food consumption measured in g/day.

Table 5 Intake from the recipes not originally found in the AE14 database and manually registered in KBS.

Innholdsfortegnelse

Introduction	14
1.1 Non-communicable diseases (NCDs)	14
1.2 Diabetes	14
1.3 NCDs in South Asians	15
1.4 South Asians in Norway	16
1.5 South Asian diet	16
1.5.1 Pakistani diet	16
1.5.2 Sri Lankan diet	16
1.5.3 NCDs and diet	17
1.5.4 South Asian immigrants diet	17
1.5.5 South Asian immigrants' diet in Norway	18
1.6 Dietary assessment	18
1.6.1 FFQ	19
1.6.2 24-hour recall	20
1.6.3 Evaluation of dietary assessment methods	21
1.7 Dietary assessment in SA	22
2 Aims	23
3 Methods	25
3.1 Study design	25
3.2 Inclusion criteria	25
3.3 Recruitment	25
3.4 Consent form	26
3.5 FFQ	27
3.6 24-hour recall	28
3.7 KBS	29
3.7.1 Recipes in KBS	29
3.7.2 Calculation of dietary intake, macro- and micronutrients	29
3.8 Statistical analysis	30
3.9 Ethics	30
4 Results	32
4.1 Study population	32
4.2 Evaluation of dietary intakes from the FFQ	33
4.2.1 Intake of macro nutrients	33
4.2.2 Intakes of vitamins and minerals	34
4.2.3 Intake of food and beverages	34
4.2.4 Bland & Altman plot analyses	35
4.3 New recipes	36
4.3.1 Impact on total food intake	36
4.3.2 Impact on nutrient intake	36
4.4 Intake according to the Norwegian guidelines	36
4.5 Reported use of time, assistance and open box comments	37
5 Discussion	46
5.1 Methods discussion	46
5.1.1 Study design	46

5.1.2	Internal validity	46
5.1.3	External validity.....	51
5.2	Evaluation of the FFQ in a South Asian population	51
5.2.1	Participants characteristic	51
5.2.2	Macronutrients.....	52
5.2.3	Evaluation of food groups	54
5.2.4	The web-based FFQ and South Asian diet.....	54
5.3	Dietary intake in South Asian women	56
5.3.1	Micronutrients.....	56
5.3.2	Dietary intake	56
5.4	Clinical considerations	57
6	Conclusion	59
7	Further research	60
	Reference list	62
8	Appendices.....	69

Introduction

1.1 Non-communicable diseases (NCDs)

Non-communicable diseases are defined as a medical condition or disease that is not caused by infectious agents. They are diseases that are of long duration and the result of a combination of genetic, physiological, environmental and behavioral factors (1). Global Burden of Disease (GBD), a worldwide epidemiological study, showed that in 2016 a total of 54.7 million deaths occurred whereof 39.5 million were due to NCDs (2). Overall, people are living longer but with more diseases (2). Governments have approved to follow nine global targets with the aim to reduce premature death from the four major NCDs by 25% by 2025 (3). The main causes are four types of NCDs: cardiovascular diseases, cancers, chronic respiratory diseases and diabetes (1). Obesity has been increasing in all countries, and has nearly doubled from 1980 to 2014, and a risk factor for NCDs (1). The main risk factors are unhealthy diet, tobacco use, physical inactivity, and the harmful use of alcohol (1). Smoking and poor diet are leading risk factors for diseases which are modifiable (2). The Norwegian disease burden report (2016) found that unhealthy diet is the most important risk factor for premature death in Norway (4).

1.2 Diabetes

Diabetes is one of four main NCDs that are increasing worldwide, particularly in low- and middle- income countries. Diabetes caused 1.43 million deaths in 2016, an increase in 31.1% since 2006. In 2015, 415 million people worldwide had diabetes whereof approximately 230 000 in Norway (5).. Around 200 000 of the diabetic population in Norway have type 2 diabetes (2). In Norway disabilities from diabetes rose by 73% in the period from 1990 to 2013 (4). Unhealthy diet and increased energy intake can cause overweight and obesity (5). Overweight and obesity with unhealthy diet and physical inactivity are key risk factors for type 2 diabetes and other NCDs (5). These changes have led to an increase in number of people developing diseases like diabetes (5). Diabetes mellitus is a chronic disease that occurs when the pancreas is no longer able to make insulin, or when the body cannot make good use of the insulin produced (5). The three most common types of diabetes are: type 1 diabetes, type 2 diabetes and gestational diabetes. About 90% of all cases are type 2 diabetes, which is characterized by insulin resistance and relative insulin deficiency, either or both

which may be present at the time diabetes is diagnosed (5). It is often detected by a blood or urine glucose test (5). People with type 2 diabetes can often manage their condition through exercise and diet initially. However, over time most people will require oral drugs and/or insulin (5).

1.3 NCDs in South Asians

South Asians are a minority with many health concerns in Europe. The term includes the population from Afghanistan, Bangladesh, Bhutan, India, Maldives, Nepal, Pakistan and Sri Lanka, as they all are geographically located at the southern region of Asia (6). There are approximately 1.8 billion South Asians in the world (7). The South Asian population is a heterogeneous population with differences in culture, religion and diet. The South Asian countries are undergoing rapid economic development and increasing income in households, which give people the ability to buy processed food (8). The shift into an unhealthier diet is thought to be more riskier for the populations of Asia, Latin America, the Middle East and Africa. This is due to differences in fat patterning and body composition and cardio metabolic effects of body mass index (BMI) at levels below standard BMI overweight cutoffs of 25 (9). South Asians develop chronic disease, such as type 2 diabetes and high blood pressure, at BMI levels lower than international cutoffs, and with lower levels of adiposity, at younger age, have more complications and die younger (10-12). However, the prevalence of obesity is lowest in the South Asian region, where 22% is overweight and 5% obese when categorized after international BMI cutoffs, varying in rural and urban areas in South Asian countries (1). The probability of dying from one of the four NCDs between ages 30 and 70 is highest in the South Asian region (1). A study done in a rural area in Pakistan in 2011 found that women had a mean BMI of 25.1 kg/m² and 7% of the women had diabetes and 5.8 % had impaired fasting blood glucose (13). Immigration may have caused dietary changes that have led to an increase in NCDs as cardiovascular diseases and type 2 diabetes (14). A study in UK showed that Indian immigrants to the UK had a higher risk for cardiovascular risk than Indians living in India, which can indicate that lifestyle changes may exacerbate the risk (15). A study from Canada showed higher risk of diabetes among immigrants from South Asia than the non-immigrant population, with Sri Lankans having the highest burden of diabetes (16). The same tendency is seen in Norway, South Asians are highly susceptible to develop type 2 diabetes at an earlier age and have poorer glycemic control than ethnic Norwegians (17, 18). For the age group 30-67 year, the diabetes type 2 prevalence was 2.9% for women from Western Europe,

North America, Australia and New Zealand and 5.9% for Western men in Norway. For South Asians in Norway, the number was higher, 27.5% for women, and 14.3% for men (17).

1.4 South Asians in Norway

South Asians constitute a large number of immigrants in Norway, and have lived in Norway for over 50 years. They are one of the largest ethnic minority groups in Oslo. A study showed that Sri Lankans living in Oslo had favorable lipid profiles and blood pressure levels, despite being more obese, when comparing to Sri Lankans in Sri Lanka (19). Contrarily, Pakistani and Sri Lankans had lowest HDL cholesterol and high triglycerides and blood pressure compared to Turkey, Vietnamese and Iranian immigrants in Norway (20). Pakistani and Sri Lankan female immigrants had the highest proportion of central obesity, 52.4% and 54.3% respectively (21). South Asians living in Norway, also have a higher risk for developing other NCDs such as cardiovascular diseases, than compared to other ethnicities (17, 20, 22, 23). A study done in Oslo in 2005 showed that South Asian women had a mean BMI on 28.5 kg/m² and diabetes prevalence rate of 27.5 % (17).

1.5 South Asian diet

1.5.1 Pakistani diet

The most common staple foods among Pakistanis are chapatti (South Asian bread without yeast), naan (Indian bread with yeast) and rice. The staple foods are consumed with different types of curries either made of only vegetables or with meat (24). The traditional diet is high in fiber and low in saturated fat. Pakistanis also consume traditional sweet dishes (24). The five most eaten traditional dishes in a study done among Pakistanis in UK were chickpeas curry, roasted chicken, potato and minced beef curry and red lentils curry (24). There are huge differences in the diet by income status in Pakistanis in Pakistan. The low income families used mostly chapatti, sugar, vegetable oil, rice and ghee, while high income families use vegetable oil daily, sugar, chapatti, fresh fruit and raw vegetables/salads (24).

1.5.2 Sri Lankan diet

The most used staple in Sri Lankan diet is rice. A study found that dinner usually consist of rice and 3-4 different curries in small portions daily. The curries are made of potato, lentils, vegetables, meat or fish. They eat dhal (curry of lentils) for breakfast and large numbers of

starch servings in form of rice multiple times a day (25). The study also found low intake of dairy products. There have been dietary changes in the Sri Lankan diet, due to urbanization, showing lower intake of fruit and vegetables among adults in Sri Lanka (25).

1.5.3 NCDs and diet

There has been a rapid shift in nutrition intake and physical activity, the so-called nutrition transition, because of technology advancements, urbanization, higher income and global trade (9). Migration from low income countries to high income countries leads to dietary changes, due to better economy and availability of food items. Many studies show that the diet becomes less healthy after moving to high income countries. Availability of large amounts of food combined with inactivity leads to obesity and NCDs (8). Processed foods are energy-dense with refined sugar, salt, saturated and trans-fats (8). Stable intakes of these nutrients are observed in high-income countries and a rapidly increasing intake has been seen in middle-income countries followed by increasing numbers of NCDs (8, 9, 26).

1.5.4 South Asian immigrants diet

A study done in Netherland in 2015 found that South Asians ate more rice and noodles than the Dutch population, and had lower intake of potato and pasta. They also had higher intake of chicken and fish and lower intake of vegetables and red meat. The researchers also saw a different dietary intake of second-generation South Asians than first-generation. Second-generation subjects had higher intake of bread, potato, pasta, chicken, red meat, cookies and sweets than first generation subjects (27). Studies done in UK found that energy intake was between 5.8- 6.8 MJ and almost half of the energy came from carbohydrates, thereafter fat and lastly proteins . The study participants were overweight or obese. The food item most eaten was whole wheat chapatti (8% of the intake), thereafter white sugar, white bread, chicken curry and banana (15). Mapping of the diet in Sri Lanka in 2012, among Sri Lankans living there, showed that they ate approximately 1500 kcal, 70 E% of the daily intake was carbohydrates, 10 E% was protein and less than 10 E% was fat. The mean carbohydrate source was rice, dose (rice and lentils batter) and wade (lentils and spices) (28). Another study found that Sri Lankans in Norway use healthier oil and margarine alternatives than Sri Lankans in Sri Lanka, and are more physical active but eat less vegetables and fruit (19).

1.5.5 South Asian immigrants' diet in Norway

A qualitative study done in 2005 among 25 Pakistani participants in focus groups, found that their habitual diet in Norway after immigrating from Pakistan was of 2-3 meals daily, with one hot meal daily for dinner. They had changed their breakfast from hot meals with paratha (bread with butter and without yeast) with fried eggs or leftover curries, to bread with spread. They also had no daily teatime and drank it whenever it was time for it. The Pakistanis had made several changes after immigrating, but continued the intakes of curries of vegetables, legumes, meat, chicken or fish and chapatti daily. It was important that the meat was Halal, so they chose vegetable spreads and bought meat spreads from Asian shops in Oslo. The participants in the study also reported to have changed to healthier oil alternatives due to health concerns (29). A study done on food habits in immigrants from Pakistan and Sri Lanka from 2008 showed that many changed their diet but still held on to some part of the traditional diet (30). For example only 2 % reported that dishes consumed for dinner were completely Norwegian (30). Half of those originating from Pakistan reported increased consumption of fish, oil, boiled potatoes, butter, margarine and meat after immigrating (30).

Interventions have been done to try to change dietary habits among immigrants in Norway and these interventions showed that Pakistani women were motivated to change their diet (31). Three years after intervention the women included in the study, still had a reduced fat intake, used healthier type of fat, increased intake of vegetables and reduced intake of sugar. Also, intakes of sugary drinks and red meat were reduced at follow-up (31). Pakistani women said that the barrier to change their diet were food preferences of their children and other family and social gatherings (32). In recent years, many studies have described the habitual diet of South Asians in Norway, but few studies explore the role of diets in the high risk of NCDs in South Asians. One of the difficulties has been proper tools to collect dietary data in this population.

In a study from UK showed that the South Asians with diabetes reported that healthcare providers gave general advices and not diet/culture specific advices. The participants also said that they had strong preference for South Asian food and that it was difficult to find information about nutritional content in South Asian foods (33).

1.6 Dietary assessment

Nutrition epidemiology provides data on diet-disease relationships and gives evidence on diets role in diseases (34). It has also given us the possibility to assess nutritional exposures role in diseases and impaired health conditions and to use this knowledge in practice to prevent diseases (34, 35). The traditional methods to assess nutrition's role in diseases, as biochemistry, animal experiments and metabolic studies in human cannot alone provide the direct relation between diet and the occurrence of major diseases of our civilization (35). The challenge in nutritional epidemiology has been the development of practical methods to measure diet. Easier, self-administered methods are evaluated to replace more expensive methods. Methods such as web-based instruments and taking and analyzing photographs of all meals ingested are at the moment being developed and evaluated (34). However, none of the dietary assessment methods are without errors (36, 37). Dietary assessment methods include methods such as food frequency questionnaire (FFQ), 24-hour recall (24HR), dietary record and double portion method. There are many methods to evaluate the diet but there are no gold-standard for dietary assessment (37). Further, it is important to be aware of the errors of dietary assessment methods and to consider these when interpreting the results. The method chosen in a study is based on the study population, aim and resources. There are some objective measurement methods for intakes of nutrients, such as doubly-labelled water is a biomarker for measuring energy and urinary nitrogen for protein intake, but there is no objective marker for a whole diet. The most used method within nutrition epidemiology is FFQ (34, 35, 38).

1.6.1 FFQ

FFQ is a closed, retrospective method designed as a questionnaire where the respondent is presented with a list of foods with alternatives of how often a food item is eaten, such as x times per day/week/month (37). FFQ can be designed for a specific aim and for that reason only include questions to answer that aim or designed to assess the habitual diet and include questions covering the whole diet. The diet is constantly changing and new food items becoming a part of the diet. Therefore, the methods developed needs to be modified to trends with updated food items. A FFQ can be either self-administered or interview-administered. The questionnaire can be either quantitative, semi-quantitative or non-quantitative. A quantitative questionnaire has questions about frequency and portion sizes while a non-quantitative only asks whether food items are eaten or not or with frequency only. Information of quantities is often with pictures of households measures or standard units of

portion sizes in web-based FFQs (39). The FFQ can provide information on dietary intake, energy and nutrients. If the FFQ is used for an ethnic subgroup other than the population the FFQ was designed for, the addition of some foods to the existing questionnaire may be desirable (35). A comprehensive questionnaire may function across a wide spectrum of subgroups. It is necessary to validate a FFQ, as incorrect information may lead to false association between diet and disease (40). There are many advantages of using FFQ dietary assessment. When the FFQ is already developed and ready to use, it is an easy and inexpensive method to use to collect dietary information. Furthermore, the processing becomes even easier when it is computerized. The burden on the respondent is modest, compared to other methods, which can increase participant rate (35). FFQ is not affected by the day-to-day variability, but by seasonal variations. The major error of the FFQ is of the diet, which have been shown in many validation studies. DLW and nitrogen biomarkers have in validation studies been used as reference methods, and showed that in many instances the FFQ s underreport energy intakes by approximately 30% and 10% underreporting of protein intake (41).

1.6.2 24-hour recall

24HR is an open, retrospective dietary interview, based on food and amounts actually consumed the previous 24 hours by an individual on one or more specific days (35). It is a short-term method that allows for specifying details and for describing food and food preparation methods (35). The 24HR is an in-depth interview conducted by a trained dietary interviewer, either face to face or by telephone with the same quality (42-45). The interviewer must know about food preparation methods, recipe ingredients and brand names. Further, the interviewer should also ask about snacks eating through the day, which may be forgotten. The interviewer needs to have a natural attitude towards all responses and be able to ask questions without judging. The advantages of conducting the interviews over telephone are that the participants do not need travel to a location and the interview is not planned. Interviews should preferably be done at a not planned date and time (35) Unannounced interviews are important so the participants do not modify their diet (35). This method works well in illiterate populations because the method is quick, culture sensitive and can give data on both food intake and nutrients (35). The negative side of using this method is that it is time consuming, expensive due to the need for trained study personnel to perform interviews. The major source of error in 24HR is reliance upon memory (35). Quantification is also another

source of error in this method, but use of photographs can improve the accuracy of the estimated portion sizes (46). One single day of intake is not representative of usual individual intake (35). However, if suitable number of interviews are collected over a sufficient period, the method may estimate the usual intake (35). There is also need for skilled interviewers for the interview and processing of the information (35). Another error in the 24HR method is misreporting, the results are not consistent and both overreporting and underreporting is shown when 24HR is validated with diet record, weighed records and biomarkers (27). When validated against DLW biomarkers for energy, 24HR underestimate energy intake by 10% to 25% (varying with studies), and underreports protein intake by 5% (41). However, 24HR underestimate energy and protein less than the FFQ (41). Higher BMI and lower education is also associated with underreporting in both FFQ and 24HR (41).

1.6.3 Evaluation of dietary assessment methods

When collecting dietary data in a dietary assessment study, the method used should always be validated in the study population it is to be used, which is one of the six criteria's listed by Andersen for successful validation (36). To do this, the results from the dietary assessment method in question should be compared with results from a reference method. Validity is if the method measures what it is supposed to measure, in our case the habitual diet (36). By evaluating the method, the researchers can be aware of bias in the test method. In many studies, the method to be evaluated is compared to a dietary assessment method believed to be superior, and measuring dietary data on the same level (36). Also, it must be sufficient time in between test method and reference method to not let immediate changes of diet affect the answers in the reference method (36). This is referred to as a relative evaluation of the method to be tested. 24HR and food records are often used to assess the validity of a FFQ (35, 39, 40). Andersen also mentioned that it is preferably with two reference methods (36). Alternatively, objective reference methods such as biomarkers may be used for evaluation of dietary assessment methods. An important aspect of the evaluation is that the reference method should have measurement errors that are different than the method that is to be tested (36). 24HR and food records are often used to assess the validity of a FFQ, that is used as primary dietary data collection instrument (39). Earlier studies have also shown that combining data from FFQ with 24HRs is attractive because it might utilize greater detail of

the diet (35). In the present study, to evaluate the estimated intakes from the FFQ we used 3 x 24 HR as reference method.

1.7 Dietary assessment in SA

As far as we know, there are no studies that have evaluated the use of different methods for collecting quantity dietary information in South Asians in Norway. The increased disease burden in South Asian population makes it necessary to explore the role of diet on risk of NCD in this group. Culture specific methods are important when we want to investigate potential diet-disease relationship in subgroups such as South Asians (22, 47). Studies from other countries show that they had to modify existing methods, and the revised methods are validated with seven-day diet record and a second FFQ and 24HRs, respectively (48, 49). To find out how well the methods used for the Norwegian population works for the South Asian population in Norway, the purpose of the present study was to compare the dietary information collected by two different methods.

2 Aims

The long term motivation for the study is to provide better health care for the South Asian population in Norway. More specifically the aims of the present master thesis were to:

- To assess relative validity of the estimated intakes from the web-based FFQ in South Asian women living in Norway, with 24HR as the reference method.
 - Including, gathering new South Asian population specific recipes to update the KBS AE-14 database.

- To describe the dietary intake of South Asian women living in Norway, using the 24HR dietary data, with regard to:
 - Intake of energy
 - Intake of nutrients and evaluating compliance to the Norwegian dietary guidelines
 - Intake of food and beverages

3 Methods

3.1 Study design

The present study is a cross-sectional study describing the habitual diet of the study population and evaluating the intakes from the web-based, self-administered FFQ against intakes from 24HR. After completing the FFQ, the participants received a picture book by mail, with pictures of portion sizes to use during 24HR. Thereafter, the participants completed three 24HR on three non-consecutive days with 2-3 week intervals. Participants who did not answer the telephone calls after several attempts to reach them for a 24HR interview, received an SMS to schedule a time for the interview. Data collection started in week 35 in 2017 and completed in week 2 in 2018.

3.2 Inclusion criteria

Inclusion criteria were initially all women diagnosed with diabetes type 2, with Pakistani or Sri Lankan background, living in Norway in 2017. The criteria were later changed to all women with Pakistani or Sri Lankan background, living in Norway in 2017.

3.3 Recruitment

The aim was to enroll 40 participants, anticipating 25% drop out, to end up with a dataset with 30 participants. In this study 41 subjects were included. Enrollment started in week 35 and was finished in week 45 to assure adequate time for data collection and analysis. After 7 weeks with enrollment, only 10 women had signed the consent form. This led to a change in the inclusion criteria and we opened up for inclusion of all women with Pakistani and Sri Lankan background, as opposed to having a diabetes type 2 diagnose. This increased the number of participants drastically, and after 3 weeks the inclusion aim was reached, in week 45.

The participants were included through many different channels; a blog post on Oslo University Hospital (OUH) blog with information about the project and link to a consent form (50); a Facebook page with information that was shared by friends and family; the master student hung up posters (Appendix 1) at hospitals, shopping malls, mosques, doctor offices, municipal health centers (Frisklivssentraler) in Oslo and at the Tamil Resource and

Counselling Center (Tamilsk Ressurs og Veiledningscenter, TRVS) at Rommen. The poster was translated to Tamil and hung up at TRVS (Appendix 2). It was also placed information letters with other information letters on the front desk, at the center. All the teachers at TRVS were informed about the study and encouraged to recruit participants. Voice of Oslo, a radio channel had a “Helseprogram” in Urdu, Somali and Arabic about diabetes, nutrition and obesity and was asked to share the master project on their FB page and tell about it during the radio program. The organization “Bydelsmødre” were also contacted, but because of the state of health of the contact person, they were not able to help during the recruitment period for this study. In week 38, the master student contacted all the health service places in Oslo, and the master student were invited to recruit users with South Asian background. The municipal health centers at Sagene, Grorud, Furuset and Alna allowed the master student to come by and recruit participants after their scheduled physical activities. Participants were also enrolled by the master student, by approaching potential participants and inform them about the study, in different places in Oslo, at Grønland, Tøyen and Furuset. In week 39 we sent e-mails to doctor’s offices in Østensjø, Grorud, Bjerke, Alna and Søndre Nordstrand community districts. We also mounted a poster and information leaflets in a folder on the wall and had an information slide on the information screen in the waiting room at the endocrinological outpatient clinic, Oslo University Hospital, Aker. Nurses and doctors at Aker, informed potential participants about the study and handed out information leaflets.

3.4 Consent form

An electronic consent form (Nettskjema, UiO) was made to collect consents and the necessary contact information about the participants and to inform the participants that participation in this study was voluntary (Appendix 3). The consent form had questions about whether they wanted to participate in the study, their ethnic background (Sri Lankan or Pakistani) and whether they had diabetes type 1, type 2 or not. In addition, they were asked to register their phone number so we could do 24HR, e-mail address to send the FFQ and postal address to send the picture book of portion sizes. Lastly, the consent form included a question about preferred timing of the 24HR with three alternatives: every day, evenings or weekends.

3.5 FFQ

The FFQ used in the study was developed at the department of nutrition, University of Oslo. The FFQ is validated for energy intake, using doubly labelled water (51). It is designed to collect habitual diet among an adult ethnic Norwegian population.

Participants received a link to the FFQ after inclusion, and their participant number by e-mail. If the FFQ was not completed within 10 days after receiving the questionnaire, an automated reminder was sent to their email. One week before the last opportunity to answer the FFQ, all participants who had not answered the FFQ were called and reminded to answer within the end of the week.

The FFQ was a self-administered, electronic form with questions about frequency and amounts of intake of all food items included, except for spices, where only frequency of intake was asked (Appendix 4). The food items are divided into 25 categories. It was only possible to fill out the FFQ once, without the possibility for time breaks. It consisted of 270 questions about food items eaten throughout the day, over the past year. In each food category, there was a question about if the participant ate a particular food item or not. If they ticked off for “No”, the next food category would show up. If they ticked off for “Yes”, more detailed questions about which type, amount and frequency showed up. Questions about amounts were for many food items presented as pictures with different portion sizes, to make it easier to answer. The FFQ also included questions about how often a particular item was eaten per day, per week or each month, based on how often food items are usually eaten. The questions had many alternatives about the frequencies, the scale went from never, rarely, 1-2/week up to 13 or more/week for some questions. All the questions had nine or more alternatives to choose between for frequencies questions. It was not possible to go further without choosing an alternative. The FFQ had some additional questions. It contained eight background questions and a text box to fill in food items that the participants often consumed but were missing in the FFQ. We added a question asking whether they got help to answer the questionnaire. At the end a text box was also added for other remarks. The question about fat spread had an error: If the participants ticked off for not eating butter or other fat source on their bread, all the questions about individual butter and fat spread still showed up on the next page. This was corrected for before the analysis.

3.6 24-hour recall

To avoid information bias or immediate changes to their diet due to recently having answered the FFQ, the first 24HR interview was conducted approximately three weeks after filling out the FFQ. For all participants we aimed to perform three 24HR and to include two weekdays and one weekend day. We performed three 24HR over 9-week period for each participant to get the usual food intake due to considerable intra individual day-to-day variability that occurs. A single day provides poor estimate of a person's true long-term nutrient intake (35). Data was collected in autumn and winter and a week around Christmas was omitted.

Participants were called on an unannounced day, without notice so that they could not plan their intake. To help the participants to better estimate portion sizes, we used a picture book of portions with pictures of different sizes of plates, bowls, glass and cups (Appendix 5) and a paper with information (Appendix 6). It contained three pages with examples of bread types, bread slice thickness and form. It also contained pictures of four different portions of certain type of dishes/food items to make it easier to answer questions about the quantity. If some of the eaten items were not in the picture book, participants were instructed to find a picture that was similar to the dish/food item eaten. The master student conducted all the interviews over phone. The interview started with asking if they had the picture book available, if not we arranged to do the interview later on the same day or another unplanned day. Next, they were asked about when they woke up and what they ate first the preceding day. This was noted in KBS as meal 1 "måltid 1" with time, place it was eaten and what kind of meal it was, described in detail below. In the "note" section, details of the meal were noted down precisely by asking which type of food item and the amount. If dishes were complex it was often necessary to take notes of the ingredients and register them after the interview, preferably on the same day. The master student followed the instructions for 24HR and the picture book was used for all meals. The participants were asked to look up on different pages in the picture book to show which cup, plate or amount they used. After all the meals were noted, they were additionally asked if they drank anything else through the day as juice, tea or coffee, and if they ate some snacks through the day.

With regard to recipes, many of the women did not measure the amount of the ingredients used in the dishes so they were told to tell the approximate amounts of the different ingredients. For example, spices were measured by number of teaspoons, and oil as number of cups in the picture book. For dishes and food items that were not in the picture book,

pictures comparable to the dish eaten were used. The time used on data handling depended on if the participants had eaten food items that was already registered in the food database or if the master student had to find information about the food items from other sources and manually register them as new food item or recipes first, as described below.

3.7 KBS

KostBeregningsSystem (KBS) is a computer program developed at Department of Nutrition, University of Oslo (UiO), and is used in dietary research and education at UiO. It has three main functions; 1) To register dietary intake in studies, either by using the 24HR interview module, or transferring dietary data from FFQs, weighted food records or food diaries 2) Database of macro- and micronutrient food composition, updated on a regular basis to include new products 3) Calculate all types of dietary intake in form of macro and micronutrient intakes, energy, food and beverage intakes per person or on group levels. We used the 24HR module in KBS to perform 24HR interviews.

3.7.1 Recipes in KBS

Recipes given by the participants during the 24HR, were registered in KBS manually through the New food “Ny matvare” function. All the new food items were given their own code, name and saved in KBS. Weight change of the recipe was also registered, which was determined by the amount of water in food items in the recipes. If participants reported their intake in raw amount of a food item, it was registered in KBS the way it was prepared and eaten by using “Weights, measures and portion sizes for foods” (52). Many of the dishes had food ingredients that were not registered in the KBS database. Representative recipes and nutrition information about ingredients were found on the web, stores or in the USDA food composition database (version 3.9). For some food items only nutrition value was registered because of lack of ingredient composition. For food items that was impossible to find, nutrition values from similar items were used. All the recipes collected from the participants were registered in KBS and written down, to make a list of the recipes collected in the master project (Appendix 7). In this study we used the food database AE14, in KBS.

3.7.2 Calculation of dietary intake, macro- and micronutrients

The FFQ data were transferred to KBS, and calculated using a predefined syntax. The dietary data from the FFQ and 24HR were converted to average daily intake of food, beverages and nutrients. The results were exported to excel files which were then imported to the statistical program, SPSS, where dietary data were further analyzed, as described in the section below.

3.8 Statistical analysis

All statistical analyses were performed in IBM SPSS statistical software package, version 25. All p-values are two-tailed and statistical significance level was set to < 5 % for all analyses. Categorical data is presented in percent and number of participants (n). All continuous variables were assessed for normal distribution by visual inspection of histograms and normal Q-Q plots. Data are presented with mean and standard deviation (SD) or 95% CI when normally distributed. For not normally distributed data, median and 25-, 75- percentiles are presented. To test for difference across the two dietary methods, paired sample t-test was used for normally distributed variables, and Wilcoxon signed rank test for variables with non-normal distribution. To test the correlation between the two dietary methods, Pearson's correlation was used for normally distributed variables and Spearman's correlation for not normally distributed data. Correlation was defined as poor < ± 0.30 , moderate between ± 0.30 -0.49 and strong $> \pm 0.50$ (53). To further illustrate the relationship between intakes estimated from the FFQ and 24HR across different nutrients and food items, we calculated their ratio between FFQ and 24HR for all variables. Cross-classification to rank participants by the two methods, was done by categorizing the participants into tertiles to assess how many participants were correctly classified or misclassified across the methods. Bland and Altman plots (B&A plot) were also used to determine the agreement between the two methods and to observe any relationships between the difference between methods and the mean of the methods (54). The B&A plots were made by making scatterplots of the mean of the two measurements on the X-axis $((\text{FFQ} + 24\text{HR})/2)$ and the difference between the methods on the Y-axis $(\text{FFQ} - 24\text{HR})$. Reference lines for the mean difference with 95% CI were added to the plots.

3.9 Ethics

The project was approved by Norwegian center for research data (NSD) in august 2017, and Personvernombudet were informed about the recruitment of potential participants by doctors and nurses at the endocrinological outpatient clinic (Appendix 8). Participants were given a

participant specific identification number after receiving the consent form. The identification key with identification number, name and contact information of each participant, was safely stored in a locked drawer in a locked office at the department of Nutrition. No contact information was saved in KBS, only participant number, which was used to connect each participant's FFQ and 24HR. Participants were informed that it was voluntary to join and they could withdraw at any time. They were also informed that they could at any time have access to the information saved about them and option to have it deleted. The contact information was saved in the "Nettskjema" program, which the supervisors and the master student had access to.

4 Results

4.1 Study population

A total of 41 participants were recruited from August 2017 until November 2017. Of these women 28 filled in the FFQ, and further 27 completed 3 x 24HR, as shown in the flow chart (Figure 1).

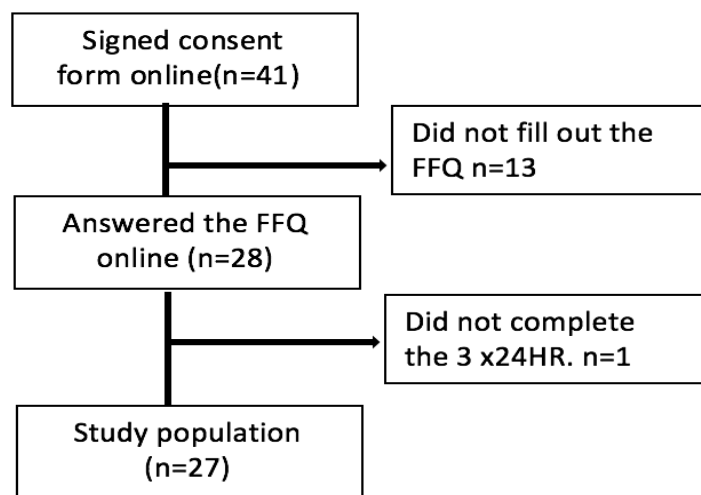


Figure 1: Flow chart over recruitment

Of the 41 women consenting to participate, 27 completed the study (4 Sri Lankans and 23 Pakistanis), all living in the greater Oslo area. The participation rate was 66% of signed up participants. Eight of the participants had a type 2 diabetes diagnosis (2 Sri Lankans and 6 Pakistanis). Background characteristics are presented in Table 1. Mean age was 46 years and mean BMI was 28 kg/m². Of all the participants, 70% of the women had children, and 70% (n=19) had finished high school or higher education. Furthermore, 67% (n=18) had a job, while 33% (n=9) had no job.

Table 1 Background characteristic of the participants (n=27)

Characteristics		
Age (years)*	46	(24,49)
BMI (kg/m ²)**	28	5.3
Life situation		
	n	%
Have children	19	70.4
Education		
Not educated	2	7.4
Elementary school	6	22.2
High school	11	40.7
University	8	29.6
Diabetes		
Type 2 diabetes	8	29.68
Income status		
Out of work	9	33.3
Work, fulltime	10	37.0
Work, partime	8	29.6
Smoking status		
Yes	2	7.4

*Median and 25-75-percentiles

** Mean and SD

4.2 Evaluation of dietary intakes from the FFQ

4.2.1 Intake of macro nutrients

Intakes of macronutrients estimated from the FFQ and 24RH are presented in Table 2. The FFQ significantly overestimated the absolute intake of energy, protein, saturated fat, carbohydrates and fiber ($p < 0.05$) compared to intake from the 24HR (ratio ranging between 1.24 to 1.60). We also observed a tendency towards overestimation in the FFQ for total fat ($p = 0.06$). The FFQ overestimated total energy intake on average 1.5 MJ, the intake of protein by 20.3 g, saturated fat by 6.9 g, carbohydrate by 33.9 g and fiber by 10.9 g as compared to the 24HR estimates.

For macronutrients there was strong, positive correlation between intakes from the FFQ and from the 24HR for sugar ($r = 0.61$), and moderate correlations for saturated fat, polyunsaturated fat, carbohydrate and fiber. The poorest correlations were observed for protein and total fat ($r < 0.1$), see Table 2.

There were only 3 participants who drank alcohol, and therefore alcohol analysis was excluded from the study due to a small number of data.

Cross-classification analyses showed that the intakes of macronutrients from the FFQ were correctly classified for 22% to 56% of the participants, whereas 0 % to 26% were grossly misclassified between the two methods, see Table 2.

Energy percentages (E%) are presented in Table 2. The FFQ overestimated E% from saturated fat and fiber compared to estimates from the 24HR ($p < 0.05$). The ratios were between 1.13-1.26, shown in Table 2. The FFQ overestimated saturated fat by 1.1 E% and fiber by 0.5E% compared to 24HR.

For E% we found a strong correlation between intakes from the FFQ and 24HR for saturated fat E% ($r = 0.66$) and moderate correlation for fat E% ($r = 0.31$), monounsaturated fat E% ($r = 0.41$), polyunsaturated fat E% ($r = 0.32$), fiber E% ($r = 0.48$) and sugar E% ($r = 0.49$). Cross-classification across the two methods, showed that 37% to 56% were correctly classified and 3% to 22% were grossly misclassified.

4.2.2 Intakes of vitamins and minerals

Intakes of micronutrients estimated from the FFQ and the 24HR are presented in Table 3. The FFQ overestimated the absolute intake of all micronutrients except for vitamin E, selenium, iron and sodium, compared to intakes estimated by the 24HR, shown in detail in Table 3. The ratios ranged between 1.34 to 3.86 times higher intakes for all variables that were significantly different between the FFQ and the 24HR.

None of the variables were strongly correlated, and moderate correlations were observed for vitamin B12 ($r = 0.34$) and vitamin D ($r = 0.34$). Vitamin B6, folic acid and potassium were negative correlated. In cross-classification analysis, 26% to 52% were correctly classified according to micronutrient intake and 11% to 26% grossly misclassified between the two methods, presented in Table 3.

4.2.3 Intake of food and beverages

Intakes of food and beverages from both methods are presented in Table 4. Of total 36 food categories analysed, the intakes of 12 categories (44%) were significantly different between

the two methods, whereof 10 were overestimated in the FFQ and 2 underestimated, compared to 24HR. The FFQ overestimated intakes of total food intake, potato, fruit and berries, meat, red meat, white meat, fatty fish, margarine light, sugar & sweets and coffee compared to 24HR ($p < 0.05$). Intakes of oil was the only food items significantly underestimated in the FFQ compared to 24HR. The intake from 24 of the food categories (56%) were not significantly different between the methods. The highest absolute difference in gram were observed for fruit and berries and coffee.

There were strong correlations between intakes from the FFQ and from the 24HR for cake, red meat, dairy products, milk and yoghurt, semi-skimmed milk and coffee, presented in Table 4. Moderate correlations were observed for potato, meat, fat fish, whole milk, cheese, light margarine, sugar & sweets and soft drinks w/sugar. In cross-classification analysis, 11% to 67% were correctly classified, whereas 0 to 30% were grossly misclassified between the two methods for food categories.

4.2.4 Bland & Altman plot analyses

The Bland & Altman plots in Figure 2, show the absolute differences between measurements in FFQ and 24HR against the average intake. B&A plots were made for all intake variables that showed significant differences between estimates from the FFQ and the 24HR. For most of the estimated intakes the differences between methods were evenly distributed above and below the mean difference, visualized by an example of vitamin B12, Figure 2a. Similar B&A analyses results were seen for intakes of fiber, saturated fat, carbohydrate, total energy, E% from fiber, E% from saturated fat, potato, juice & smoothie, meat, red meat, fatty fish, light margarine, sugar, coffee, vitamin A, vitamin B1, vitamin B6, vitamin B12, vitamin C, Mg, P, Zn and Ca. We observed a trend towards increasing differences with increasing intake, as shown for folic acid (Figure 2b) and fruit and berries (Figure 2c). This was also seen for protein and potassium.

Figure 2 d shows the B&A plot for the intake of oil. The FFQ underestimated the intake of oil on group level and this negative difference increased with increasing average intake, as shown in Figure 2d.

The B&A analysis of total intake of food, showed that the FFQ overestimated the intake on group level. The differences in intakes between methods did not show any specific trend

other than that more participants over reported total intake than those who underreported intake, see Figure 2e

4.3 New recipes

While the FFQ registers dietary intake of predefined food items, 24HR allows for more detailed registration of homemade dishes or food items based on their ingredients. In total 99 food items/recipes were added in AE14 database, where of 67 were recipes, 6 were spices, 5 Pakistani desserts recipes, 6 carbohydrate containing staples which are often used, and the rest was a mix of food items bought from shops which were not found in the AE14 database, see Appendix 6.

4.3.1 Impact on total food intake

The study found a mean total of 291.1 g came of daily food intake from the recipes not originally found in the AE14 database, and therefore manually registered in KBS. Total mean food intake measured in the 24HR was 2534 g, whereof the recipes constituted with 11.5 % of the total food intake.

4.3.2 Impact on nutrient intake

The new recipes provided 2 MJ/day, which is 28% of the total energy intake measured using the 24HR. The recipes contributed with 23,9g of protein (32.8% of total protein intake), and 21g fat (32,8% of total fat intake), 45.5 g (23.8% of total carbohydrate intake) as shown in Table 5.

4.4 Intake according to the Norwegian guidelines

Most of the nutrient intakes estimated by the 24HR was according to Norwegian guidelines (55) as shown in Table 2. The mean protein intake, fat intake, polyunsaturated fat intake, carbohydrate intake and sugar intake was as the recommendations. Saturated fat was above the guidelines 10.3 E% in 24HR. The fibre intake was slightly lower than the recommendations measured by 24HR (23g/day). The omega-3 intake was higher than the recommendations 2.6g/day 24HR, without including dietary supplements. The intake of micronutrients was lower than Norwegian dietary guidelines for vitamin D, calcium, selenium and iron, vitamin A, folic acid and vitamin C, shown in Table 3.

4.5 Reported use of time, assistance and open box comments

Fourteen of twenty-seven participants needed help to answer the FFQ, and 12 of them got help from their children, one got help from her niece and one from her friend. The participants used 50 minutes on average, where the fastest answered in 27 minutes and the slowest used 1 hour and 42 minutes. Five of the participants left a comment in the open box for other food items they usually eat.

Table 2 Daily intake of macronutrients from the FFQ and 24HR (n=27)

	FFQ		24H-recall		Norw.guide ⁵	Abs.diff ¹		P ²	r ³	Mean ratio ⁴	Crossclassification		
	Mean	SD	Mean	SD		Mean	SD				Corr	Corr. adj	Miss.
Absolute intake													
Energy, MJ/day	8.5	0.6	7.1	0.33		1.5	3.1	0.020	0.260	1.30	13	8	6
Protein, g/day	93.1	39.3	72.8	19.1		20.3	42.1	0.018	0.095	1.36	7	16	4
Fat, g/day	77.6	33.1	64.1	18.7		13.5	35.1	0.063	0.017 ^a	1.30	6	14	7
Saturated fat, g/day	26.6	14.0	19.7	7.3		6.9	12.3	0.007	0.473	1.44	9	16	2
Monounsaturated fat, g/day	29.2	12.8	24.6	7.5		4.6	14.5	0.108	0.053	1.29	9	12	6
Polyunsaturated fat, g/day*	14.3	(9.3, 25)	13.4	(9.1, 15.8)		0.5	1.8	0.486**	0.308***	1.21	10	12	5
Omega 3 fatty acids, g/day	3.0	1.5	2.6	1.4	>1 g	0.5	1.9	0.199	0.133	1.57	11	10	6
Omega 6 fatty acids, g/day	10.9	4.9	11.4	6.5		-0.4	7.5	0.789	0.169 ^a	1.11	13	10	4
Carbohydrates, g/day	225.2	82.6	191.2	57.5		33.9	78.7	0.034	0.414	1.24	15	10	2
Fibre, g/day	33.9	17.9	23.0	9.4	25-35 g	10.9	17.3	0.003	0.324	1.60	13	14	0
Sugar, g/day*	13.8	(9.4, 24.4)	17.5	(4.9, 24.4)		-0.7	2.9	0.943**	0.605 ^a ***	2.76	13	12	2
Energy percent (E%)													
Protein	18.4	0.6	17.6	0.6	10-20	0.8	4.0	0.301	0.197	1.071	13	8	6
Fat	33.1	1.2	33.6	1	25-40	-0.4	6.9	0.747	0.305	1.003	10	12	5
Saturated fat	11.4	0.7	10.3	0.6	< 10	1.1	2.8	0.045	0.661 ^a	1.133	15	11	1
Monounsaturated	12.5	0.6	13.1	0.6	10-20	-0.6	3.3	0.348	0.406 ^a	0.991	12	11	4
Polyunsaturated	6.1	0.3	7.1	0.5	5-10	-1	2.7	0.066	0.316	0.918	13	12	2
Carbohydrate	45.3	7.4	45.9	6.52	45-60	-0.6	8.5	0.699	0.269	1.001	11	12	4
Fibre	3.1	3.13	2.6	1.07		0.5	1.0	0.011	0.476 ^a	1.255	13	9	5
Sugar	4.4	3.2	5.1	3.9	<10	-0.7	3.6	0.296	0.488 ^a	2.109	13	11	3

1 absolute difference, 2 p-value by paired sample t-test, 3 r Pearson correlation, 4 FFQ/24HR, 5 Norwegian Dietary Guidelines(55) *not normally distributed, median and 25-, 75 percentile, **Wilcoxon Signed Rank test, ***Spearman correlations a:(p<0.05) for correlation analyses

Table 3 Daily intake of micronutrients from the FFQ and 24HR (n=27)

Nutrients	FFQ		24H-recall		Absolute difference		P ¹	r ²	Mean ratio	Crossclassification		
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD				Corr.	Corr.adj	Miss.
Vitamin A (mcg/d)	884	489	450	199	434	508	<0.001	0.108	2.40	9	12	6
Vitamin B1 (mg/d)	1.7	0.7	1.2	0.4	0.4	0.66	<0.001	0.253	1.39	10	14	3
Vitamin B6 (mg/d)*	1.9	(1.3, 2.7)	1.3	(1, 1.8)	0.5	1.04	0.011**	-0.082***	1.58	10	11	6
Vitamin B12 (mcg/d)*	5.4	(3.7, 6.9)	3.6	(2.2, 5.6)	1.8	2.92	0.004**	0.336***	1.76	14	10	3
Folic acid (mcg/d)	404	271	230.5	66	173	293	0.005	-0.225	1.95	8	13	6
Vitamin C (mg/d)	143	(74,216)	67	(41, 111)	87.4	143.9	0.002	0.098	3.86	7	14	6
Vitamin D (mcg/d)	6.2	4.2	3.5	2.8	2.8	4.2	0.002	0.336	2.53	10	12	5
Vitamin E (mg/d)	14.1	6.6	13.1	3.6	1.1	7.2	0.424	0.076	1.16	8	14	5
Zinc (mg/d)	11.5	4.2	9.2	3.2	2.3	4.9	0.024	0.121	1.36	9	13	5
Selenium (mcg/d)*	43	(34,57)	40	(32,51)	2.33	37.7	0.486**	0.005***	1.29	8	12	7
Calcium (mg/d)	774	340	538	167	235.9	311	0.001	0.409 ^a	1.52	13	10	4
Potassium (mg/d)	4336	1946	2637	607	1699	2071	0.000	-0.057	1.76	9	12	6
Iron (mg/d)	11.5	4.5	9.7	4.3	1.8	6.1	0.147	0.039	1.34	9	15	3
Sodium (mg/d)*	1755	(1307, 2523)	2338	(1582,2940)	-323.7	1285	0.212	0.125**	0.98	10	12	5
Magnesium(mg/d)	405	157.4	293.4	86.4	111	175	0.003	0.054	1.49	9	14	4
Phosphor (mg/d)	1639.8	624	1286.6	54.8	355	667	0.010	0.071	1.34	7	16	4

1 Paired sample t-test, 2. pearson correlation, * not normally distributed, median and 25-, 75 percentile, ** wilcoxon signed rank test, *** spearman's correlation, a:(p<0.05) for correlation analyses

Table 4 Daily intake of food and beverages, in g/day (n = 27)

Nutrients	FFQ		24H-recall		Abs. diff ¹		P ²	r ³	Ratio ⁴	Crossclassification		
	mean	SD	mean	SD	mean	SD				Corr.	Corr.adj.	Miss.
Total food intake	3540	1250	2534	670	1005.3	1447.7	0.001	-0.05	1.5	10	10	7
Bread	163	116	131	73	32.1	127.2	0.200	0.15	2.15	12	10	5
White bread*	10,5	(3.9, 20.0)	0	(0,24.5)	-3.7	27.7	0.614	0.06	0.76	9	11	7
<50% whole wheat bread*	0.5	0.5,149	0	0,26.7	43.3	110	0.091	0.25	1.86	6	13	8
>50% whole wheat bread	80,6	102	93	63.3	-12.3	104.9	0.548	0.26	1.14	8	16	3
Grains	121.1	104	149.6	77.5	-28.5	133.7	0.279	-0.07	1.84	10	12	5
Cakes*	11	(7.2, 19.9)	0	(0,40)	-3.7	23.8	0.840	0.56 ^a	1.02	17	7	3
Potatoes*	27.7	(13.5,64.6)	16.8	(4,45.6)	14.3	33.8	0.042	0.30	1.58	12	12	3
Vegetables*	264.6	(160.7,457.1)	207	(160.7,457.1)	200.5	465.7	0.052	-0.17	3.10	7	14	6
Fruit and berries*	282.6	(142.2,503.2)	105	(43.3,230)	249.6	324.8	<0.001	0.14	35.52	14	10	3
Juice & smoothie*	6	(2,61)	0	(0,0)	41.1	145.4	0.018	0.13	0.42	11	14	2
Meat	132.3	72.8	86	67.5	46.9	80.4	0.005	0.35	2.57	6	16	5
Red meat*	50	(25,85)	21.2	(0,76.7)	22.6	54.7	0.034	0.62	2.45	11	12	4
White meat*	70	(29.7, 77.9)	37.7	(0,70.4)	24.2	54.4	0.025	0.26	2.06	11	13	3
Fish and shellfish*	40.5	(19.6,64.5)	0	(0,61.7)	24.6	56.8	0.054	0.49 ^a	1.22	15	8	4
Fat fish*	8	(3.9, 20.3)	0	(0, 0)	12.1	24.2	0.002	0.38	1.21	9	18	0
Eggs	33.2	24.7	28.1	32.0	5.2	34.5	0.444	0.28	1.23	14	9	4
Dairyproducts	248	41	177	19	70.6	179.5	0.051	0.53 ^a	1.61	16	8	3
Milk and yoghurt*	146.2	(46.7, 317.8)	155.3	(88.9, 220.1)	21.3	117	0.349	0.66 ^a	1.23	18	8	1
whole milk > 3.9 % fat*	2	(0,143)	51.3	(5.6, 82.7)	-1.4	80.2	0.527	0.36	1.08	12	13	2
semi-skimmed milk 1.2 % fat*	0.87	(0.0, 57)	0	(0, 14.7)	7.3	73	0.709	0.21	0.42	12	14	3
skimmed milk 0.7 % fat*	0	(0,2)	0	(0,0)	10.3	59.9	0.373	0.51 ^a	0.56	5	22	0
Cheese*	12.2	(6.1,23.7)	8.7	(0.0, 23.3)	2.6	17.1	0.516	0.35 ^a	1.5	9	15	3
BMO ⁵ *	22.9	(8,30)	19.5	(8.1, 33.8)	-1.5	31.7	0.692	0.15	1.7	8	15	4
margarine	1.2	1.3	0.71	1.9	0.5	2.4	0.326	0.077 ^a	0.6	9	17	1
margarine light*	7.9	(0.0, 9.5)	0	(0, 0)	6.9	17.99	0.012	0.39 ^a	8.5	4	22	1
butter*	0	(0.0, 2.8)	0	(0, 0)	3.3	9.2	0.056	0.02	0.78	3	21	3
butter/margarine, unspecified*	0	(0.0, 0.7)	0	(0, 0)	0.01	2.1	0.345	0.12	0.19	4	22	1
oil*	1.7	(0.8, 2.3)	7.6	(5.2, 17.0)	-9.2	9.6	<0.001	0.10	0.40	14	8	5
mayonnaise, dressing*	2.9	(0.6, 6.7)	0.0	(0.0, 0.0)	-3.8	22.5	0.639	0.16	0.40	10	10	7
snacks	1.8	(0,3.8)	6.3	(0,30)	-13.6	26.4	0.184	0.27	0.57	11	12	4
Sugar, sweet*	4.7	(3,18.5)	7.2	(0.33, 23.2)	-2.8	13.6	0.017	0.47 ^a	5.00	18	5	4
Beverages	1856.3	1114	1457.5	620	398.7	1308	0.125	-0.06	1.55	8	12	7
coffee*	26	(0, 250)	0	(0, 93.3)	193.8	542.8	0.010	0.75 ^a	9.67	16	9	2
tea*	179	(71, 393)	250	(100, 494)	101.6	680.5	0.819	0.28	1.84	11	12	4
soft drinks w sugar*	5.7	(0.0, 43.0)	0	(0.0, 0.0)	14.9	80.9	0.125	0.36 ^a	0.35	11	16	0

1 absolute difference, 2 p-value by paired sample t-test, 3 r measured by Pearson correlations test, 4 FFQ/24HR, 5 BMO – butter, margarine and oil *not normally distributed, median and 25-, 75 percentile, Wilcoxon Signed Rank test and Spearmans correlations, a:(p<0.05) for correlation analyses

Table 5 Intake from the recipes not originally found in the AE14 database and manually registered in KBS.

	Mean	95% CI	Percentage of total intake
Intake from recipes, g/day	291,9	206.7, 352.7	10
Energy, MJ	2,08	1.155, 2.360	28
Protein, g	23.9	16.3, 32.7	33
Fat, g	21	11.9, 26	33
Saturated fat, g	4.72	1.9, 6,0	24
Monounsaturated fat, g	9.22	5.8, 12.2	38
Polyunsaturated fat g	5.15	4.2, 18.1	
Carbohydrates, g	45.5	29.8, 58.5	24
Fibre, g	6.5	4.5, 9.5	28
Sugar, g	2.3	-0.3, 3.0	10
Vitamin A (mcg)	103	54.4, 131.6	23
Vitamin B1 (mg)	0.33	0.2, 0.4	28
Vitamin B6 (mg)*	0.51	-0.04, 15.7	39
Vitamin B12 (mcg)*	0.9	0.8, 4.5	25
Folic acid (mcg)	59	33.6, 72.6	26
Vitamin C (mg)*	20	19.6, 35.7	30
Vitamin D (mcg)	1.06	0.6, 3.1	30
Vitamin E (mg)	5.11	2.9, 5.9	39
Zinc (mg)	2.8	2.2, 5.3	30
Selenium (mcg)*	12	6.1, 17.9	30
Calcium (mg)	75	47.2, 93.9	14
Potassium (mg)	757	655.9, 1127.3	29
Iron (mg)	3.1	-3.4, 180.4	32
Sodium (mg)*	874	538.5, 1304.7	37
Magnesium (mg)	77	42.4, 95.7	26
Phosphor (mg)	324	415.9, 1460.8	25

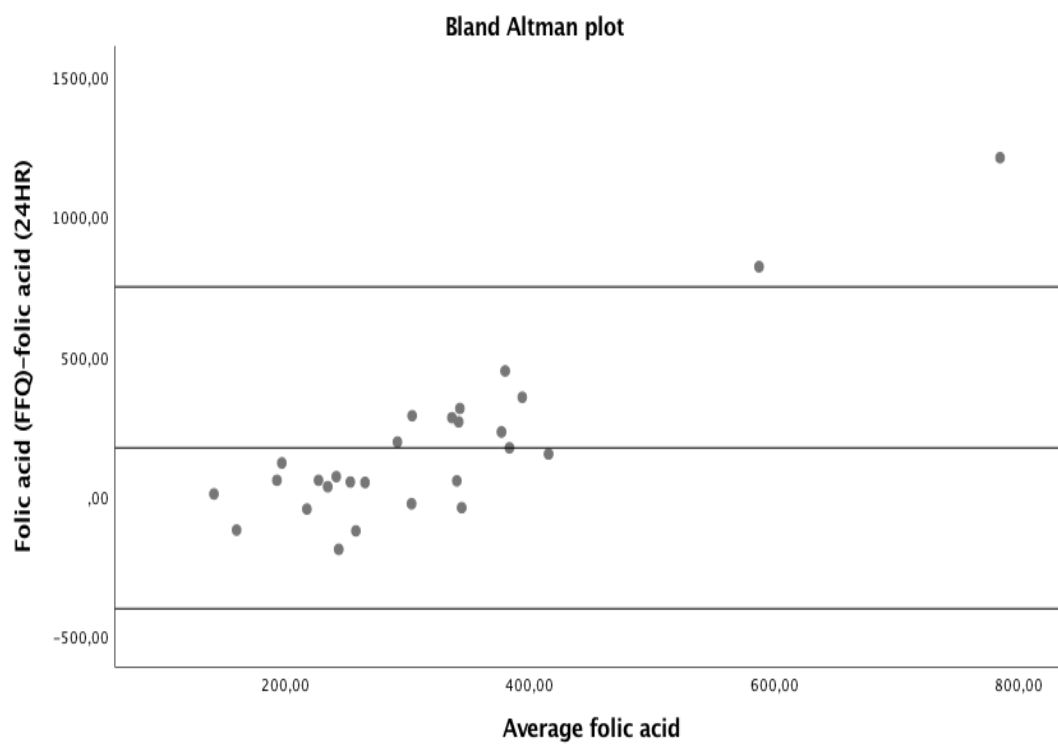
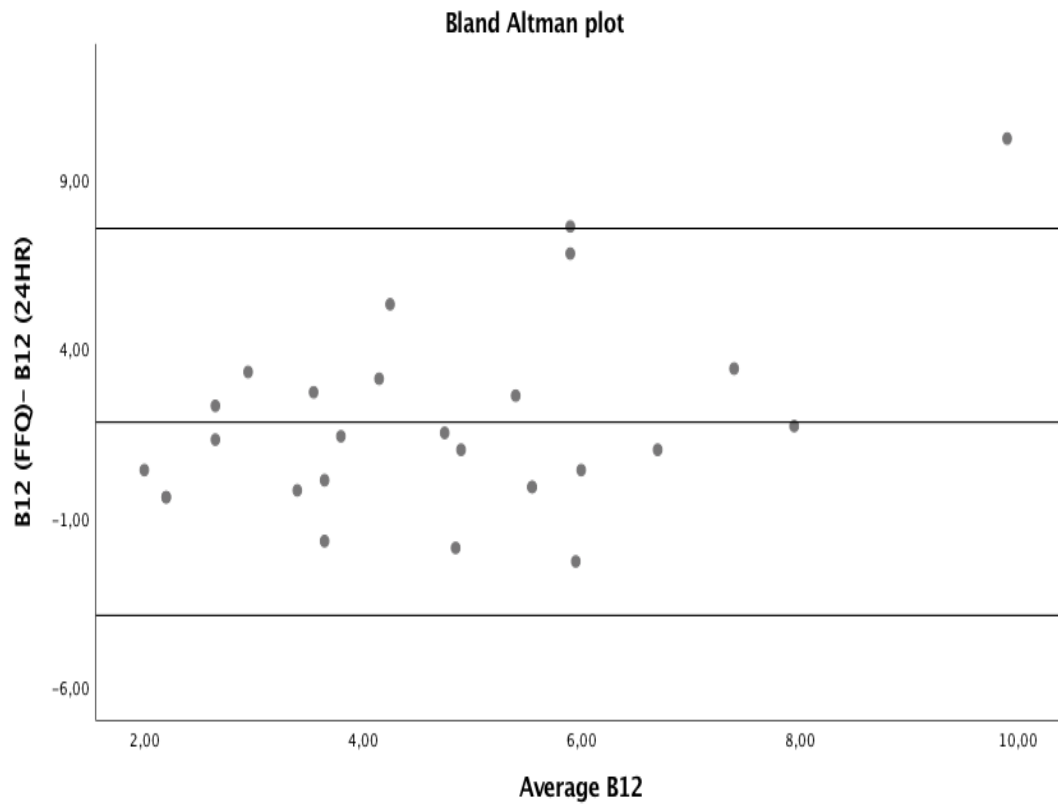


Figure 2: Bland & Altman plots of B12 and folic acid

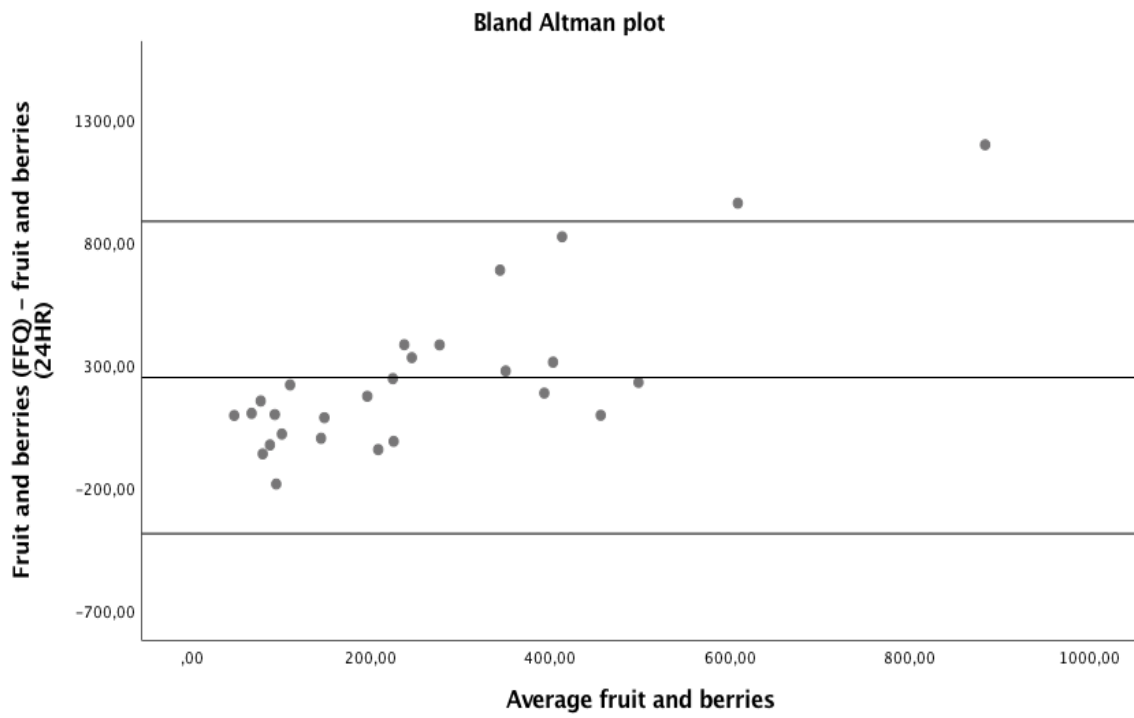


Figure 3 Bland & Altman plots of fruit and berries

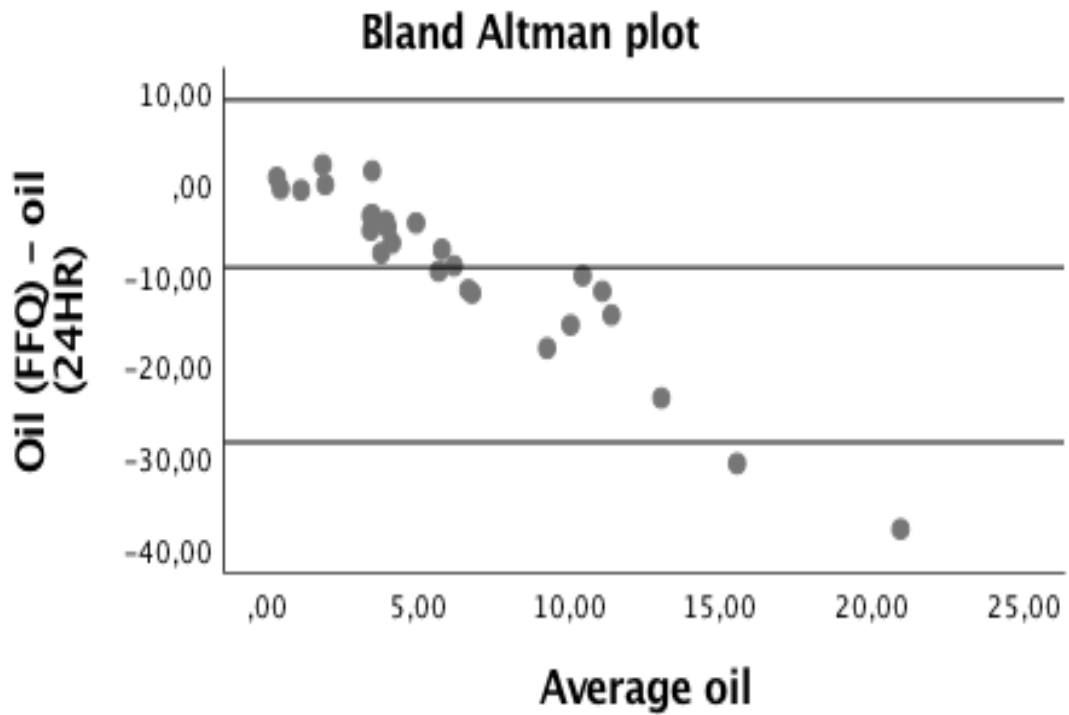


Figure 4 Bland & Altman plots of oil intake

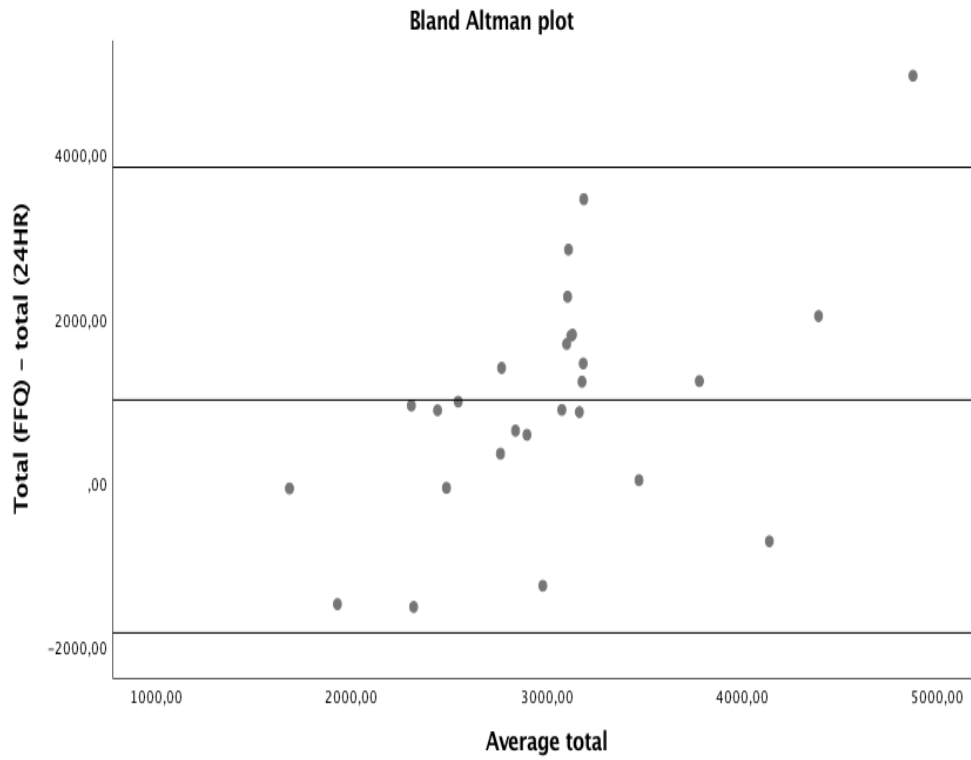


Figure 5: Bland & Altman plots of some of the nutrients

5 Discussion

To our knowledge the present study is the first to evaluate the use of a FFQ designed to capture the habitual Norwegian diet, in a South Asian population in Norway. In addition, this is to our knowledge, the first study to present detailed dietary information of a South Asian population in Norway, using dietary assessment methods and the KBS food and nutrient calculation system.

5.1 Methods discussion

5.1.1 Study design

This study is an evaluation study with a cross-sectional study design, describing dietary intake. All dietary intake data was measured within a half year, and may not get the variability in the diet as it would with collection of data over a longer period, by including dietary assessment in all seasons. The FFQ measured the intake of the previous year from August 2017 to August 2018, while the 24HRs recalls were done 12 weeks after that period, which can cause some differences in estimated intake.

5.1.2 Internal validity

Internal validity is linked to valid conclusions drawn from the study population the sample is selected from (56). This assumes no errors in the way the data are collected, analysed and interpreted (37). There are two main types of bias that can affect the validity, selection bias and information bias (37).

Selection bias

Recruitment

In our study, the study population was defined as all female South Asians living in Norway. The participants were randomly approached to on the streets in a few areas and recruited through social network. This may have introduced a selection bias in our study population. The use of the OUS blog and Facebook page did not work out as planned. It was shared by friends and family, posted on pages with large numbers of Pakistanis, but with no effect on recruitment. This could be due to the study population did not use social media to the extent that it would be of use for recruitment. The change in the inclusion criteria, made it easier to

recruit participants, but 10 weeks for recruitment was too short time to recruit more than 41 potential participants. If the criteria had been changed earlier and all recruitment methods used from the start it would have been easier. The health service centres (Frisklivssentraler) were very helpful with finding out how many of their users had South Asian background and some of them even contacted the participants to ask if they wanted to participate in this study. This may be a good way to recruit participants with Pakistani or Sri Lankan ethnicity, for future studies. Studies show that South Asians are often under-represented in studies because of lack of interest, problematic to convince the participants to join the study and family responsibilities (57). Some of the women who were approached, commented that they did not feel comfortable speaking Norwegian, or did not want to participate due to expenditure of time, since the methods are time-consuming. Some had low understanding of the study and did not understand the purpose of the study. Further, some of the women believed they did not have anything to contribute with and said they ate the same as everyone with the same background as them. A review done on recruitment of South Asians show that the best way to recruit was to motivate participants by letting them know the importance of disease prevention, the ability to contribute to scientific knowledge, the potential to help society through participation and by a sense of obligation to healthcare providers (58). Laake et al. mentioned that participants considered the self-interest and the importance of contributing to research, when considering participating in research studies (56).

Education

Of the included participants, 7.4% had no education, and 22.2% had only elementary school education, which is important because some may not be able to fill out the FFQ by themselves. About 15.6% of Pakistani women living in Norway between the age 40-49 years only have elementary school education (59). The use of web-based FFQ as the main method was also challenging in this population, as 14 of 27 participants (52%) needed help to answer the FFQ. This may have had an impact on which women accepted the invitation to participate in the study and whom declined.

Diseases

Three women reported that their 24HR did not represent a normal day as they were ill the day before, had a recent surgery or were recently diagnosed with other disease(s), which can have had an impact on the dietary intake. The participants who signed the consent form but did not participate were about the same number with Pakistani and Sri Lankan background, and

probably not because of selection bias. Other background data was not registered for those who were excluded or dropped out of the study.

Information bias

This study may also have some information bias, which can lead to under- or overestimation of the results. The first bias could have occurred when answering the questions in the FFQ. Due to lack of understanding the questions because of language barrier and not fully understanding the purpose of the study, the participants could have given wrong answers. It may be easier for the participants to fill in the FFQ if there were pictures of the food items. It may also be an useful help if the participants had more detailed instruction on how to answer the FFQ, as earlier studies including Pakistani women have shown a high number of illiterate participants (24%) (29). Second factor to think about, is that the family/friends could have filled in the FFQ for the participants, and choosing the alternatives for them, which can lead to misreporting in the FFQ. About 13 participants reported getting help to answer the FFQ. Another important factor to have in mind is the recall bias, discussed in detail below. Furthermore, it was not possible to interview all the participants on two week days and in the weekend, due to some participants were only available on particular days. This could have affected the results and we may have not got the variation in the dietary intake.

Self-reported data

All background data and anthropometric data was self-reported in this study. Anthropometric data may have been less accurate reported than other background data. Validity of self-reported anthropometric data has indicated that the errors however are small compared to direct measurements (60). Studies have shown that women tend to underreport weight and overreport height, and women underreport weight more than men (35). In other words, self-reported anthropometric data is sufficient for use in epidemiological studies, but leads to underestimation of obesity prevalence (35).

FFQ

The participants' age was from 21 to 75 years. The oldest woman (75y) needed help during the 24HR to use the picture book and tell about brands and amounts. None of the other participants needed help with the 24HR however, while several needed assistance filling in the FFQ. All dietary data is also self-reported and social desirability bias could have occurred

because individuals have a picture of what a healthy diet is and thus underreport the intake of unhealthy food and overreport healthy food items.

Statistical analyses

The analyses were also done carefully to not affect the results. Statistical validity was checked for by using appropriate statistical analyses and assessing the intake data for normal distribution or not, before analysis.

Evaluation of dietary assessment methods

According to Andersen's criteria for successful validation studies, the criterion of using a reference method more precise than the test method was fulfilled, by using 24HR as reference method (36). The second criterion was also fulfilled, since both methods measured dietary intake on group level and were used to compare mean dietary intake and rank the participants. Furthermore, the third criterion was only partly fulfilled because of both methods have some of the same sources of error, discussed in detail below. Criterion four was not fulfilled due to timeframe and resources of this study. Criterion five was fulfilled, and criterion six was not fulfilled. Originally, we wanted to recruit participants with type 2 diabetes, but we were not able to reach our aim. So participants without diabetes were also included. Due to the low number with diabetes included, we were not able to describe the diet of participants with type 2 diabetes only.

Other alternative reference methods

The most important criteria for a reference method is the reference method measures dietary intake better than the test method (37). In the present study biomarkers, for example, carotenoids for vegetable intake to compare with FFQ and doubly labelled water for measurement of energy expenditure to compare with estimated energy could have been alternative reference methods (61). Use of biomarkers may have given stronger results about the dietary intake and better validation of the dietary intake assessed by the FFQ, than 24HR which have some of the same errors as the FFQ. However, due to limited resources and the fact that one important purpose of this study was to compile recipes of foods and dishes not already in KBS food database, biomarkers were not applied in this study.

Methods as dietary record would not work when 30% of the participants would not be able to register their diet without help, and doing it for multiple days would be a greater burden and

probably cause underreporting and lack of motivation to participate. Furthermore, it would have been more time consuming and a large respondent burden for example weighed food records, which would require more effort from the participants.

The double portion method is a better method than 24HR to evaluate an FFQ, but more of a burden on the respondent (30) and not feasible in this study.

Available resources made 24HR a good alternative as reference method, because of feasibility and the ability to get detailed dietary information. 24HR is superior to FFQ when it comes to correct measurements of dietary intake (37). A small number of 24HR interviews provide an accurate estimate of the mean for a group, but the standard deviation will be greatly overestimated (35). The lack of quantity information and detailed recipe information in South Asian population prior to this study made 24HR a great method to find out about their diet and get information about food items that lacked in the FFQ. Another important reason to choose 24HR in South Asian populations is the education levels, where 30% had low education in this study, and using other methods would have required more practical training and instruction (62). Willet et al. mentioned when cooperation or literacy of study subjects is limited, multiple 24HR may be the best alternative (35). Another advantage in this study is that all 24HRs were done by the same interviewer, which minimized the risk of misinterpretation and between interviewer errors that may occur when using multiple interviewers. Using one interviewer also minimize the risk of recording the intake differently for different participants.

Reference method with different errors

No dietary method can measure dietary intake without error, but when evaluating one method one should aim to choose methods that have different errors. Main disadvantages of using 24HR to evaluate the FFQ are that they have some of the same limitations. Both methods rely on memory of the respondent and assumption of portion sizes (35, 40). Recall bias is a weakness for both of the methods. The FFQ is based on long-term memory and the 24HR on short-term memory. Another error both methods have in common is misreporting of dietary intake. Self-reported intake is generally underreported (63). Studies show that participants underreport their intake in 24HR, which is possible in this study as well (43). The FFQ overestimated the total energy intake, as shown in earlier studies (64-66). The FFQs were filled in from August to the end of October, and the 24HRted interview conducted from the

end of September to January, which could have contributed to seasonal variations in intake of fruit, vegetables and sugar intake during Christmas.

5.1.3 External validity

External validity is about the ability to generalize the results from the study to a wider population reaching outside the study population, thus all South Asian females living in Norway or in the Nordic countries. All of the participants lived in the Oslo area, which could not therefore be fully representative for South Asians in other cities in Norway, or in Scandinavia. When analysing the results, we have to be aware of the small study population makes it difficult to generalize the results. A few outliers can have a large effect on absolute differences, mean, SD and ratio which will give results that are not true for the South Asian population in Norway. Willet et al. found that one should be careful with drawing conclusions from validation studies with less than 30 participations. A reasonable size for a validation study is 150-200 participants (35). In this study we evaluated a FFQ and should be careful to draw conclusion due to few participations, but our results can give a picture of the diet of South Asian women in Norway.

5.2 Evaluation of the FFQ in a South Asian population

In this study the food and nutrient intakes estimated by the FFQ were evaluated against estimates, from the 24HR. The FFQ measured some of the variables very well, but as expected not all. The results showed that the FFQ overestimated the intakes for 10 of the food categories, and underestimated the intake of 2 food categories. Most validation studies in South Asian populations, have looked at macro- and micronutrients intake (48, 49).

5.2.1 Participants characteristic

The mean BMI was 28 kg/m², classified as overweight by the World Health Organization with international cut-off points (67). Lower BMI cut-off points have been recommended for overweight and obesity subjects for the Asian population, because of Asians have increased risk for diseases and morbidity at lower BMI. There are recommended cut-offs for overweight in Asians is ≥ 23 for overweight and ≥ 25 for obesity, which makes the majority of the women in the present study obese (68, 69). Studies have shown that obese participants underestimate their intake more than non-obese in European origin population studies, which can have an effect on the results (63).

5.2.2 Macronutrients

Energy

Daily energy intake was overestimated by the FFQ with 1.5 MJ/day. The intake in 24HR was 0,5 MJ/d lower than the usual energy intake in women in Norway (70). However, studies done among South Asian women show that they have lower energy intake than Westerns in most studies, although some find higher intake (71). The lower intake, despite relative high BMI is due to South Asian women are shorter in height and less physical active, resulting in a lower energy demand. A validation study from Canada compared the intake from a FFQ developed for South Asians with 7 days of dietary record (49). They included 58 South Asian participants both women and men, and looked at macro- and micronutrient intake, and found approximately the same energy intake as in our study. The same finding was reported in a validation study in the UK with South Asian population The study used monthly 24HRs as reference method (48). Both studies found lower energy intake in the FFQ compared to the reference method used. Overreporting in our study could be due to our FFQ was not made specific for South Asians, and the participant over reported food items.

Carbohydrate

Carbohydrate intake was significantly overestimated, but well correlated. The results showed that the highest mean carbohydrate intake was from grains in the 24HR and bread in the FFQ. This could be due to participants having problems with choosing the right alternative in the FFQ. Some of the participants said, that they had not heard about the Norwegian bread coarseness scale (“Brødskalaen”), during 24HR. About 45 E% of the intake in the South Asian women came from carbohydrates and earlier studies have found chapatti to be major contributor to carbohydrate intake for Pakistanis (22, 72). The studies from Canada and UK in a South Asian population found higher intake of total carbohydrates than in our study (48, 49). Most of the participants in ours study were correctly classified for carbohydrate containing food groups, in the FFQ. Although the correlation was quite poor for carbohydrate containing food groups, such as white bread and potato, total carbohydrate was well correlated. The poor correlations in this study could be because of lack of questions about staple foods in the South Asian population and difficulty to estimate the right portion size.

Protein

Average protein intake was significantly different between the methods, and correlated poorly. This could be due to the FFQ not being able to pick up meat intake in curries, and lack of questions about different types of legumes. There was statistically significant difference in intake of white meat, red meat and fat fish, but not fish and shellfish between methods. Most of the meat intake was eaten at dinnertime, in a different way than Norwegians, whom often eat a filet of meat. Also our participants had a low intake of spread or cold cuts of meat, which is more usual among Norwegians. Hence, portion sizes of meats may be difficult to estimate for our participants in the FFQ. The estimated intake of white meat was higher than red meat in both methods, which corresponds with the findings from a study from the Netherlands, comparing South Asian diet with the Dutch diet (27). The validation studies from Canada and UK in a South Asian population, found lower total protein intake than in our study (48, 49). The strong correlation for red meat shows that the FFQ works well to rank the participants. Fish also correlated well, probably as fish is eaten in the same way as in the Norwegian population for Pakistanis, which are overrepresented in this study.

Fat

Total fat intake was well estimated in the FFQ, but correlated poorly. The high intake of fat came mainly from meat, fish, BMO and whole fat milk. Since intake of meat was significantly different between the methods, it could have an effect on intake of saturated fat, which also was significantly different in the study. The total median intake of BMO was not significantly different between the methods. However, the correlation was poor between the methods, and only 8 participants were correctly classified. All sub-groups of BMO products were poorly correlated, but only the estimate of margarine light was overestimated while oil was underestimated in the FFQ. The study from Canada and UK found higher intake of total fat than in our study (48, 49). The differences could be due to problems with estimating the use of spread by using pictures given in the FFQ, or overestimating the intake. Oil intake may be different because Pakistanis used about 1 dl oil per dish in the 24HR, which is not usual to use in Norwegian food. Norwegians usually use small amounts of oil for cooking, and therefore the FFQ did not have any questions about amounts of oil. Therefore, the oil intake from the FFQ is underestimated in the recipes.

5.2.3 Evaluation of food groups

Beverage

Total intake of beverages was generally well estimated by the FFQ when compared to intake in 24HR. None of the beverage groups were significantly different except coffee and “juice & smoothie”. Many of the participants had problems with recalling intake of water throughout the day and approximated the amount at the end of the 24HR interview. Tea was commonly consumed in this study, while the participants only had coffee a couple of times per week. This is in contrast to the findings from Norkost 3, a national dietary survey in ethnic Norwegians, which oppositely show a high intake of coffee compared to tea (70).

In the present study coffee, soft drinks with sugar, whole milk and skimmed milk were well correlated between the two methods while the other beverage groups were poorly correlated. It has to be mentioned that there was low intake of all 3 beverages which correlated significantly. Only about 0-4 participants were misclassified for all beverage under groups, which can indicate that the FFQ performs well at ranking beverage intake.

Intake of fruit/berries and vegetables

All participants reported having daily intake of vegetables and fruit. The intake of fruit was significantly overestimated in the FFQ. Vegetable and fruit intake have day to day variations and the multiple interviews of the 24HR should have reduced the day to day variation (35). Another possible explanation can be that many participants want to have higher dietary intake of fruit and vegetables, and therefore estimate to have higher intake than the actual intake. Moreover, it can be difficult to measure the right amount when all fruit alternatives are listed up. Earlier validation of this web-based FFQ also showed that the FFQ overestimates the intake of vegetables because of true overestimation of vegetable intake (51). Correlation between FFQ and 24HR for both fruit and vegetables were low.

5.2.4 The web-based FFQ and South Asian diet

Food items missing in the FFQ

Food items that were often reported in 24HR which were not mentioned in the FFQ were different type of pulses, desserts, vegetables as eggplant, spinach and pumpkin, and spices such as garam masala, cumin, fenugreek and dried coriander which were used by almost all

participants. There were 14 recipes that included the use of legumes, 5 that included spinach and aubergine, and 2 with pumpkin.

Oil

The estimated intakes of oil were significantly different between the methods, and underestimated in the FFQ. The use of oil reported in the 24HR was usually in dinner preparations for the whole family, and the participants found it difficult to assume the correct amounts. The FFQ asked about types of fat used in cooking, and it was only possible to choose two alternatives. Further, the FFQ lacked questions about food preparations, which made it difficult to collect information about oil. Also, it has to be taken into consideration that not all the oil added in the recipes is eaten, some may be left in the pot and discarded, but the whole amount is registered in the food database. Dietary record methods should be designed in such a way that it is possible to know how much is discarded, and how much is eaten.

Legumes

There was only one question about the intake of legumes in the FFQ, with portion size alternatives that were smaller than the portion eaten among Pakistanis. According to the 24HR there were 8 recipes with lentils as the main ingredient, and the dishes were eaten for dinner in 15 of the 81 interviews in total.

Desserts

None of the Sri Lankan reported eating Sri Lankan sweets or desserts, but Pakistanis ate different type of South Asian sweets, such as mithai (Indian sweets, made of milk, sugar, flours, nuts, seeds or lentils). The sugar & sweets category was significantly different between the methods, probably due to difficulties to register desserts, as desserts are different from the alternatives given in the FFQ. Thus, adding alternatives for Pakistani cakes and desserts in the FFQ will probably make it easier to estimate the intake, even though total sugar intake was well estimated probably because participants overestimating in the FFQ.

A study from America tested how well an FFQ worked in South Asians, Chinese and Europeans with seven-day diet record as reference method. They concluded that they had to modify an existing FFQ to make it cultural appropriate by adding 90 new questions (49).

Even though the added recipes in the AE14 KBS database constituted over 11.5 % of the food intake assessed by the 24HR, the total food intake was still overestimated in the FFQ. The participants reported to eat the same food items for breakfast and lunch in 24HR interviews as the alternatives in the FFQ. Dinner was usually different, so the overreporting in the FFQ can be explained with participants dividing up the recipes when reporting intake in FFQ and separating meat and vegetables in the curries. Another important factor is the difference in religion affecting the food choices. Pakistanis are often Muslims and cannot eat pork or drink alcohol. They can also only eat Halal meat, which is unavailable in the large food chains in Norway. Sri Lankans in Norway, on the other hand are generally Hindus and eat mostly vegetarian, but some meat including pork. Having one FFQ for the South Asian population will make some of the questions insignificant for the different ethnic groups. Further on, only 5 of 27 participants left a comment in the remark box in the FFQ with few comments on what they ate that were not included in the FFQ. It was not detailed enough to note in KBS.

FFQ in South Asian population

Approximately half of the participants needed help to answer the FFQ. Also some South Asians have low education levels which makes it difficult to use computer and understand the FFQ. It may be necessary with instructions on how to fill in the FFQ to standardize the way help is given, and this must also be validated.

5.3 Dietary intake in South Asian women

5.3.1 Micronutrients

Compared to the guidelines, our participants had lower intake of vitamin A, vitamin C, folic acid vitamin D, iron, calcium and selenium. Other studies have also shown that Pakistanis have low intake of calcium and vitamin D (73). Eleven participants did not report taking vitamin D supplement in the FFQ. Studies show that Asians are more prone to get diseases as rickets, osteomalacia, and iron deficiency anemia (73), indicating that lack of these nutrients may be an actual problem in this population.

5.3.2 Dietary intake

Our participants had a high intake of full-fat milk, which corresponds to the findings from the STORK Groruddalen study (74). The Immigrant Health Profile report from 2008 presented

that 11% of Pakistani women and 9% of Sri Lankan women drank full-fat milk daily (75). This is in contrast to the Norwegian population as reported in Norkost 3, whom mainly consumed semi-skimmed milk 1.2% fat (70). The women in our study reported almost no intake of soft drinks with sugar. About 30 % of Pakistani women and 23% of Sri Lankan women drank soft drinks with sugar daily in the Immigrant Health Profile report. In Norkost 3, Norwegian women had a consumption of 202 g/day of soft drinks with sugar. Our study shows much lower consumption of soft drinks with sugar than Norkost 3 and the Immigrants Health Profile Study. However, as the intake of soft drinks with sugar has decreased since 2011 (76), we believe that the low intake could be due to similar trend among South Asians. However, we cannot rule out that the low intake of soft drinks with sugar is due to selection bias.

The intake of fruit and vegetables is lower than the Norwegian dietary guidelines, which recommends 500g of fruit and vegetables (55). Norkost 3 presented that also the Norwegian population have lower intake of fruit and vegetables than the recommendations (70).

The intake of red meat intake in 24HR was less than the total limit set in Norwegian dietary guidelines, as less than 500g a week (55). There was higher intake of white meat than red meat in our study. Norwegian dietary guidelines also recommend eating 350-400 g of fish weekly whereof 200 g should be fat fish (55). In our study a few participants ate fish. The low intake of fish could be because of low awareness of the benefits of eating fish in this population, and because it is not an ingredient they usually use in curries.

Norwegian dietary guidelines recommend intake of less than 10 E% should come from saturated fat (55). Our study found an intake 10 E% which is similar to findings in the Norwegian population (70).

5.4 Clinical considerations

This study provides detailed information about a foreign diet culture. This enables us to get information that we may use to enhance the performance of the FFQ and revise it in such a way as to make it better designed for this particular population. There are many qualitative studies on dietary changes after migration and food choices (22, 29-31), but no studies have studied exact amounts of dietary intake in Norway. The findings in this study can be used in

future studies. With more studies in this field the findings can be used in clinic when treating South Asian patients to better the treatment of their diseases, to understand their habitual diet and giving cultural specific dietary recommendations.

6 Conclusion

The main aim in this study was to evaluate the FFQ with 24HR as the reference method. The evaluation of the FFQ showed that it works well for some food groups but not all.

Importantly, when considering the intakes of nutrients, the assessment of total energy intake, in addition to intake of fat and oils, dinner and cultural specific dishes must be revised and improved. Necessary revisions may be done according to the findings of this study, which we anticipate will improve the estimates of nutrient intakes.

The FFQ was good at estimating the majority of food groups as bread, grains, vegetables, cake, total beverage, tea and soft drinks with sugar, fish and shellfish, eggs, dairy products, total BMO and snacks. However, the FFQ did not work well for all food groups, most importantly intakes of fruit, potatoes, all meat categories, and oil.

The 24HR dietary assessment methods worked well with regard to gather recipes in the South Asian population, gathering 67 recipes in this study. To make the FFQ more suitable for the South Asian population, questions about different types of curries, chapatti, idyappam, dose and South Asian desserts should be included. The new recipes gathered in this study should be standardized and used in future studies.

7 Further research

To further assess South Asian diet by using a FFQ, a focus group should be gathered to discuss the use of FFQ in South Asian population. That would give specific information about which questions that were difficult to answer. Moreover, the participants can tell about whether they separated the dishes they ate to be able to answer all the question and possibility to find out that if they interpreted the questions correctly.

A validation on the FFQ using a better method had been advantageous as a biomarker or another dietary assessment method as dietary recording. That will require more work and instructions but will give more precise answers. More research about biomarkers for dietary intake should be searched for, which will make it easier to assess diet in populations with high levels of illiteracy.

Another important factor is that when assessing the diet in immigrants, one should divide the participants after different generations due to studying showing the dietary intake is more like the host population for the 2nd generation than 1st generations.

Reference list

1. WHO. Global status report on noncommunicable diseases WHO.com; 2014.
2. The L. Life, death, and disability in 2016. *The Lancet*. 2017;390(10100):1083.
3. WHO. Global Action Plan - for the prevention and control of noncommunicablediseases. WHO.int; 2013.
4. Health NIO P. Norway: State of the Nation's Health - Findings from the Global Burden of Disease. www.fhi.no; 2016 04.2018.
5. International Diabetes Federation. About Diabetes 2015 [Available from: <http://www.idf.org/about-diabetes>].
6. Library IaAS. South Asian Countries library.illinois.edu [Available from: https://www.library.illinois.edu/ias/sacollection/sa_countries/].
7. Southern Asia Population [Available from: <http://www.worldometers.info/world-population/southern-asia-population/>].
8. Baker P, Friel S. Processed foods and the nutrition transition: evidence from Asia. *Obesity reviews : an official journal of the International Association for the Study of Obesity*. 2014;15(7):564-77.
9. Popkin BM, Adair LS, Ng SW. NOW AND THEN: The Global Nutrition Transition: The Pandemic of Obesity in Developing Countries. *Nutr Rev*. 2012;70(1):3-21.
10. Ramachandran A, Ma RC, Snehalatha C. Diabetes in Asia. *Lancet*. 2010;375(9712):408-18.
11. James WPT. The challenge of diabetes in Asia. *European journal of clinical nutrition*. 2017;71(7):803-4.
12. Garduno-Diaz SD, Khokhar S. Prevalence, risk factors and complications associated with type 2 diabetes in migrant South Asians. *Diabetes/metabolism research and reviews*. 2012;28(1):6-24.
13. Zahid N, Meyer HE, Kumar BN, Claussen B, Hussain A. High Levels of Cardiovascular Risk Factors among Pakistanis in Norway Compared to Pakistanis in Pakistan. *Journal of obesity*. 2011;2011:163749.
14. Misra A, Ganda OP. Migration and its impact on adiposity and type 2 diabetes. *Nutrition (Burbank, Los Angeles County, Calif)*. 2007;23(9):696-708.
15. Patel JV, Vyas A, Cruickshank JK, Prabhakaran D, Hughes E, Reddy KS, et al. Impact of migration on coronary heart disease risk factors: Comparison of Gujaratis in

Britain and their contemporaries in villages of origin in India. *Atherosclerosis*. 2006;185(2):297-306.

16. Banerjee AT, Shah BR. Differences in prevalence of diabetes among immigrants to Canada from South Asian countries. *Diabet Med*. 2018.
17. Jenum AK, Holme I, Graff-Iversen S, Birkeland KI. Ethnicity and sex are strong determinants of diabetes in an urban Western society: implications for prevention. *Diabetologia*. 2005;48.
18. Tran AT, Diep LM, Cooper JG, Claudi T, Straand J, Birkeland K, et al. Quality of care for patients with type 2 diabetes in general practice according to patients' ethnic background: a cross-sectional study from Oslo, Norway. *BMC Health Serv Res*. 2010;10:145.
19. Tennakoon SU, Kumar BN, Nugegoda DB, Meyer HE. Comparison of cardiovascular risk factors between sri lankans living in kandy and oslo. *BMC Public Health*. 2010;10(1):654.
20. Jenum AK, Diep LM, Holmboe-Ottesen G, Holme IMK, Kumar BN, Birkeland KI. Diabetes susceptibility in ethnic minority groups from Turkey, Vietnam, Sri Lanka and Pakistan compared with Norwegians - the association with adiposity is strongest for ethnic minority women. *BMC Public Health*. 2012;12(1):150.
21. Kumar BN, Meyer HE, Wandel M, Dalen I, Holmboe-Ottesen G. Ethnic differences in obesity among immigrants from developing countries, in Oslo, Norway. *International journal of obesity (2005)*. 2006;30(4):684-90.
22. Holmboe-Ottesen G, Wandel M. Changes in dietary habits after migration and consequences for health: a focus on South Asians in Europe. *Food & nutrition research*. 2012;56.
23. Hjellset VT, Bjørge B, Eriksen HR, Høstmark AT. Risk Factors for Type 2 Diabetes Among Female Pakistani Immigrants: The InvaDiab-DEPLAN Study on Pakistani Immigrant Women Living in Oslo, Norway. *Journal of Immigrant and Minority Health*. 2011;13(1):101-10.
24. Kassam-Khamis T, Judd PA, Thomas JE. Frequency of consumption and nutrient composition of composite dishes commonly consumed in the UK by South Asian Muslims originating from Bangladesh, Pakistan and East Africa (Ismailis). *Journal of human nutrition and dietetics : the official journal of the British Dietetic Association*. 2000;13(3):185-96.

25. Jayawardena R, Byrne N, Soares M, Katulanda P, Hills A. Food consumption of Sri Lankan adults: An appraisal of serving characteristics. 2012;16:1-6.
26. Monteiro CA, Moubarac JC, Cannon G, Ng SW, Popkin B. Ultra-processed products are becoming dominant in the global food system. *Obesity reviews : an official journal of the International Association for the Study of Obesity*. 2013;14 Suppl 2:21-8.
27. Raza Q, Nicolaou M, Snijder MB, Stronks K, Seidell JC. Dietary acculturation among the South-Asian Surinamese population in the Netherlands: the HELIUS study. *Public health nutrition*. 2017;20(11):1983-92.
28. Jayawardena R, Swaminathan S, Byrne NM, Soares MJ, Katulanda P, Hills AP. Development of a food frequency questionnaire for Sri Lankan adults. *Nutrition journal*. 2012;11:63.
29. Mellin-Olsen T, Wandel M. Changes in food habits among Pakistani immigrant women in Oslo, Norway. *Ethnicity & health*. 2005;10(4):311-39.
30. Wandel M, Råberg M, Kumar B, Holmboe-Ottesen G. Changes in food habits after migration among South Asians settled in Oslo: The effect of demographic, socio-economic and integration factors. *Appetite*. 2008;50(2):376-85.
31. Helland-Kigen KM, Raberg Kjollesdal MK, Hjellset VT, Bjorge B, Holmboe-Ottesen G, Wandel M. Maintenance of changes in food intake and motivation for healthy eating among Norwegian-Pakistani women participating in a culturally adapted intervention. *Public health nutrition*. 2013;16(1):113-22.
32. Råberg Kjollesdal MK, Telle Hjellset V, Bjørge B, Holmboe-Ottesen G, Wandel M. Barriers to healthy eating among Norwegian-Pakistani women participating in a culturally adapted intervention. *Scandinavian Journal of Public Health*. 2010;38(5_suppl):52-9.
33. Pardhan S, Nakafero G, Raman R, Sapkota R. Barriers to diabetes awareness and self-help are influenced by people's demographics: perspectives of South Asians with type 2 diabetes. *Ethnicity & health*. 2018:1-19.
34. Boeing H. Nutritional epidemiology: New perspectives for understanding the diet-disease relationship? *European journal of clinical nutrition*. 2013;67(5):424-9.
35. Willet W. *Nutritional Epidemiology 3- edition* ed: Oxford University Press 2013 1 december 2017.

36. Andersen LF. Kriterier ved validering av en metode for kostholdsundersøkelser - Når er validiteten til en metode tilfredsstillende). Norsk Epidemiologi. 2000;10(1):17-24.
37. Margetts BM, Nelson M. Design Concepts in Nutritional Epidemiology. 2. edition ed: Oxford: Oxford University Press; 1997 April 2017.
38. Freedman LS, Commins JM, Willett W, Tinker LF, Spiegelman D, Rhodes D, et al. Evaluation of the 24-Hour Recall as a Reference Instrument for Calibrating Other Self-Report Instruments in Nutritional Cohort Studies: Evidence From the Validation Studies Pooling Project. American journal of epidemiology. 2017;186(1):73-82.
39. Naska A. Dietary assessment methods in epidemiological research: current state of the art and future prospects. 2017;6.
40. Cade JE, Burley VJ, Warm DL, Thompson RL, Margetts BM. Food-frequency questionnaires: a review of their design, validation and utilisation. Nutrition research reviews. 2004;17(1):5-22.
41. Freedman LS, Commins JM, Moler JE, Arab L, Baer DJ, Kipnis V, et al. Pooled results from 5 validation studies of dietary self-report instruments using recovery biomarkers for energy and protein intake. American journal of epidemiology. 2014;180(2):172-88.
42. Thompson FE, Kirkpatrick SI, Subar AF, Reedy J, Schap TE, Wilson MM, et al. The National Cancer Institute's Dietary Assessment Primer: A Resource for Diet Research. Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics. 2015;115(12):1986-95.
43. Tran KM, Johnson RK, Soutanakis RP, Matthews DE. In-person vs telephone-administered multiple-pass 24-hour recalls in women: validation with doubly labeled water. J Am Diet Assoc. 2000;100(7):777-83.
44. Brustad M, Skeie G, Braaten T, Slimani N, Lund E. Comparison of telephone vs face-to-face interviews in the assessment of dietary intake by the 24 h recall EPIC SOFT program--the Norwegian calibration study. European journal of clinical nutrition. 2003;57(1):107-13.
45. Fox TA, Heimendinger J, Block G. Telephone surveys as a method for obtaining dietary information: a review. J Am Diet Assoc. 1992;92(6):729-32.
46. De Keyzer W, Huybrechts I, De Maeyer M, Ocke M, Slimani N, van 't Veer P, et al. Food photographs in nutritional surveillance: errors in portion size estimation using

drawings of bread and photographs of margarine and beverages consumption. The British journal of nutrition. 2011;105(7):1073-83.

47. Råberg Kjølldal MK, Hjellset VT, Bjørge B, Holmboe-Ottesen G, Wandel M. Food perceptions in terms of health among Norwegian-Pakistani women participating in a culturally adapted intervention. International Journal of Public Health. 2011;56(5):475-83.

48. Sevak L, Mangtani P, McCormack V, Bhakta D, Kassam-Khamis T, dos Santos Silva I. Validation of a food frequency questionnaire to assess macro- and micro-nutrient intake among South Asians in the United Kingdom. European Journal of Nutrition. 2004;43(3):160-8.

49. Kelemen LE, Anand SS, Vuksan V, Yi Q, Teo KK, Devanesen S, et al. Development and evaluation of cultural food frequency questionnaires for South Asians, Chinese, and Europeans in North America. Journal of the American Dietetic Association. 2003;103(9):1178-84.

50. Somme C, Carlsen M, Munaf M. Hjelp oss å bedre behandlingen av diabetes hos sørsiater! Ekspertsykehusetblog.wordpress.com2017 [cited 2017. Available from: <https://ekspertsykehusetblog.wordpress.com/2017/08/25/hjelp-oss-a-bedre-behandlingen-av-diabetes-hos-sorasiater/>].

51. Anine C. Medin MHC, Catherine Hambly, John R. Speakman, Susanne Strohmaier and Lene F. Andersen. The validity of a web-based FFQ assessed by doubly labelled water and multiple 24-h recalls. British Journal of Nutrition 2017;118(12).

52. Mattilsynet UiOaH. Weights, measures and portion sizes for foods. 2015.

53. Hankin JH, Wilkens LR, Kolonel LN, Yoshizawa CN. Validation of a quantitative diet history method in Hawaii. American journal of epidemiology. 1991;133(6):616-28.

54. Bland JM, Altman DG. Statistical methods for assessing agreement between two methods of clinical measurement. Lancet. 1986;1(8476):307-10.

55. Helsedirektoratet. Norske anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet. Helsedirektoratet; 2014.

56. Petter L, Hjertåker, Veierød M, B Epidemiologiske og kliniske forskningsmetoder 1st ed2007.

57. Samsudeen BS, Douglas A, Bhopal RS. Challenges in recruiting South Asians into prevention trials: Health professional and community recruiters' perceptions on the PODOSA trial. Public Health. 2011;125(4):201-9.

58. Quay TAW. Barriers and facilitators to recruitment of South Asians to health research: a scoping review. 2017;7(5).
59. Statistisk, Sentralbyrå. Befolkningens utdanning www.ssb.no: Statistisk Sentralbyrå ; June 2017 [updated une.2017. Available from: <https://www.ssb.no/utdanning/statistikker/utniv>.
60. Connor Gorber S, Tremblay M, Moher D, Gorber B. A comparison of direct vs. self-report measures for assessing height, weight and body mass index: a systematic review. Obesity reviews : an official journal of the International Association for the Study of Obesity. 2007;8(4):307-26.
61. Jenab M, Slimani N, Bictash M, Ferrari P, Bingham SA. Biomarkers in nutritional epidemiology: applications, needs and new horizons. Human Genetics. 2009;125(5):507-25.
62. Shim JS, Oh K, Kim HC. Dietary assessment methods in epidemiologic studies. Epidemiology and Health. 2014;36.
63. Hill RJ, Davies PS. The validity of self-reported energy intake as determined using the doubly labelled water technique. The British journal of nutrition. 2001;85(4):415-30.
64. Mohd-Shukri NA, Bolton JL, Norman JE, Walker BR, Reynolds RM. Evaluation of an FFQ to assess total energy and nutrient intakes in severely obese pregnant women. Public health nutrition. 2013;16(8):1427-35.
65. Jaceldo-Siegl K, Knutsen SF, Sabate J, Beeson WL, Chan J, Herring RP, et al. Validation of nutrient intake using an FFQ and repeated 24 h recalls in black and white subjects of the Adventist Health Study-2 (AHS-2). Public health nutrition. 2010;13(6):812-9.
66. Bentzen SM, Knudsen VK, Christensen T, Ewers B. Relative validity of a web-based food frequency questionnaire for patients with type 1 and type 2 diabetes in Denmark. Nutrition & diabetes. 2016;6(9):e232.
67. WHO. BMI classification 2018 [updated 04/2018. Available from: http://apps.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html.
68. Misra A. Ethnic-Specific Criteria for Classification of Body Mass Index: A Perspective for Asian Indians and American Diabetes Association Position Statement. Diabetes Technology & Therapeutics. 2015;17(9):667-71.

69. WHO. The Asia-Pacific perspective: Redefining obesity and its treatment. 2000.
70. Helsedirektoratet. Norkost 3 - En landsomfattende kostholdsundersøkelse blant menn og kvinner i Norge i alderen 18–70 år, 2010-11. Helsedirektoratet.bno; 2012.
71. LeCroy MN, Stevens J. Dietary intake and habits of South Asian immigrants living in Western countries. *Nutrition Reviews*. 2017;75(6):391-404.
72. Vyas A, Greenhalgh A, Cade J, Sanghera B, Riste L, Sharma S, et al. Nutrient intakes of an adult Pakistani, European and African-Caribbean community in inner city Britain. *Journal of human nutrition and dietetics : the official journal of the British Dietetic Association*. 2003;16(5):327-37.
73. Wandel M. Nutrition-related diseases and dietary change among Third World immigrants in northern Europe. *Nutrition and health*. 1993;9(2):117-33.
74. Sommer C, Sletner L, Jennum AK, Morkrid K, Andersen LF, Birkeland KI, et al. Ethnic differences in maternal dietary patterns are largely explained by socio-economic score and integration score: a population-based study. *Food & nutrition research*. 2013;57.
75. Folkehelseinstituttet. The Oslo Immigrant Health Profile. 2008.
76. Helsedirektoratet. Utviklingen i norsk kosthold 2016. 2016.

8 Appendices

Appendix 1: Poster

Appendix 2: Poster translated to Tamil

Appendix 3: Consent form

Appendix 4: Food Frequency Questionnaire

Appendix 5: Portion size booklet

Appendix 6: Paper given with the portion size booklet

Appendix 7: List of recipes

Appendix 7: Norwegian Center for research Data approval

SA-KOST STUDIE- Deltakere søkes!

Hjelp oss å bedre behandlingen av diabetes hos **sørasiater!**

Kvinner fra Sør Asia (Pakistan, Sri Lanka og India) har spesielt høy risiko for diabetes type 2, men vi vet lite om hvorfor. Kosthold henger nøye sammen med risiko for diabetes type 2, men det finnes lite forskning på kosthold og diabetes hos sørasiater, og det vil vi gjøre noe med.

Vi ønsker å gjøre diabetesbehandling av sørasiater enda bedre og trenger kvinner med sørasiatisk bakgrunn og diabetes type 2 til et forskningsprosjekt.

Hva går studien ut på?

I denne studien skal vi kartlegge matvaner hos en gruppe kvinner med sørasiatisk bakgrunn og teste 2 ulike metoder for å gjøre dette; først skal kostholdet registreres gjennom et spørreskjema og deretter gjennom intervjuer over telefon.

Deltakerne skal svare på et online spørreskjema om hva man vanligvis spiser (det tar ca. 45 minutter å fylle ut skjemaet) og være med på tre telefonintervjuer (ca. 30 min per intervju) hvor vi spør om hva man spiste dagen før. Det vil være ca. 3 ukers mellomrom mellom telefonintervjuene. Totalt vil det ta ca. 2 timer og 15 min å delta i studien, fordelt på 2-3 måneder.

Hva gjør du hvis du vil være med?

Det er frivillig å delta i prosjektet. Dersom du ønsker å være med, kan du fylle ut vårt nettskjema for deltakelse som du finner **ved å scanne QR koden under**. Du kan når som helst og uten å oppgi noen grunn trekke deg fra prosjektet.

Kjenner du andre som kanskje vil være med? Spre ordet

Kontaktinformasjon:

Masterstudent: Mobeen Munaf, Institutt for medisinske basalfag, Avdeling for ernæring

Prosjektleder: Christine Sommer, Oslo Universitetssykehus, Avdeling for endokrinologi, sykkelig overvekt og forebyggende medisin



நீரிழிவு நோய் பற்றிய ஒரு ஆய்வு - பங்கேற்ற விரும்புகிறீர்களா?

நீரிழிவு சிகிச்சையை மேம்படுத்த உதவி செய்யுங்கள்!!

இலங்கை, இந்தியா மற்றும் பாகிஸ்தானில் இருந்து வரும் பெண்களுக்கு நீரிழிவு நோய் 2 பெறுவதற்கான ஆபத்து மிகவும் அதிகமானது. உணவு வகை நீரிழிவு நோய் 2 பெறுவதற்கான ஆபத்தோடு தொடர்பு கொண்டது, இதை பற்றி செய்த ஆராய்ச்சி மிக சிறிது. அதனால் நான், மோபின் முனாப் (Mobin Munaf), தமிழ் பெண்களின் உணவு பழக்கங்களை தெரிந்து கொள்ள விரும்புகிறேன் (Masteroppgave).

உங்களுக்கு நீரிழிவு நோய் 2 இருந்தால், பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் பங்கு முக்கியம்!

தொடர்பு கொள்ளவும்!
நன்றி!



Mobeen Munaf (masterstudent)
Institutt for medisinske basalfag
Avdeling for ernæring

+ 47 40 61 66 23

Påmelding til SA-KOST

Side 1

Er du kvinne? Er du opprinnelig fra Pakistan eller Sri Lanka? Da trenger vi deg til et forskningsprosjekt!

Hvorfor skal vi gjøre dette?

Kvinner fra Sør Asia (Pakistan, Sri Lanka og India) har spesielt høy risiko for type 2 diabetes, men vi vet lite om hvorfor. Kosthold henger nøye sammen med risiko for diabetes type 2, men det finnes lite forskning på kosthold og diabetes hos sørasiater. I denne studien skal vi kartlegge matvaner hos en gruppe kvinner med sørasiatisk bakgrunn og teste 2 ulike metoder for å gjøre dette; først skal kostholdet registreres gjennom et spørreskjema og deretter gjennom intervjuer over telefon.

Målet med studien «SA-KOST» er å finne en god metode for å kartlegge hva personer med diabetes og sørasiatisk bakgrunn spiser, slik at de kan få bedre oppfølging og behandling av sin diabetes. Universitetet i Oslo er ansvarlig for studien.

Hva må du gjøre?

Svare på et spørreskjema om hva du vanligvis spiser (ca. 45 minutter) og være med på tre telefonintervjuer hvor vi spør om hva du spiste dagen før, med ca. 3 ukers mellomrom (ca. 30 min per intervju). Totalt vil det du skal gjøre ta ca. 2 timer og 15 min fordelt på 2-3 måneder.

Mulige fordeler og ulemper for deg

Det er mangel på kunnskap når det gjelder kostholdet til sørasiater i Norge. Verdien av å kartlegge kostholdet i denne gruppen er stort, da kostholdet kan bidra til et godt regulert blodsukker og færre senkomplikasjoner hos sørasiater med diabetes type 2. Ulemper ved deltakelse i studien vil være tiden det tar for deg å være med (totalt litt over 2 timer).

Hva gjør du hvis du vil være med?

Det er frivillig å delta i prosjektet. Dersom du ønsker å være med, kan du fylle ut dette skjemaet. Du kan når som helst og uten å oppgi noen grunn trekke deg fra prosjektet. Dersom du trekker deg fra prosjektet, kan du kreve å få slettet innsamlende opplysninger, med mindre opplysningene allerede er inngått i analyser eller brukt i vitenskapelige publikasjoner.

Kjenner du andre som kanskje vil være med?

Ikke nøl med å videresende denne invitasjonen til andre som kanskje er aktuelle, slik at de og kan få muligheten til å melde seg på!

Ved spørsmål:

Finn oss på facebook-siden vår: www.fb.me/SAKOST.uio

Eller ta kontakt med oss på e-post eller telefon.

Masterstudent: Mobeen Munaf, Institutt for medisinske basalfag, Avdeling for ernæring, Universitetet i Oslo. E-post: mobeen.munaf@studmed.uio.no

Forsker: Christine Sommer, Oslo Universitetssykehus, Avdeling for endokrinologi, sykkelig overvekt og forebyggende medisin. E-post: christine.sommer@medisin.uio.no. Telefon: 23 03 31 67.

Prosjektansvarlig: Monica H. Carlsen, Institutt for Medisinske basalfag, Avdeling for ernæring, Universitetet i Oslo. E-post: m.h.carlsen@medisin.uio.no

Jeg har lest informasjonen over, og ønsker å delta i studien *

Ja, jeg ønsker å delta

Er du kvinne? *

I denne studien ønsker vi kun kvinner.



Jeg er kvinne



Jeg er mann

Kommer du, eller foreldrene dine, fra Pakistan eller Sri Lanka? *

Denne gangen ønsker vi kun kvinner av Pakistansk eller Sri Lankisk opprinnelse.

- Jeg, eller foreldrene mine, er fra Pakistan eller Sri Lanka
- Nei

Har du fått diagnosen diabetes type 2 av en lege? *

I første omgang ønsker vi bare kvinner som har diabetes type 2.

Er du usikker på hvilken type diabetes du har?

Du har sannsynligvis diabetes type 2 hvis du:

- fikk sykdommen i voksen alder.
- bruker ikke insulin, eller brukte først andre medisiner enn insulin

- Jeg har diabetes type 2
- Jeg har diabetes, usikker på hvilken type
- Jeg har diabetes type 1
- Jeg har ikke diabetes

Når på dagen passer det at vi ringer deg for kostholdsintervju?

- Når som helst
- Dagtid
- Kveldstid
- Helger

Navn ***Telefonnummer (for å gjøre kostholdsintervjuene) ***

Må være norsk nummer, og helst mobil slik at vi får tak i deg

Adresse (for å sende deg et bildehefte som hjelp til kostholdsintervjuet) *

Eksempel:

Trondheimsveien 235, 0586 Oslo

E-post (for å sende deg spørreskjema om kostholdet ditt) *

eksempel@gmail.com, eksempel@online.com etc.

SA-Kost. Kostholdsundersøkelse for kvinner med sør-asiatisk bakgrunn

Side 1

I denne undersøkelsen spør vi om dine spisevaner. Vi spør om hvor ofte og hvor mye du vanligvis spiser og drikker av ulike typer mat og drikke. Vi vet at kostholdet varierer fra dag til dag, prøv derfor så godt du kan å gi et gjennomsnitt av dine spisevaner. Ha det siste året i tankene når du fyller ut spørreskjemaet.

Til å hjelpe deg med å bestemme mengder og porsjoner har vi noen steder lagt inn bilder av porsjoner av ulike typer mat. Bildene er ikke alltid samme matvare som vi spør om, men en som ligner i størrelse og type.

Det vil ta ca 30-40 minutter å fylle ut skjemaet. På grunn av høyt nivå på sikkerheten ved lagring av skjemaet må hele skjemaet fylles ut på en gang.



Vennligst skriv inn ditt deltakernummer: *

Sideskift

Side 2

1. Hvor mye brød spiser du?

Legg sammen det du vanligvis spiser av brødprodukter til alle måltider i løpet av en dag. Mengden oppgis i antall skiver (1/2 rundstykke = 1 skive; 1 bagett = 4 skiver; 1 ciabatta = 2 skiver).

Brødskalaens fire kategorier har vi satt inn for å hjelpe deg å vurdere grovheten på brødproduktene du spiser.



0-25% sammalt mel/hele korn



25-50% sammalt mel/hele korn



50-75% sammalt mel/hele korn



75-100% sammalt mel/hele korn

Antall skiver

	Aldri	Sjelden	1-2/uke	3-4/uke	0.5/dag	1-2/dag	3-4/dag	5-6/dag	7-8/dag	9-10/dag	11-12/dag
Fint brød (f.eks. loff, baguetter, fine rundstykker, ciabatta) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Halvgrovt brød (f.eks. kneipp, grove rundstykker) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Grovt brød *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ekstra grovt brød (rugbrød e.l.) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fint knekkebrød *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Grovt knekkebrød *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

<

Sideskift

Side 3

2. Pleier du å bruke smør, margarin eller andre typer fett på brød og andre brødprodukter? *

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «2. Pleier du å bruke smør, margarin eller andre typer fett på brød og andre brødprodukter?»: Av og til

Hvilken type smør, margarin eller annen type fett bruker du vanligvis på brød? *

Kryss av for 1 alternativ

- Smør, meierismør

- Bremykt
- Brelett
- Myk margarin
- Vita Hjertego
- Soft Flora Lett, Vita Hjertego Lett
- Melange
- Annen margarin
- Olivenolje eller annen olje på brød

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «2. Pleier du å bruke smør, margarin eller andre typer fett på brød og andre brødprodukter?»: Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «2. Pleier du å bruke smør, margarin eller andre typer fett på brød og andre brødprodukter?»: Av og til

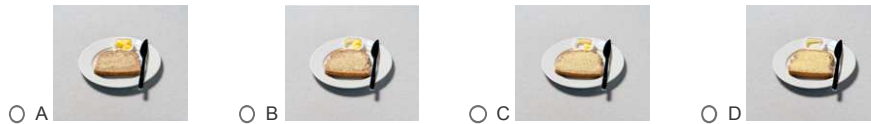
Hvor mange dager i uken bruker du smør, margarin eller fett på brød? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «2. Pleier du å bruke smør, margarin eller andre typer fett på brød og andre brødprodukter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «2. Pleier du å bruke smør, margarin eller andre typer fett på brød og andre brødprodukter?»: Av og til, Ja

Hvor mye smør, margarin eller annen type fett bruker du på en skive? *



Side 4

Sideskift

3. Hvilke typer pålegg spiser du?

Tenk på hvor mange skiver brød, rundstykker, knekkebrød og lignende du vanligvis spiser i løpet av en uke. Hvor mange skiver i uken spiser du med de følgende påleggstypene?

Til antall skiver per uke

	Aldri	Sjelden	0.5	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	11-15	16-20	21-25	
Brunost/prim *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Lett/mager brunost/prim *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Hvitost (eks. Norvegia, Gulost) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Lett/mager hvitost *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Dessertost (eks. Brie, Gräddost, blåmuggoster) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Smøreost (eks. Kremost, Philadelphia) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Lett/mager smøreost *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Cottage cheese *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Leverpostei *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Mager leverpostei *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	Aldri	Sjelden	0.5	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	11-15	16-20	21-25	
Servelat *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Kokt skinke, lettserelat, roastbiff *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

	Aldri	Sjelden	0.5	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	11-15	16-20	21-25	26 eller flere
Kalkun-, kyllingpålegg *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Salami, fårepølse, spekepølse *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kaviar, rognleverpostei *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Makrell i tomat *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Røkt, gravet laks/ørret *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Annet pålegg av laks/ørret *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sardiner, sursild, ansjos *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunfisk *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Aldri	Sjelden	0.5	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10	11-15	16-20	21-25	26 eller flere
Reker, krabbe *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Egg (kokt, stekt, eggerøre) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Syltetøy av bær, eple, marmelade *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lett syltetøy, frysetøy *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Honning *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Peanøttsmør *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sjokolade- og nøttepålegg *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Annet søtt pålegg (eks. Banos, Hapå, Sunda) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Majonesalat (eks. Italiensk salat) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lett majonesalat *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Frukt som pålegg (eks. banan, eple, drue) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Grønnsaker som pålegg (eks. agurk, tomat) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Majones *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lett majones *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Sideskift

Side 5

4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende? *

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du vanligvis matvarene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til
 "1-2/mnd" betyr 1 til 2 ganger i måneden. "≥9/ukē" betyr 9 eller flere ganger i uken.

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

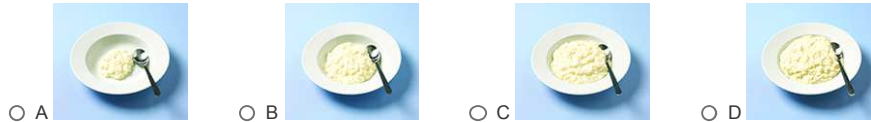
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, komblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du havregrøt? *

- Aldri
 Sjelden
 1-2/mnd
 3-4/mnd
 1-2/uke
 3-4/uke
 5-6/uke
 7-8/uke
 ≥9/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du havregrøt?»: 1-2/uke, 3-4/uke, 1-2/mnd, 3-4/mnd, ≥9/uke, 5-6/uke, 7-8/uke, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du havregrøt?»: 1-2/uke, 3-4/uke, 1-2/mnd, 3-4/mnd, ≥9/uke, 5-6/uke, 7-8/uke, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, komblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, komblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du havregryn, 4-kornsblanding? *

- Aldri
 Sjelden
 1-2/mnd
 3-4/mnd
 1-2/uke
 3-4/uke
 5-6/uke
 7-8/uke
 ≥9/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du havregryn, 4-kornsblanding?»: 1-2/mnd, 3-4/mnd, Sjelden, 5-6/uke, 7-8/uke, 1-2/uke, 3-4/uke, ≥9/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du havregryn, 4-kornsblanding?»: 1-2/mnd, 3-4/mnd, Sjelden, 5-6/uke, 7-8/uke, 1-2/uke, 3-4/uke, ≥9/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, komblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, komblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kornblanding med müsli/frukt/bær/nøtter? *

- Aldri
 Sjelden
 1-2/mnd
 3-4/mnd
 1-2/uke
 3-4/uke
 5-6/uke
 7-8/uke
 ≥9/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kornblanding med müsli/frukt/bær/nøtter?»: Sjelden, 1-2/mnd, 3-4/uke, 5-6/uke, 3-4/mnd, 1-2/uke, 7-8/uke, ≥9/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kornblanding med müsli/frukt/bær/nøtter?»: Sjelden, 1-2/mnd, 3-4/uke, 5-6/uke, 3-4/mnd, 1-2/uke, 7-8/uke, ≥9/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

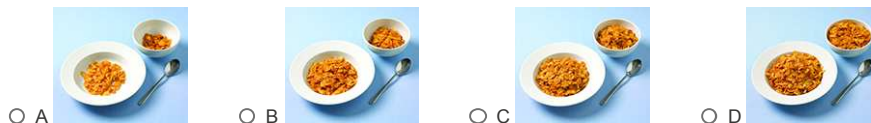
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du Corn Flakes, Puffet ris, Puffet havre, Puffet hvete? *

- Aldri
 Sjelden
 1-2/mnd
 3-4/mnd
 1-2/uke
 3-4/uke
 5-6/uke
 7-8/uke
 ≥9/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du Corn Flakes, Puffet ris, Puffet havre, Puffet hvete?»: Sjelden, 1-2/uke, 3-4/uke, 1-2/mnd, 3-4/mnd, ≥9/uke, 5-6/uke, 7-8/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du Corn Flakes, Puffet ris, Puffet havre, Puffet hvete?»: Sjelden, 1-2/uke, 3-4/uke, 1-2/mnd, 3-4/mnd, ≥9/uke, 5-6/uke, 7-8/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

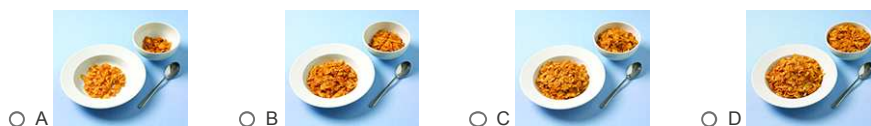
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du Honni-korn, Coco Pops og lignende? *

- Aldri
 Sjelden
 1-2/mnd
 3-4/mnd
 1-2/uke
 3-4/uke
 5-6/uke
 7-8/uke
 ≥9/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du Honni-korn, Coco Pops og lignende?»: 1-2/mnd, 3-4/mnd, Sjelden, 5-6/uke, 7-8/uke, 1-2/uke, 3-4/uke, ≥9/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du Honni-korn, Coco Pops og lignende?»: 1-2/mnd, 3-4/mnd, Sjelden, 5-6/uke, 7-8/uke, 1-2/uke, 3-4/uke, ≥9/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

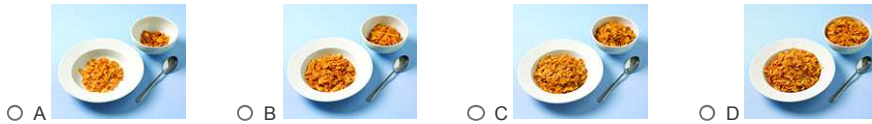
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du All Bran, Weetabix, Havrefras, Spesial K og lignende? *

- Aldri
 Sjelden
 1-2/mnd
 3-4/mnd
 1-2/uke
 3-4/uke
 5-6/uke
 7-8/uke
 ≥9/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du All Bran, Weetabix, Havrefras, Spesial K og lignende?»: Sjelden, 1-2/uke, 3-4/uke, 1-2/mnd, 3-4/mnd, ≥9/uke, 5-6/uke, 7-8/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du All Bran, Weetabix, Havrefras, Spesial K og lignende?»: Sjelden, 1-2/uke, 3-4/uke, 1-2/mnd, 3-4/mnd, ≥9/uke, 5-6/uke, 7-8/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du syltetøy til frokostgryn? *

- Aldri
 Sjelden
 1-2/mnd
 3-4/mnd
 1-2/uke
 3-4/uke
 5-6/uke
 7-8/uke
 ≥9/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du syltetøy til frokostgryn?»: ≥9/uke, 1-2/mnd, 3-4/mnd, Sjelden, 5-6/uke, 7-8/uke, 1-2/uke, 3-4/uke

Hvor mange spiseskjeer bruker du til en porsjon? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «4. Spiser du vanligvis frokostgryn som havregryn, havregrøt, Corn Flakes, 4- korn, kornblandinger med frukt og müsli, Coco Pops eller lignende?»: Ja, Av og til

Hvor ofte bruker du sukker på frokostgryn? *

- Aldri
 Sjelden
 1-2/mnd
 3-4/mnd
 1-2/uke
 3-4/uke
 5-6/uke
 7-8/uke
 ≥9/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte bruker du sukker på frokostgryn?»: Sjelden, 1-2/mnd, 3-4/uke, 5-6/uke, 3-4/mnd, 1-2/uke, 7-8/uke, ≥9/uke

Hvor mange teskjeer bruker du til en porsjon? *

Velg ... ▼

Sideskift

Side 6

5. Spiser du vanligvis yoghurt- eller skyr-produkter? *

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «5. Spiser du vanligvis yoghurt- eller skyr-produkter?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du vanligvis matvarene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «5. Spiser du vanligvis yoghurt- eller skyr-produkter?»: Ja, Av og til
 Husk å ta med yoghurt du bruker til kornprodukter/frokostgryn. "Beger" betyr porsjonsbeget. "1-2/mnd" betyr 1 til 2 ganger i måneden. "≥11/uke" betyr 11 eller flere ganger i uken.

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «5. Spiser du vanligvis yoghurt- eller skyr-produkter?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «5. Spiser du vanligvis yoghurt- eller skyr-produkter?»: Ja, Av og til

	Aldri	Sjelden	1-2/mnd	3-4/mnd	1-2/uke	3-4/uke	5-6/uke	7-8/uke	9-10/uke	≥11/uke
Yoghurt naturell, beger *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yoghurt med frukt eller bær, beger *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yoghurt med frukt/bær og müsli, beger *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yoghurt lett/lite fett med frukt eller bær, beger *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Aldri	Sjelden	1-2/mnd	3-4/mnd	1-2/uke	3-4/uke	5-6/uke	7-8/uke	9-10/uke	≥11/uke
Yoghurt lett/lite fett med frukt/bær og müsli, beger *										
Skyr med frukt eller bær, beger *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Skyr med frukt/bær og müsli, beger *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dessertyoghurt, type Piano e.l., beger *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rislunsj, Byggrynslunsj e.l., beger *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Sideskift

Side 7

6. Kalde drikker i glass

Hvor ofte drikker du vanligvis de ulike typene drikker i listen under?

Husk å ta med melk du bruker på frokostgryn, grøt og dessert. "Glass/mnd" betyr antall glass i måneden, "glass/uke" betyr antall glass i uken, "glass/dag" betyr antall glass per dag. "≥11glass/dag" betyr 11 eller flere glass per dag.

	Aldri	Sjelden	1-3 glass/mnd	1-3 glass/uke	4-6 glass/uke	1-2 glass/dag	3-4 glass/dag	5-6 glass/dag	7-8 glass/dag	≥9 glass/dag
Vann (springvann) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Helmelk, kefir, kulturmelk *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lettmelk *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ekstra lettmelk *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Skummet melk, skummet kultur *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Biola/Cultura/BioQ symet melk, naturell *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Biola/Cultura/BioQ symet melk, med bær/frukt *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sjokolademelk, jordbærmelk *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Drikkeyoghurt *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Appelsinjuice *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Aldri	Sjelden	1-3 glass/mnd	1-3 glass/uke	4-6 glass/uke	1-2 glass/dag	3-4 glass/dag	5-6 glass/dag	7-8 glass/dag	≥9 glass/dag
Eplejuice/most *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Druejuice *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Annen juice med bær *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Smoothie med frukt og/eller bær *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saft med sukker *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saft uten sukker *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



7. Kalde drikker i flaske

Hvor ofte drikker du vanligvis de ulike typene drikker i listen under?

"g/mnd" betyr antall ganger i måneden, "g/uke" betyr antall ganger i uken, "g/dag" betyr antall ganger per dag.

	Aldri	Sjelden	1-3/mnd	1-3/uke	4-6/uke	1-2/dag	3-4/dag	5-6/dag	7-8/dag	9-10/dag	≥11/dag



	Aldri	Sjelden	1-3/mnd	1-3/uke	4-6/uke	1-2/dag	3-4/dag	5-6/dag	7-8/dag	9-10/dag	≥1
Flaskevann med og uten kullsyre og smak (for eksempel Farris, Imsdal) (0.5L) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Brus med sukker (0.5L) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Brus uten sukker (0.5L) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Iste med sukker (0.5L) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Iste uten sukker (0.5L) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Alkoholfritt øl (0.5L) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Energidrikk (0.5L) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	



Sideskift

Side 8

8. Alkoholholdige drikker

Hvor ofte drikker du vanligvis de ulike typene drikker i listen under?

"g/mnd" betyr antall ganger i måneden, "g/uke" betyr antall ganger i uken, "g/dag" betyr antall ganger per dag.

	Aldri	Sjelden	1-3 g/mnd	1-3 g/uke	4-6 g/uke	1-2 g/dag	3-4 g/dag	5-6 g/dag	7-8 g/dag	9-10 g/dag	≥11/dag
Øl, sterk øl, pils (0.5L) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lettøl (0.5L) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rusbrus, Cider med alkohol (glass, 2dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rødvin (glass, 1.2dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvitvin (glass, 1dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hetvin (portvin, sherry og lignende) (glass, 0.5dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Brennevin, likør (glass, 0.5dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Blandet drink, cocktail (glass, 1dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Sideskift

Side 9

9. Varme drikker

Hvor ofte drikker du vanligvis de ulike typene drikker i listen under?

"kopp/mnd" betyr antall kopper i måneden, "kopp/uke" betyr antall kopper i uken, "kopp/dag" betyr antall kopper per dag.

	Aldri	Sjelden	1-3 kopp/mnd	1-3 kopp/uke	4-6 kopp/uke	1-2 kopp/dag	3-4 kopp/dag	5-6 kopp/dag	7-8 kopp/dag	≥9 kopp/dag
Kaffe, traktet, filter (1 kopp = ca 2.5 dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kaffe, kokt og presskanne (1 kopp = ca 2.5 dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kaffe, pulver (instant) (1 kopp = ca 2.5 dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Espresso (1 kopp = 0.3 dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Caffe latte (1 kopp = 3 dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cappucino (1 kopp = 1.5 dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kakao, varm sjokolade (1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Aldri	Sjelden	1-3 kopp/mnd	1-3 kopp/uke	4-6 kopp/uke	1-2 kopp/dag	3-4 kopp/dag	5-6 kopp/dag	7-8 kopp/dag	9 kop
Sort te, (1 kopp = ca 2.5 dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Grønn te, (1 kopp = ca 2.5 dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Urtete (f.eks. kamille, nype, rooibos) (1 kopp = ca 2.5 dl) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	



Bruker du sukker, suketter eller melk/fløte i kaffe og/eller te? *

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Bruker du sukker, suketter eller melk/fløte i kaffe og/eller te?»: Ja, Av og til

	0/kopp	0.5/kopp	1/kopp	2/kopp	3/kopp	4/kopp
Sukker til kaffe (teskje eller sukkerbit) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sukker til te (teskje eller sukkerbit) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Suketter til kaffe (stk) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Suketter til te (stk) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Melk/fløte til kaffe (spiseskje) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Melk/fløte til te (spiseskje) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Sideskift

Side 10

10. Middagsretter og andre varme retter med kjøtt

Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt? *

Kjøtt fra kylling, svin, storfe, sau, lam, geit; som for eksempel pølser, hamburger, retter med kjøttdeig, karbonadedeig, biff, gryterett og lignende

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du vanligvis matrettene/matvarene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til
 "1/mnd" betyr 1 gang i måneden, "≥ 9/mnd" betyr 9 eller flere ganger i måneden.

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kjøttpølse av storfe/svin? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kjøttpølse av storfe/svin?»: 2/mnd, 3/mnd, Sjelden, 1/mnd, 7-8/mnd, ≥ 9/mnd, 4/mnd, 5-6/mnd

Hvor mange pølser spiser du til et måltid? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du lett- eller mager-kjøttpølse av storfe/svin? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du lett- eller mager-kjøttpølse av storfe/svin?»: Sjelden, 3/mnd, 4/mnd, 1/mnd, 2/mnd, ≥ 9/mnd, 5-6/mnd, 7-8/mnd

Hvor mange pølser spiser du til et måltid? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kjøttpølse av kylling og/eller kalkun? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kjøttpølse av kylling og/eller kalkun?»: Sjelden, 1/mnd, 4/mnd, 5-6/mnd, 2/mnd, 3/mnd, 7-8/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange pølser spiser du til et måltid? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du grillpølse og/eller wienerpølse av storfe/svin? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du grillpølse og/eller wienerpølse av storfe/svin?»: 1/mnd, 2/mnd, Sjelden, 5-6/mnd, 7-8/mnd, 3/mnd, 4/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange pølser spiser du til et måltid? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du grillpølse og/eller wienerpølse av kylling/kalkun? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du grillpølse og/eller wienerpølse av kylling/kalkun?»: 1/mnd, 2/mnd, Sjelden, 5-6/mnd, 7-8/mnd, 3/mnd, 4/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange pølser spiser du til et måltid? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du hamburger (med brød)? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du hamburger (med brød)?»: 1/mnd, 2/mnd, Sjelden, 5-6/mnd, 7-8/mnd, 3/mnd, 4/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange hamburgere spiser du til et måltid? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du karbonader? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du karbonader?»: 2/mnd, 3/mnd, Sjelden, 1/mnd, 7-8/mnd, ≥ 9/mnd, 4/mnd, 5-6/mnd

Hvor mange karbonader spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kjøttkaker og/eller kjøttboller? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kjøttkaker og/eller kjøttboller?»: Sjelden, 3/mnd, 4/mnd, 1/mnd, 2/mnd, ≥ 9/mnd, 5-6/mnd, 7-8/mnd

Hvor mange kjøttkaker og/eller kjøttboller spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

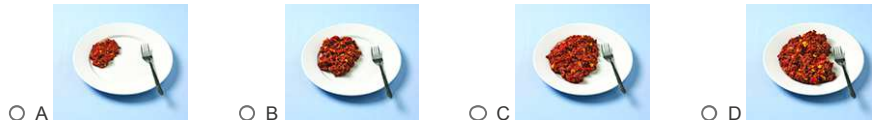
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kjøttsaus, gryterett med kjøttdeig eller karbonadedeig av storfe/svin? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kjøttsaus, gryterett med kjøttdeig eller karbonadedeig av storfe/svin?»: Sjelden, 3/mnd, 4/mnd, 1/mnd, 2/mnd, ≥ 9/mnd, 5-6/mnd, 7-8/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kjøttsaus, gryterett med kjøttdeig eller karbonadedeig av storfe/svin?»: Sjelden, 3/mnd, 4/mnd, 1/mnd, 2/mnd, ≥ 9/mnd, 5-6/mnd, 7-8/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

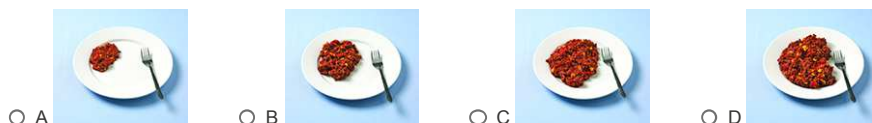
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kjøttsaus og/eller gryterett med kjøttdeig av kylling/kalkun? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kjøttsaus og/eller gryterett med kjøttdeig av kylling/kalkun?»: 1/mnd, 2/mnd, Sjelden, 5-6/mnd, 7-8/mnd, 3/mnd, 4/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kjøttsaus og/eller gryterett med kjøttdeig av kylling/kalkun?»: 1/mnd, 2/mnd, Sjelden, 5-6/mnd, 7-8/mnd, 3/mnd, 4/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du tacoskjell med kjøtt og salat? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du tacoskjell med kjøtt og salat?»: Sjelden, 3/mnd, 4/mnd, 1/mnd, 2/mnd, ≥ 9/mnd, 5-6/mnd, 7-8/mnd

Hvor mange tacos spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du tortillalefser/wraps med kjøtt og salat? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du tortillalefser/wraps med kjøtt og salat?»: Sjelden, 1/mnd, 4/mnd, 5-6/mnd, 2/mnd, 3/mnd, 7-8/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange tortillalefser/wraps spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kebab? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kebab?»: 1/mnd, 2/mnd, Sjelden, 5-6/mnd, 7-8/mnd, 3/mnd, 4/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mye kebab spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

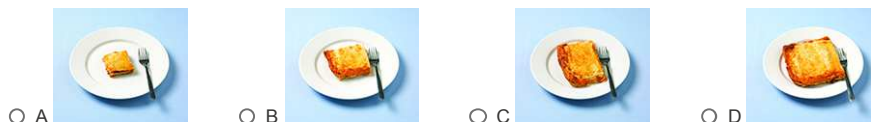
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du lasagne eller moussaka? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du lasagne eller moussaka?»: Sjelden, 1/mnd, 4/mnd, 5-6/mnd, 2/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du lasagne eller moussaka?»: Sjelden, 1/mnd, 4/mnd, 5-6/mnd, 2/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du pizza? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pizza?»: 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pizza?»: 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du pai/quiche? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pai/quiche?»: 1/mnd, Sjelden, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd

Hvor mange stykker pai/quiche spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du vårruller? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du vårruller?»: 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd

Hvor mange vårruller spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

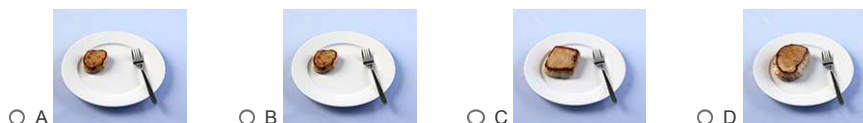
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du biff (storfe, lam)? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du biff (storfe, lam)?»: Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du biff (storfe, lam)?»: Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du koteletter (storfe, lam, svin)? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du koteletter (storfe, lam, svin)?»: 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange koteletter spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du stek av storfe, lam eller svin? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du stek av storfe, lam eller svin?»: Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd

Hvor mange skiver/stykker med stek spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du stek av elg, hjort, reinsdyr eller rådyr? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du stek av elg, hjort, reinsdyr eller rådyr?»: 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange skiver/stykker med stek spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

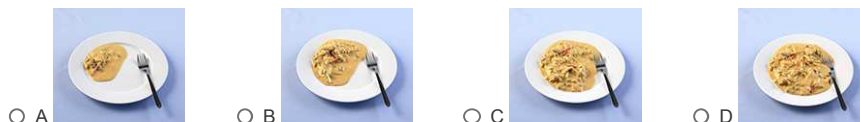
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du gryterett med helt kjøtt, frikassé, fårikål? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du gryterett med helt kjøtt, frikassé, fårikål?»: 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du gryterett med helt kjøtt, frikassé, fårikål?»: 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du lapskaus, suppelapskaus, betasuppe? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du lapskaus, suppelapskaus, betasuppe?»: 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du lapskaus, suppelapskaus, betasuppe?»: 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du bacon, stekt fleesk? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du bacon, stekt fleesk?»: Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd

Hvor mange skiver/stykker bacon/fleesk spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du grillet hel kylling? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du grillet hel kylling?»: 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mye spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kyllingfilet? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kyllingfilet?»: 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden

Hvor mange fileter spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kyllinglår og/eller kyllingvinger? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kyllinglår og/eller kyllingvinger?»: 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden

Hvor mange kyllinglår/kyllingvinger spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kalkun (bryst, filet)? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kalkun (bryst, filet)?»: ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd

Hvor mange skiver/stykker spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

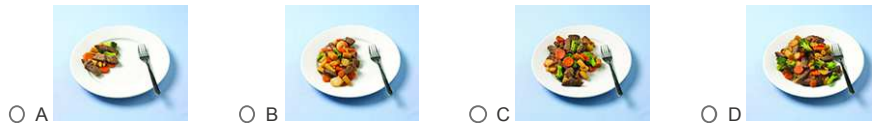
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du wok med kjøtt (storfe eller kylling) og grønnsaker? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du wok med kjøtt (storfe eller kylling) og grønnsaker?»: ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du wok med kjøtt (storfe eller kylling) og grønnsaker?»: ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

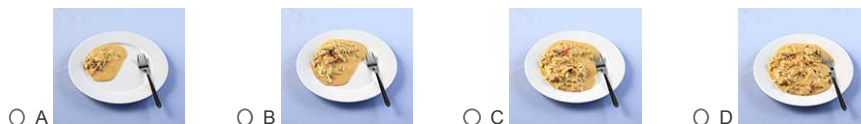
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder kjøtt?»: Ja, Av og til

Hvor ofte spiser du kyllinggryte? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kyllinggryte?»: ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kyllinggryte?»: ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Sideskift

Side 11

11. Middagsretter og andre varme retter med fisk og sjømat

Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat? *

Hel fisk, fiskekaker, fiskegrateng, sushi, reker, krabbe og lignende

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du fiskekaker og fiskepudding? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du fiskekaker og fiskepudding?»: 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd

Hvor mange stykker/skiver spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du fiskeboller? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du fiskeboller?»: 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden

Hvor mange fiskeboller spiser du til et måltid? *

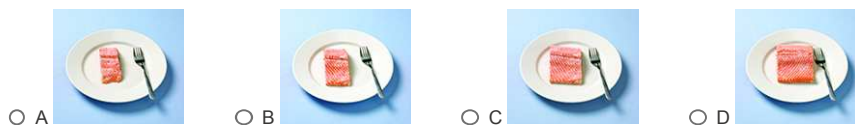
Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du torsk, kveite, sei, steinbit, uer, flyndre eller annen magerfisk, kokt? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du torsk, kveite, sei, steinbit, uer, flyndre eller annen magerfisk, kokt?»: 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du torsk, kveite, sei, steinbit, uer, flyndre eller annen magerfisk, kokt?»: 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du torsk, kveite, sei, steinbit, uer, flyndre eller annen magerfisk, stekt, panert? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du torsk, kveite, sei, steinbit, uer, flyndre eller annen magerfisk, stekt, panert?»: 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du torsk, kveite, sei, steinbit, uer, flyndre eller annen magerfisk, stekt, panert?»: 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du fiskepinner? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du fiskepinner?»: 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du sild (fersk, røkt)? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du sild (fersk, røkt)?»: 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden

Hvor mange fileter spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du makrell (fersk, røkt)? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du makrell (fersk, røkt)?»: 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 1/mnd, Sjelden

Hvor mange fileter spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du laks, ørret, kokt eller stekt? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du laks, ørret, kokt eller stekt?»: 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du laks, ørret, kokt eller stekt?»: 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du sushi? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du sushi?»: 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden

Hvor mange biter sushi spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

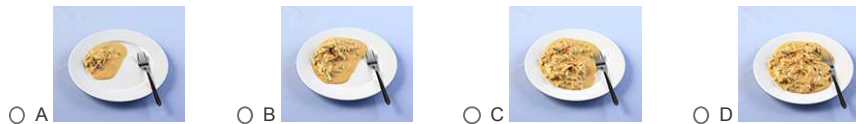
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du fiskegryte eller fiskesuppe? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du fiskegryte eller fiskesuppe?»: 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du fiskegryte eller fiskesuppe?»: 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

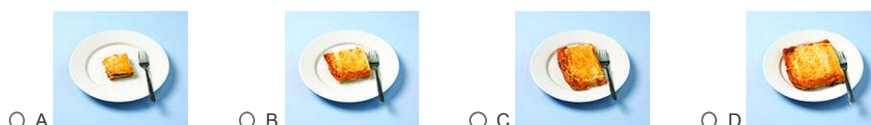
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du fiskegrateng? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du fiskegrateng?»: 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du fiskegrateng?»: 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

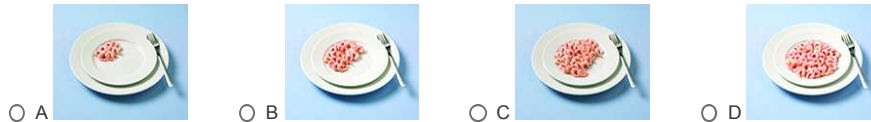
Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du reker eller krabbe? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du reker eller krabbe?»: 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du reker eller krabbe?»: 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

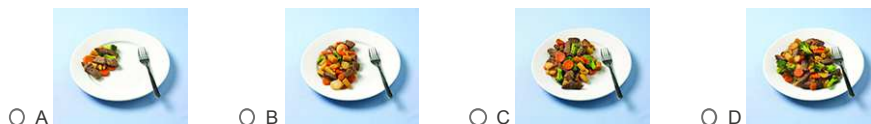
Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du wok med fisk eller skalldyr og grønnsaker? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du wok med fisk eller skalldyr og grønnsaker?»: Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du wok med fisk eller skalldyr og grønnsaker?»: Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Side 12

Sideskift

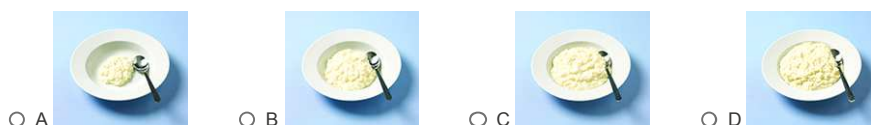
12. Andre middagsretter og varme retter

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du middag/varme retter som inneholder fisk og annen sjømat?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du rømmegrøt? *

- Aldri Sjelden 1/mnd 2/mnd 3/mnd 4/mnd 5-6/mnd 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du rømmegrøt?»: 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, ≥ 9/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du rømmegrøt?»: 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd, \geq 9/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

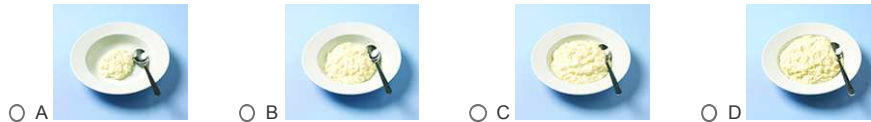
Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du risengrynsgrøt? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 \geq 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du risengrynsgrøt?»: Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, \geq 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du risengrynsgrøt?»: Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, \geq 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du pannekaker? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 \geq 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pannekaker?»: \geq 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd

Hvor mange pannekaker spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du suppe (tomat-, blomkål-, ertesuppe og lignende)? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 \geq 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du suppe (tomat-, blomkål-, ertesuppe og lignende)?»: Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, \geq 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du suppe (tomat-, blomkål-, ertesuppe og lignende)?»: Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd, \geq 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

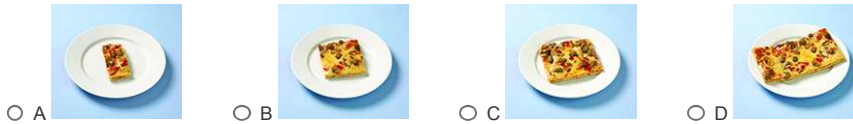
Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du vegetarretter, vegetarpizza, grønnsaksgrateng og lignende? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 \geq 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du vegetarretter, vegetarpizza, grønnsaksgrateng og lignende?»: \geq 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du vegetarretter, vegetarpizza, grønnsaksgrateng og lignende?»: ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Hvor ofte spiser du hurtignudler? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du hurtignudler?»: ≥ 9/mnd, 7-8/mnd, 5-6/mnd, Sjelden, 4/mnd, 3/mnd, 2/mnd, 1/mnd

Hvor mange pakker spiser du til et måltid? *

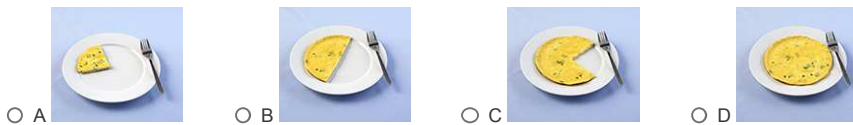
Velg ... ▼

Hvor ofte spiser du omelett? *

- Aldri
 Sjelden
 1/mnd
 2/mnd
 3/mnd
 4/mnd
 5-6/mnd
 7-8/mnd
 ≥ 9/mnd

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du omelett?»: ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du omelett?»: ≥ 9/mnd, 2/mnd, 1/mnd, Sjelden, 7-8/mnd, 5-6/mnd, 4/mnd, 3/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Side 13

Sideskift

13. Poteter, ris og spaghetti

Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter? *

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du potet, kokt og/eller bakt? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du potet, kokt og/eller bakt?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange poteter spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du potetmos? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du potetmos?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du potetmos?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du potetsalat med majones? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du potetsalat med majones?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

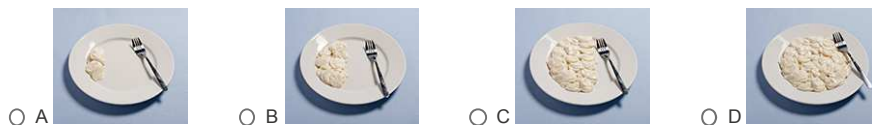
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du fløtegratinerte poteter? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du fløtegratinerte poteter?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du fløtegratinerte poteter?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

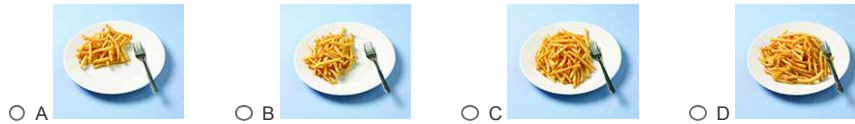
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du stekte poteter? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du stekte poteter?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du stekte poteter?»: ≥ 8 /uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

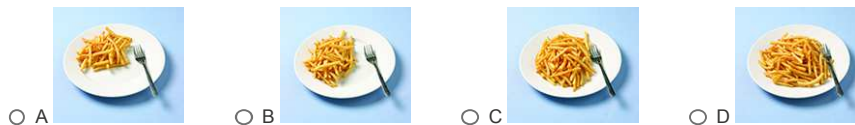
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du pottes frites (kjøpt i gatekjøkken, frityrstekt)? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8 /uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pottes frites (kjøpt i gatekjøkken, frityrstekt)?»: ≥ 8 /uke, 6-7/uke, Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pottes frites (kjøpt i gatekjøkken, frityrstekt)?»: ≥ 8 /uke, 6-7/uke, Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

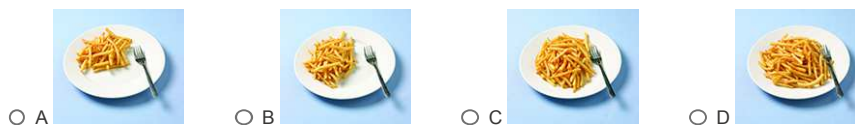
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du pottes frites, varmet i ovn? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8 /uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pottes frites, varmet i ovn?»: ≥ 8 /uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pottes frites, varmet i ovn?»: ≥ 8 /uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

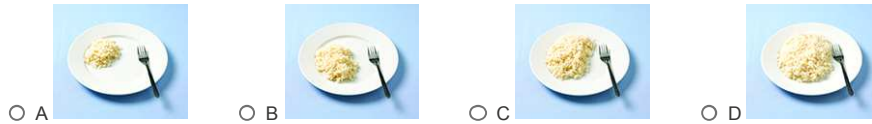
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du ris? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8 /uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du ris?»: ≥ 8 /uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du ris?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

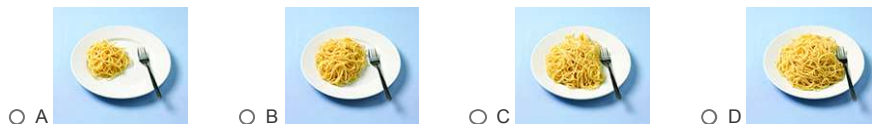
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du spaghetti, makaroni, pasta? *

○ Aldri ○ Sjelden ○ 1-3/mnd ○ 1/uke ○ 2-3/uke ○ 4-5/uke ○ 6-7/uke ○ ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du spaghetti, makaroni, pasta?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du spaghetti, makaroni, pasta?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du poteter, ris og/eller spaghetti til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du pølsebrød og/eller lompe? *

○ Aldri ○ Sjelden ○ 1-3/mnd ○ 1/uke ○ 2-3/uke ○ 4-5/uke ○ 6-7/uke ○ ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pølsebrød og/eller lompe?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor mange spiser du til et måltid, i stykker? *

Velg ... ▼

Sideskift

Side 14

14. Grønnsaker

Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter? *

○ Ja
○ Av og til
○ Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du vanligvis matrettene/matvarene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du gulrot? *

○ Aldri ○ Sjelden ○ 1-3/mnd ○ 1/uke ○ 2-3/uke ○ 4-5/uke ○ 6-7/uke ○ ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du gulrot?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mange spiser du til et måltid (stk)? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

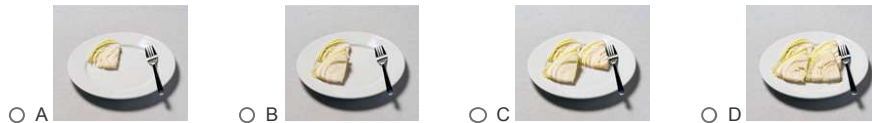
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du hodekål? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du hodekål?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du hodekål?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du kålrot? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kålrot?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kålrot?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du brokkoli? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du brokkoli?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du brokkoli?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, \geq 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

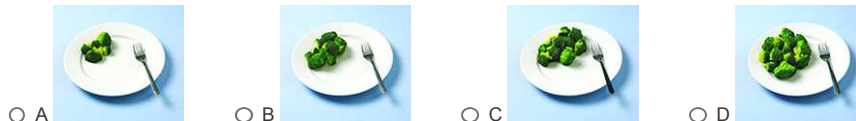
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du blomkål? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke \geq 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du blomkål?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, \geq 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du blomkål?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, \geq 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

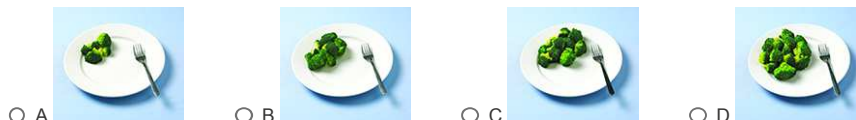
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du rosenkål? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke \geq 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du rosenkål?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, \geq 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du rosenkål?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, \geq 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

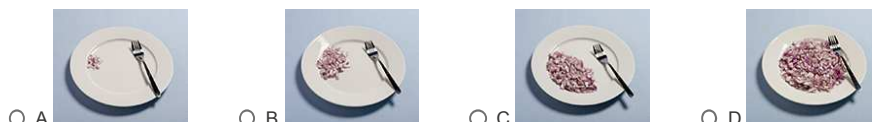
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du løk og purre, rå og stekt? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke \geq 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du løk og purre, rå og stekt?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, \geq 8/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du løk og purre, rå og stekt?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du salat, for eksempel issalat, kinakål, ruccola? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du salat, for eksempel issalat, kinakål, ruccola?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du salat, for eksempel issalat, kinakål, ruccola?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

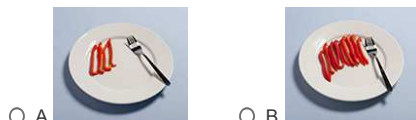
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du paprika? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du paprika?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du paprika?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du avokado? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du avokado?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mange spiser du til et måltid (stk)? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du tomat (4 små cherrytomater = ½ vanlig tomat)? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du tomat (4 små cherrytomater = ½ vanlig tomat)?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mange spiser du? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du agurk, sylteagurk? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du agurk, sylteagurk?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange skiver spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du mais? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du mais?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du mais?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

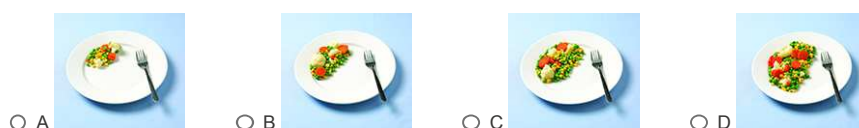
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du frosne grønnsaksblandinger? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du frosne grønnsaksblandinger?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du frosne grønnsaksblandinger?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

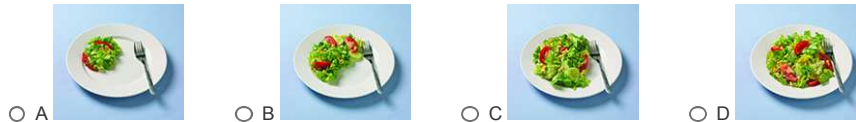
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du blandet salat? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du blandet salat?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



- A B C D

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du blandet salat?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

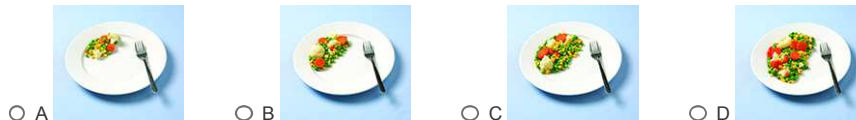
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Spiser du grønnsaker og belgfrukter til middag, lunsj og/eller andre retter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du erter, bønner og/eller linser? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du erter, bønner og/eller linser?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



- A B C D

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du erter, bønner og/eller linser?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Sideskift

Side 15

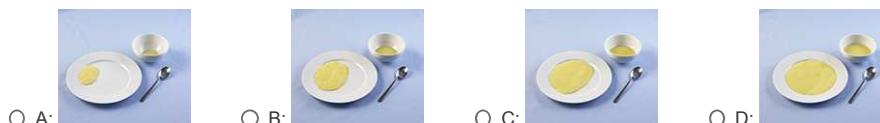
15. Saus, dressing og lignende tilbehør til varme og kalde retter

Hvor ofte spiser du brun og hvit saus? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du brun og hvit saus?»: ≥ 8/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



- A: B: C: D:

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du brun og hvit saus?»: ≥ 8/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

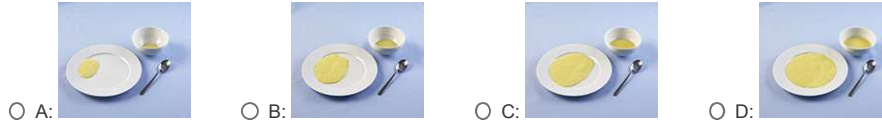
Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Hvor ofte spiser du bearnaisesaus, hollandaisesaus? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du bearnaisesaus, hollandaisesaus?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du bearnaisesaus, hollandaisesaus?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

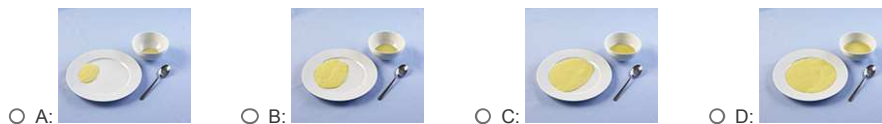
Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du smeltet smør eller margarin? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du smeltet smør eller margarin?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du smeltet smør eller margarin?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du kryddersmør? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kryddersmør?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor mye spiser du til et måltid, i teskjeer? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du majones, remulade, vanlig type? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du majones, remulade, vanlig type?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du majones, remulade, lett? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du majones, remulade, lett?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du seterrømme? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du seterrømme?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du lettrømme? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du lettrømme?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du ekstra lettrømme? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du ekstra lettrømme?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du dressing (for eksempel Thousand Island, Hamburgerdressing)? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du dressing (for eksempel Thousand Island, Hamburgerdressing)?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du lett dressing? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du lett dressing?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du oljedressing, vinaigrette eller fransk dressing? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du oljedressing, vinaigrette eller fransk dressing?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du soyasaus? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du soyasaus?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Hvor ofte spiser du basilikum pesto? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du basilikum pesto?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ...

Hvor ofte spiser du tomatsaus? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du tomatsaus?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du tomatsaus?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ...

Hvor ofte spiser du tacosaus, tomatsalsa eller chilisaus? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du tacosaus, tomatsalsa eller chilisaus?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ...

Hvor ofte spiser du ketchup? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du ketchup?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ...

Hvor ofte spiser du sennep? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du sennep?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ...

Sideskift

Side 16

16. Fett til matlaging

Hvilken type fett bruker du vanligvis i matlaging? *

Velg 1 eller 2 alternativer

- Smør, meierismør
- Bremykt
- Melange
- Soft Flora, Soft Ekstra, Soft Oliven
- Flytende margarin på flaske (Vita, Melange, Bremykt og lignende)

- Annen margarin
- Olivenolje
- Soyaolje
- Rapsolje
- Maisolje
- Solsikkeolje
- Annen olje

Side 17

Sideskift

17. Spiser du frukt? *

- Ja
- Av og til
- Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du vanligvis matvarene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du eple? *

- Aldri
- Sjelden
- 1-3/mnd
- 1/uke
- 2-3/uke
- 4-5/uke
- 6-7/uke
- ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du eple?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange epler spiser du av gangen? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du pære? *

- Aldri
- Sjelden
- 1-3/mnd
- 1/uke
- 2-3/uke
- 4-5/uke
- 6-7/uke
- ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pære?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange pærer spiser du av gangen? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du bananer? *

- Aldri
- Sjelden
- 1-3/mnd
- 1/uke
- 2-3/uke
- 4-5/uke
- 6-7/uke
- ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du bananer?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange bananer spiser du av gangen? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du appelsin? *

- Aldri
- Sjelden
- 1-3/mnd
- 1/uke
- 2-3/uke
- 4-5/uke
- 6-7/uke
- ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du appelsin?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange appelsiner spiser du av gangen? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du klementin? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du klementin?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange klementiner spiser du av gangen? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du fersken, plomme og/eller nektarin? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du fersken, plomme og/eller nektarin?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange spiser du av gangen? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du kiwi? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kiwi?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange spiser du av gangen? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

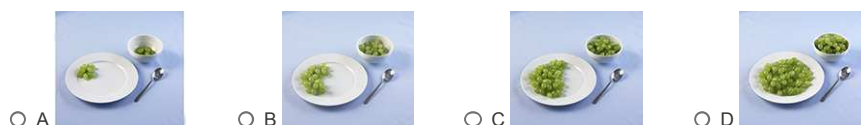
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du druer? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du druer?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du druer?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du mango, melon og/eller ananas? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du mango, melon og/eller ananas?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor mange spiser du av gangen? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

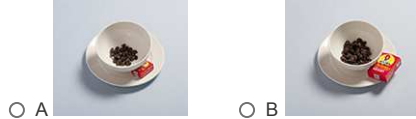
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du rosiner? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du rosiner?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du rosiner?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «17. Spiser du frukt?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du tørket frukt? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du tørket frukt?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du tørket frukt?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Sideskift

Side 18

18. Spiser du bær? *

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du vanligvis matvarene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

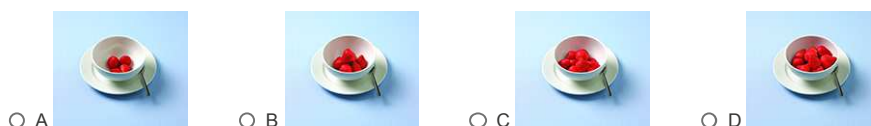
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du jordbær? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du jordbær?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du jordbær?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

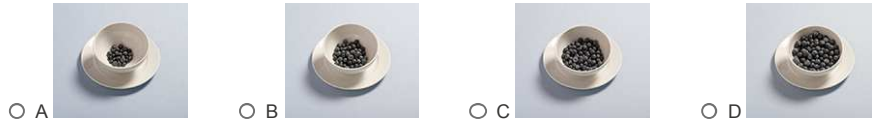
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du blåbær? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du blåbær?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du blåbær?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

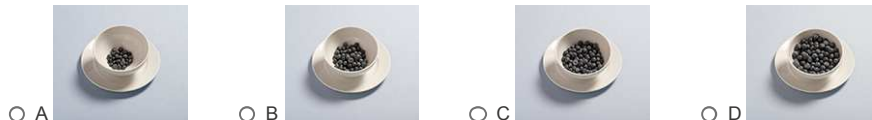
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du bringebær? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du bringebær?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du bringebær?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

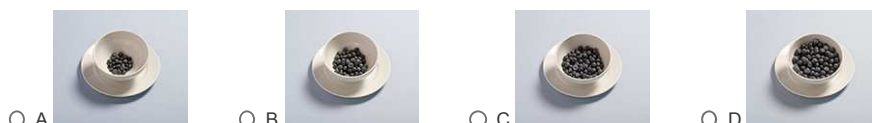
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du bjørnebær og/eller multer? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du bjørnebær og/eller multer?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du bjørnebær og/eller multer?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

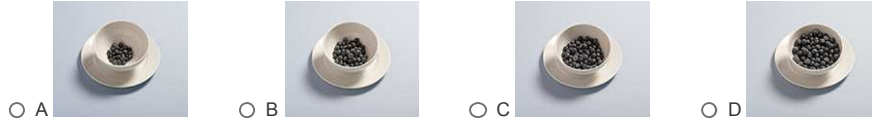
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du solbær og/eller rips? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du solbær og/eller rips?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du solbær og/eller rips?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

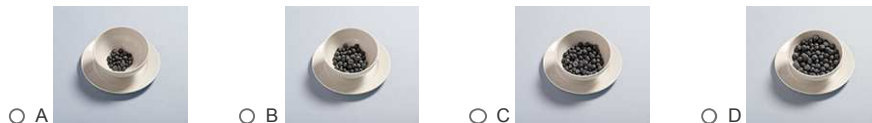
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du tyttebær? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du tyttebær?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du tyttebær?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

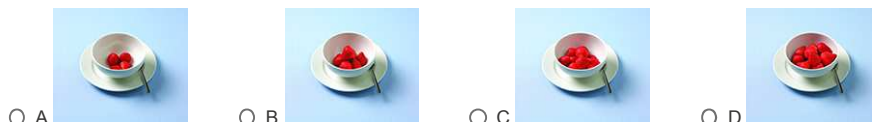
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «18. Spiser du bær?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du kirsebær og/eller moreller? *

- Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kirsebær og/eller moreller?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du kirsebær og/eller moreller?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Sideskift

Side 19

19. Bruker du krydder i mat og/eller drikke, som for eksempel pepper, kanel, friske urter? *

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «19. Bruker du krydder i mat og/eller drikke, som for eksempel pepper, kanel, friske urter?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du vanligvis matvarene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «19. Bruker du krydder i mat og/eller drikke, som for eksempel pepper, kanel, friske urter?»: Av og til, Ja
 "1-3/mnd" betyr 1 til 3 ganger i måneden, "≥ 8/uke" betyr 8 eller flere ganger i uken.

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «19. Bruker du krydder i mat og/eller drikke, som for eksempel pepper, kanel, friske urter?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «19. Bruker du krydder i mat og/eller drikke, som for eksempel pepper, kanel, friske urter?»: Av og til, Ja

	Aldri	Sjelden	1-3/mnd	1/uke	2-3/uke	4-5/uke	6-7/uke	≥ 8/uke
Basilikum, fersk *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Basilikum, tørket *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Grillkrydder *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvitløk, fersk *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kanel *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Karri *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Oregano, tørket *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pepper, sort *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pizzakrydder *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tacokrydder *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Sideskift

Side 20

20. Spiser du nøtter og/eller frø? *

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du vanligvis matvarene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

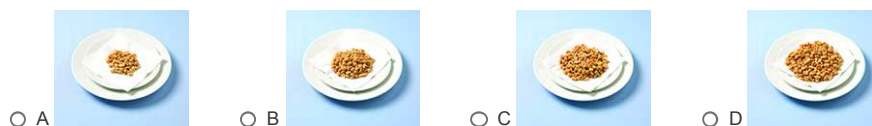
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du peanøtter? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du peanøtter?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du peanøtter?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

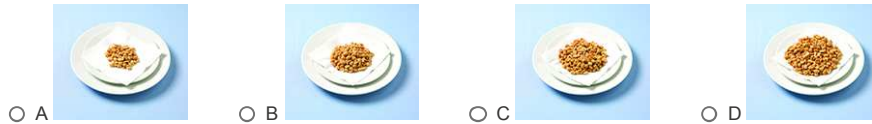
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du mandler? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du mandler?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du mandler?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

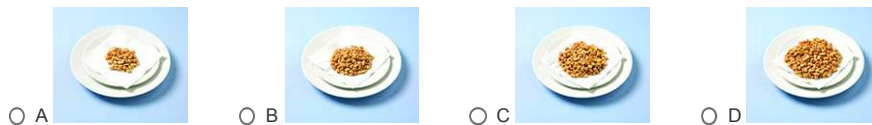
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du cashewnøtter? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du cashewnøtter?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du cashewnøtter?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

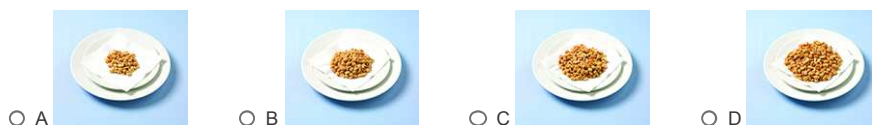
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du hasselnøtter? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du hasselnøtter?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du hasselnøtter?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du valnøtter? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du valnøtter?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du valnøtter?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

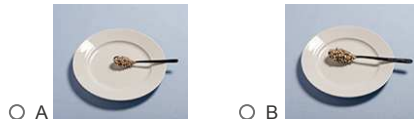
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du pinjekjerner? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pinjekjerner?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pinjekjerner?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

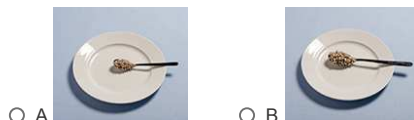
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du linfrø? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du linfrø?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du linfrø?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «20. Spiser du nøtter og/eller frø?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du solsikkekjerner? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du solsikkekjerner?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du solsikkekjerner?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Sideskift

Side 21

21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker? *

- Ja
- Av og til
- Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du vanligvis matvarene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

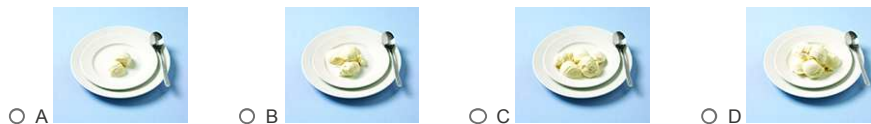
Hvor ofte spiser du iskrem? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du iskrem?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *

Porsjon B = 1 pinneis = 1 kremmerhus.



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du iskrem?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du saftis/sorbet? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du saftis/sorbet?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mange saftis/sorbet spiser du av gangen? *

Velg ... ▼

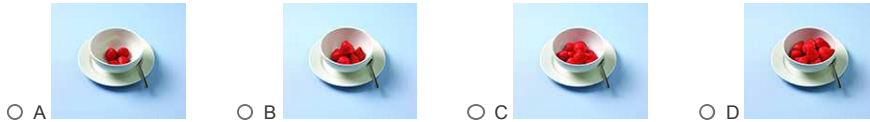
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du hermetisk frukt, hermetisk ananas? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du hermetisk frukt, hermetisk ananas?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du hermetisk frukt, hermetisk ananas?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

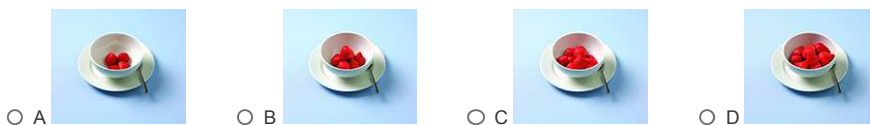
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du frisk fruktsalat? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du frisk fruktsalat?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du frisk fruktsalat?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

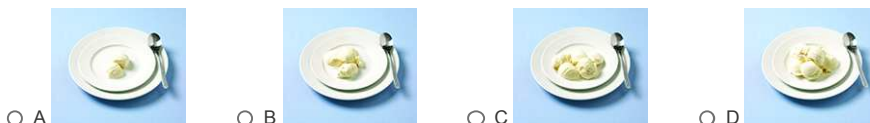
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du sjokoladepudding, karamellpudding, gelè og lignende? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du sjokoladepudding, karamellpudding, gelè og lignende?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du sjokoladepudding, karamellpudding, gelè og lignende?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

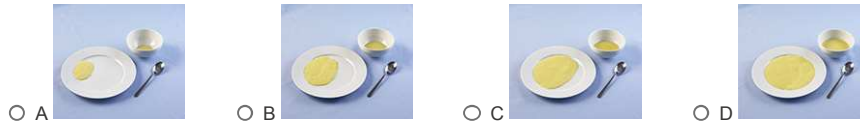
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du vaniljesaus? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du vaniljesaus?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du vaniljesaus?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du pisket krem? *

Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pisket krem?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mye spiser du til et måltid, i spiseskjeer? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du boller og/eller kringle? *

Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du boller og/eller kringle?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mange spiser du? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du skolebrød og/eller skillingsbolle? *

Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du skolebrød og/eller skillingsbolle?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange spiser du? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du wienerbrød og/eller wienerkringle? *

Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du wienerbrød og/eller wienerkringle?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor mange spiser du? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du muffins og/eller cupcakes? *

Aldri
 Sjelden
 1-3/mnd
 1/uke
 2-3/uke
 4-5/uke
 6-7/uke
 ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du muffins og/eller cupcakes?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mange spiser du? *

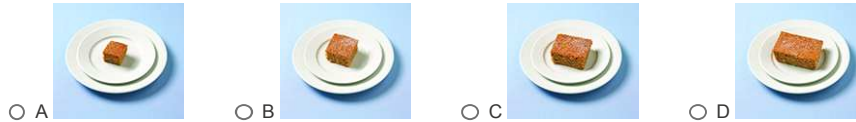
Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du formkake, eplekake? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du formkake, eplekake?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du formkake, eplekake?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du vafler? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du vafler?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange plater med vafler spiser du? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du sjokoladecake og/eller brownies? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du sjokoladecake og/eller brownies?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange stykker spiser du? *

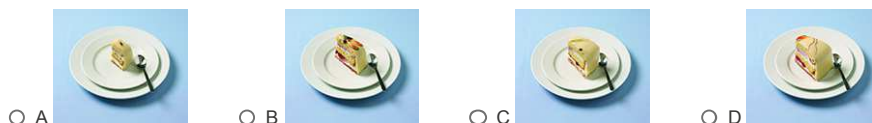
Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja
 Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du marsipankake, bløtkake og/eller ostekake? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du marsipankake, bløtkake og/eller ostekake?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor stor porsjon spiser du? *

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du marsipankake, bløtkake og/eller ostekake?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor mange porsjoner spiser du til et måltid? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «21. Spiser du desserter, boller og/eller kaker?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du søt kjeks, kakekjeks (for eksempel Cookies, Bixit)? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du søt kjeks, kakekjeks (for eksempel Cookies, Bixit)?»: 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke

Hvor mange spiser du? *

Velg ...

Side 22

Sideskift

22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks? *

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du matvarene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du sjokoladebar og rull (ca 60 g per stykk, f.eks Snickers, Japp, Daim, Melkerull)? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du sjokoladebar og rull (ca 60 g per stykk, f.eks Snickers, Japp, Daim, Melkerull)?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange spiser du? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du sjokoladeplate (100 g per stykk, f.eks Melkesjokolade, Firkløver) *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du sjokoladeplate (100 g per stykk, f.eks Melkesjokolade, Firkløver)?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange spiser du? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du mørk sjokolade, minst 40% kakao (100 g per stykk)? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du mørk sjokolade, minst 40% kakao (100 g per stykk)?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange spiser du? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du ekstra mørk sjokolade, minst 70% kakao (100 g per stykk)? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du ekstra mørk sjokolade, minst 70% kakao (100 g per stykk)?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange spiser du? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du konfekt? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du konfekt?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange spiser du? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du pastiller uten sukker? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du pastiller uten sukker?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange spiser du? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du drops, lakris, seigmenn og lignende? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du drops, lakris, seigmenn og lignende?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange spiser du? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

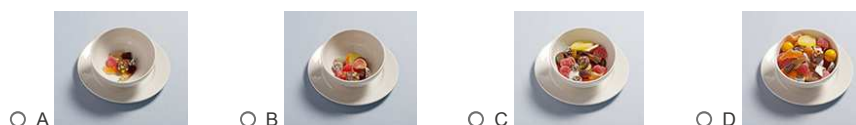
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du smågodt? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du smågodt?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du smågodt?»: 1/uke, 1-3/mnd, Sjelden, ≥ 8/uke, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke

Hvor mange porsjoner spiser du? *

Velg ... ▾

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

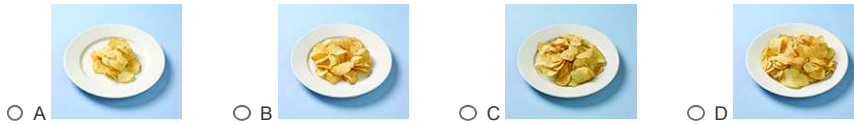
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du potetgull? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du potetgull?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du potetgull?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange porsjoner spiser du? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

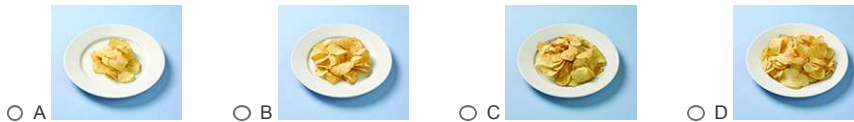
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «22. Spiser du sjokolade, godteri, snacks?»: Av og til, Ja

Hvor ofte spiser du annen salt snacks (skruer, tortillachips, saltstenger, ostepop og lignende)? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du annen salt snacks (skruer, tortillachips, saltstenger, ostepop og lignende)?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor stor porsjon spiser du? *



Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte spiser du annen salt snacks (skruer, tortillachips, saltstenger, ostepop og lignende)?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mange porsjoner spiser du? *

Velg ... ▼

Sideskift

Side 23

23. Tar du vanligvis tilskudd av tran, fiskeolje og/eller omega3? *

Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «23. Tar du vanligvis tilskudd av tran, fiskeolje og/eller omega3?»: Ja, Av og til

Hvor ofte tar du kosttilskuddene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «23. Tar du vanligvis tilskudd av tran, fiskeolje og/eller omega3?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «23. Tar du vanligvis tilskudd av tran, fiskeolje og/eller omega3?»: Ja, Av og til

Hvor ofte tar du flytende tran? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du flytende tran?»: ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd

Hvor mye tar du hver gang? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «23. Tar du vanligvis tilskudd av tran, fiskeolje og/eller omega3?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «23. Tar du vanligvis tilskudd av tran, fiskeolje og/eller omega3?»: Ja, Av og til

Hvor ofte tar du drankapsler? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du drankapsler?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mange kapsler tar du hver gang? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «23. Tar du vanligvis tilskudd av tran, fiskeolje og/eller omega3?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «23. Tar du vanligvis tilskudd av tran, fiskeolje og/eller omega3?»: Ja, Av og til

Hvor ofte tar du fiskeolje-kapsler eller omega3-kapsler? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du fiskeolje-kapsler eller omega3-kapsler?»: Sjelden, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke

Hvor mange kapsler tar du hver gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «23. Tar du vanligvis tilskudd av tran, fiskeolje og/eller omega3?»: Ja, Av og til

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «23. Tar du vanligvis tilskudd av tran, fiskeolje og/eller omega3?»: Ja, Av og til

Hvor ofte tar du seloljekapsler? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du seloljekapsler?»: 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, 1-3/mnd, ≥ 8/uke, 6-7/uke, Sjelden

Hvor mange kapsler tar du hver gang? *

Velg ...

Sideskift

Side 24

24. Tar du vanligvis kosttilskudd? *

- Ja
 Av og til
 Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du vanligvis kosttilskuddene i listen under?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du Sana-sol? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du Sana-sol?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mye tar du hver gang, i spiseskjeer? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du Biovit? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du Biovit?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor mye tar du hver gang, i spiseskjeer? *

Barneskje (5 ml)

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du multivitamin og mineral-tilskudd? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du multivitamin og mineral-tilskudd?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange tabletter tar du hver gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du multivitamin uten mineraler? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du multivitamin uten mineraler?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange tabletter tar du hver gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du jernpreparater som Duroferon, Ferromax og lignende? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du jernpreparater som Duroferon, Ferromax og lignende?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange tabletter tar du hver gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du Hemofer, hemjern? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du Hemofer, hemjern?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor mange tabletter tar du hver gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du Aminojern? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du Aminojern?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange tabletter tar du hver gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du Jernmikstur? *

Floradix

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du Jernmikstur?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mye tar du hver gang, i spiseskjeer? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du B-vitaminer (flere B-vitaminer i samme tablett)? *

- Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du B-vitaminer (flere B-vitaminer i samme tablett)?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange tabletter tar du hver gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du C-vitamin (ca 60 mg/tablett)? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du C-vitamin (ca 60 mg/tablett)?»: ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke

Hvor mange tabletter tar du hver gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du D-vitamin (ca 10 mg/tablett)? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du D-vitamin (ca 10 mg/tablett)?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange tabletter spiser du per gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du E-vitamin (ca 30 mg/tablett)? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du E-vitamin (ca 30 mg/tablett)?»: 1-3/mnd, Sjelden, 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke

Hvor mange tabletter tar du hver gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Hvor ofte tar du Folat (folsyre, ca 200 mg/tablett)? *

Aldri Sjelden 1-3/mnd 1/uke 2-3/uke 4-5/uke 6-7/uke ≥ 8/uke

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Hvor ofte tar du Folat (folsyre, ca 200 mg/tablett)?»: 6-7/uke, 4-5/uke, 2-3/uke, 1/uke, ≥ 8/uke, 1-3/mnd, Sjelden

Hvor mange tabletter tar du hver gang? *

Velg ...

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja
Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «24. Tar du vanligvis kosttilskudd?»: Av og til, Ja

Annet

Sideskift

Side 25

25. Måltider

Hvor ofte pleier du å spise følgende måltider i løpet av en (1) uke? (Sett ett kryss for hver måltidstype)

	Aldri	Sjelden	1/uke	2/uke	3/uke	4/uke	5/uke	6/uke	7/uke
Frokost *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lunsj *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Middag *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Aldri	Sjelden	1/uke	2/uke	3/uke	4/uke	5/uke	6/uke	7/uke
Kveldsmat *									
Nattmat (mellom kl 24 - 06) *	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hvor ofte pleier du å spise et eller annet utenom hovedmåltidene (f.eks. godteri, frukt, brødkraker)? *

- Aldri Sjelden 1-3/uke 4-6/uke 1/dag 2/dag 3/dag 4/dag ≥ 5/dag

Side 26

Sideskift

Noen bakgrunnsspørsmål til slutt

Til slutt vil vi gjerne at du svarer på noen bakgrunnsspørsmål

Alder *

Velg ... ▼

Høyde *

Din høyde i cm.

Velg ... ▼

Vekt *

I kilo (kg)

Velg ... ▼

Hva er ditt utdanningsnivå? *

Velg det høyeste nivå du har fullført (kilde: <https://www.ssb.no/utniv/>)

- Grunnskole
 Videregående
 Universitets- og høyskole, bachelor, 3 år
 Universitets- og høyskole, master, 5 år
 Doktorgrad
 Ingen utdanning

Er du i inntektsgivende arbeid? *

- Ja, fulltid
 Ja, deltid
 Nei
 Ønsker ikke å oppgi

Din nåværende status *

- Gift
 Samboer
 Singel/enslig
 Enke/enkemann
 Annet

Har du barn? *

- Ja
 Nei

Røyker du? *

- Ja
 Av og til

Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Røyker du?»: Av og til

Hvor mange sigaretter i uken? *

Velg ... ▼

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Røyker du?»: Ja

Hvor mange sigaretter om dagen? *

Velg ... ▼

Side 27

Sideskift

Eventuelle andre matvarer

Bruker du regelmessig matvarer, drikke eller andre produkter som ikke er nevnt i spørreskjemaet? Skriv ned produktinformasjon så detaljert som mulig. Skriv også hvor ofte du spiser / drikker dette og hvor mye hver gang.

Dine kommentarer

Har du noen kommentarer til skjemaet kan du skrive det her:

Fikk du hjelp til å fylle ut dette kostholdsspørreskjemaet? *

Ja

Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «Fikk du hjelp til å fylle ut dette kostholdsspørreskjemaet?»: Ja

Dersom du fikk hjelp av noen til å fylle ut spørreskjemaet vil vi gjerne at du skriver ned hvem som hjalp deg her.

Skriv for eksempel: "min datter", "min mann", "en venn" eller lignende.

Se nylige endringer i Nettskjema (vv345_1rc1)



NORKOST

En landsomfattende kostholdsundersøkelse

Bildehefte med porsjonsstørrelser

INNHold

Bildernr.	Side
1. Størrelse på tallerkenene som er brukt i bildeheftet	3
2. Dype tallerkener	3
3. Glass	4
4. Kopper	4
5. Plast- og pappkrus	4
6. Grovhetsmerker for brød	5
7. Rundstykker	5
8. Ovale brødsriver, fasong og tykkelse	6
9. Firkantede brødsriver, fasong og tykkelse	8
10. Smør, margarin på brødet	10
11. Kaviar	10
12. Leverpostei	11
13. Syltetøy	11
14. Ost	12
15. Frokostblanding	12
16. Cornflakes	13
17. Grøt	13
18. Suppe	14
19. Omelett	14
20. Lasagne	15
21. Kjøttsaus	15
22. Pizza	16
23. Pizza, firkanter	16
24. Wok	17
25. Gryterett	17
26. Kjøtt i strimler	18
27. Helt kjøtt	18
28. Fisk	19
29. Reker	19
30. Spagetti og annen pasta	20
31. Ris	20
32. Pommefrites	21
33. Saus	21
34. Salat	22
35. Grønnsaksblanding	22
36. Brøkkoli	23
37. Druer	23
38. Jordbær	24
39. Is	24
40. Formkake	25
41. Bløtkake	25
42. Nøtter	26
43. Potetgull	26

Foto: Alf Börjesson, Eva Brænd

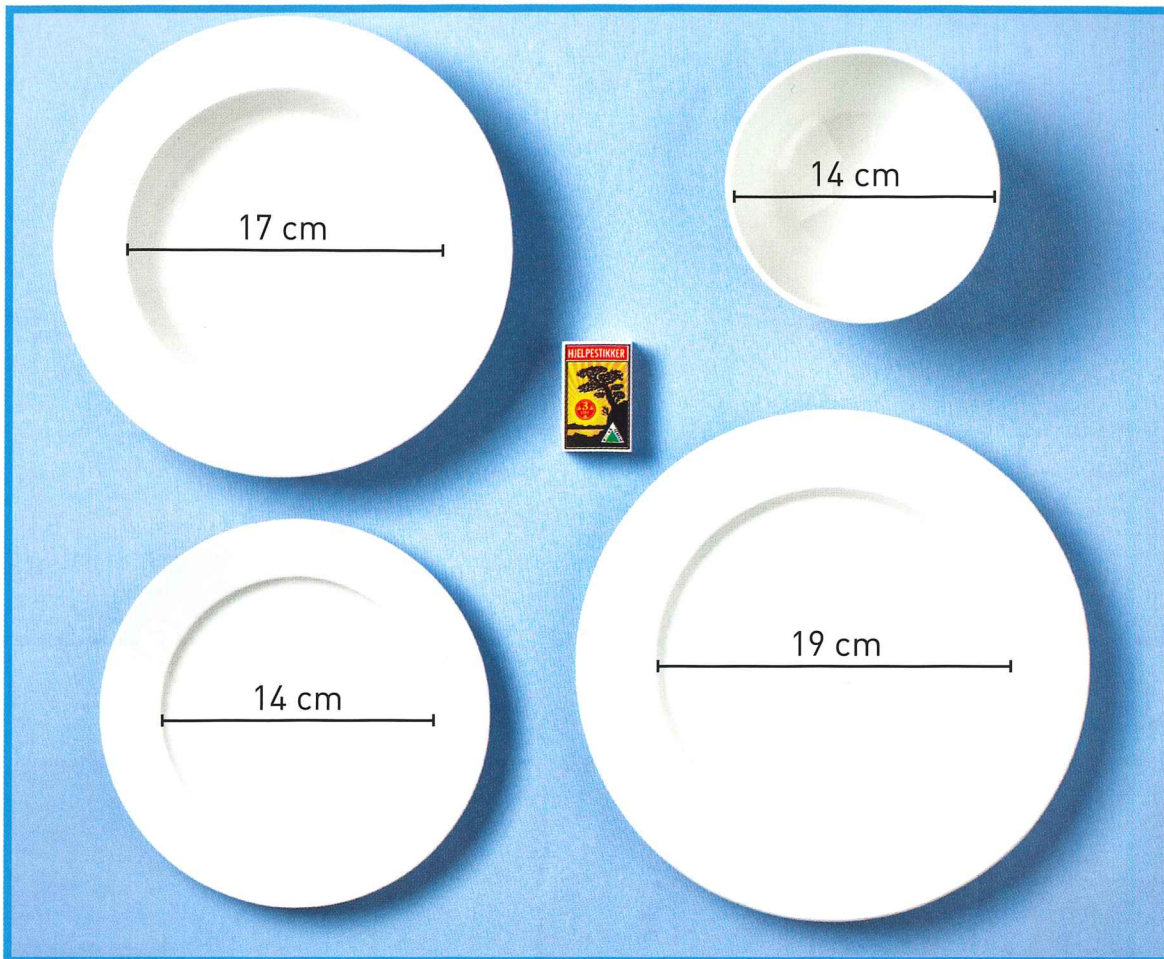
Design: Tank

Tegningene av brød er hentet fra EPIC-SOFT bildebok - laget til Kvinner og kreft-studien ved Universitetet i Tromsø, Norge.

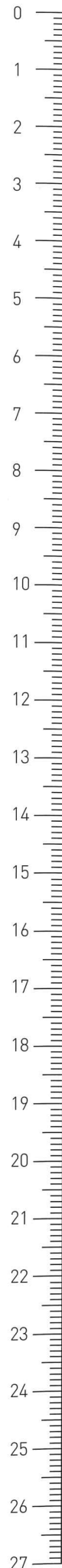
Grovhetsmerker for brød: Ordningen eies av Næringsmiddelbedriftenes Landsforening (NBL)

og Baker- og Konditorbransjens Landsforening (BKLF).

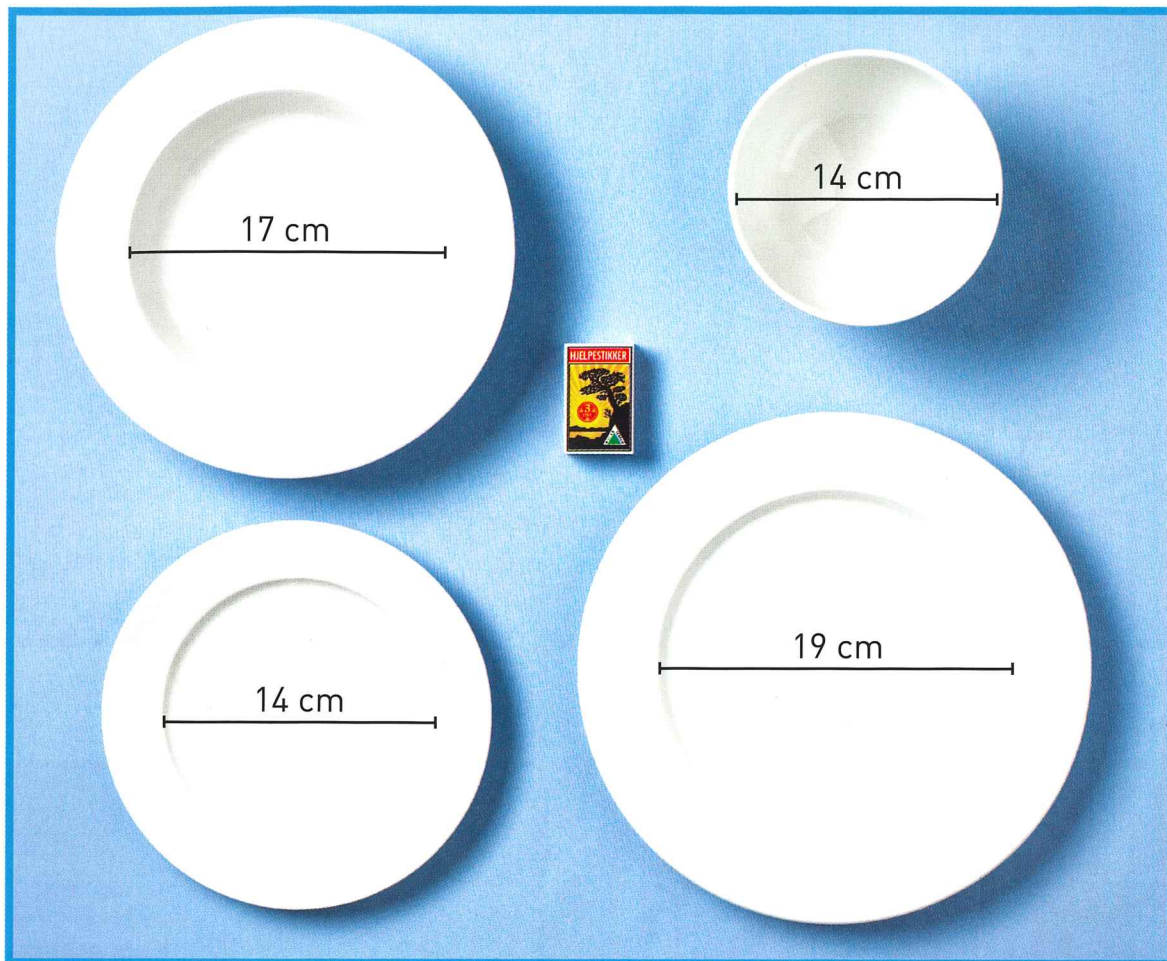
1. Størrelse på tallerkenene som er brukt i bildeheftet



2. Dype tallerkener



1. Størrelse på tallerkenene som er brukt i bildeheftet



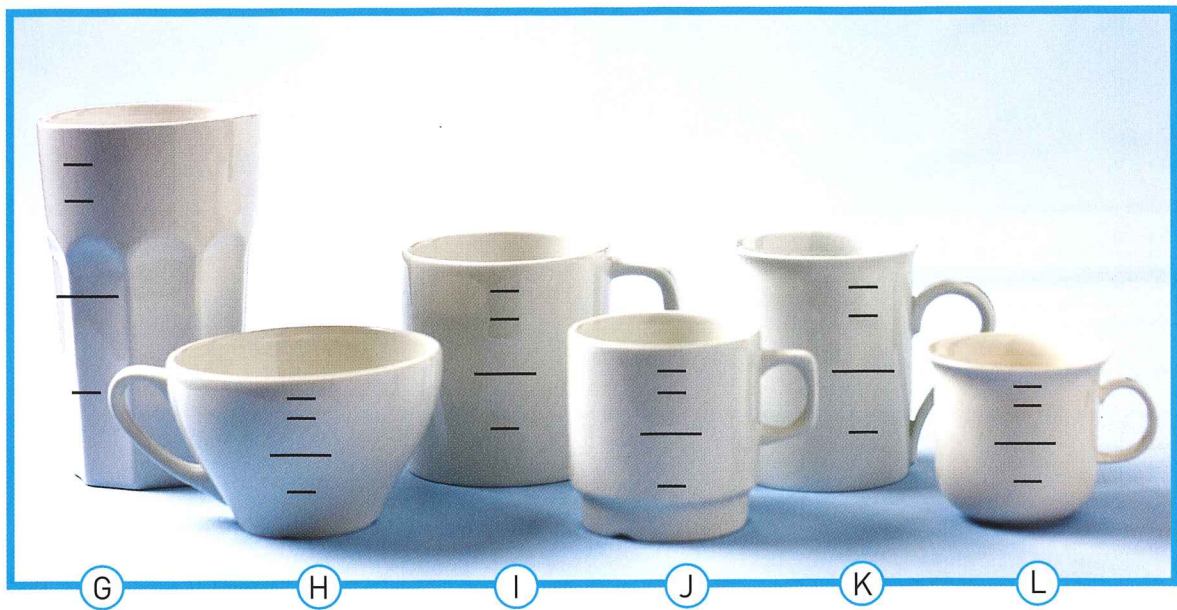
2. Dype tallerkener



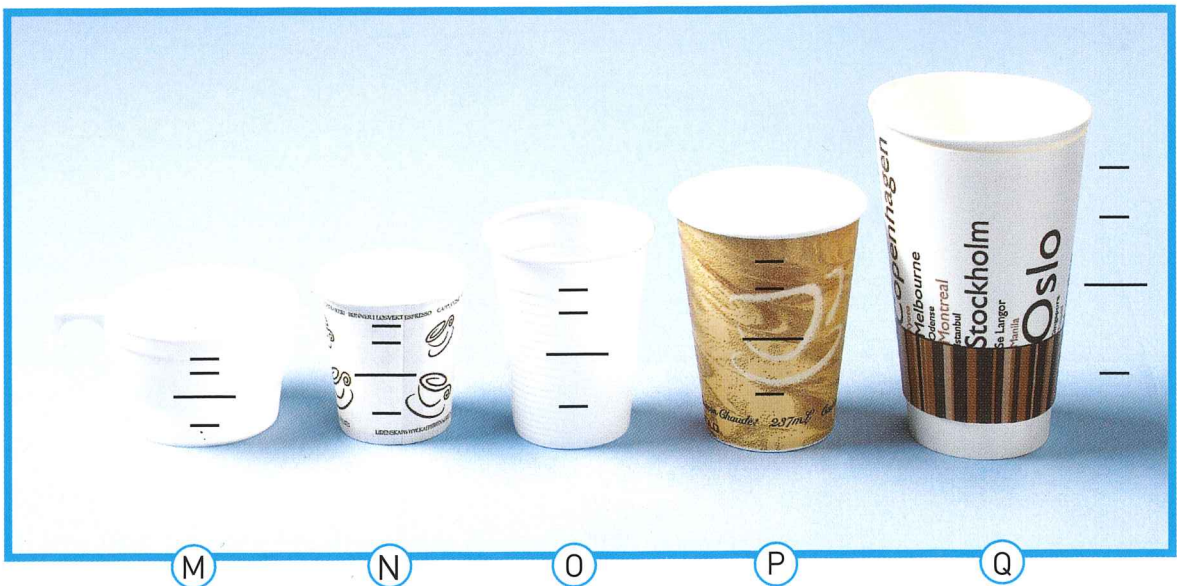
3. Glass



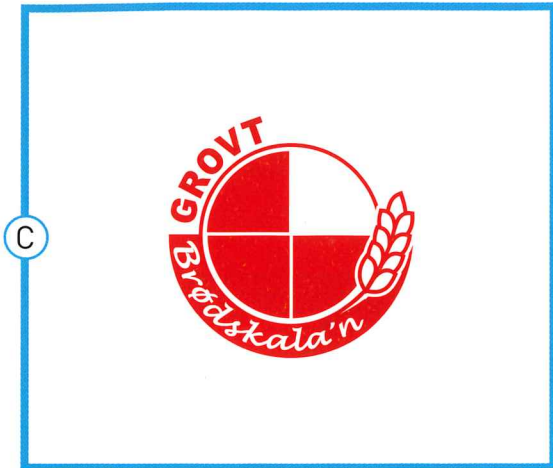
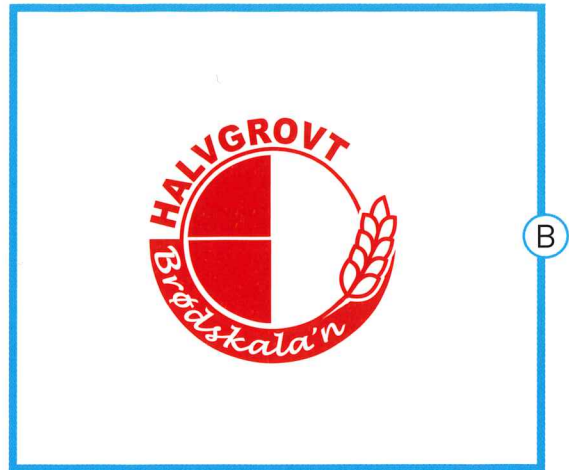
4. Kopper



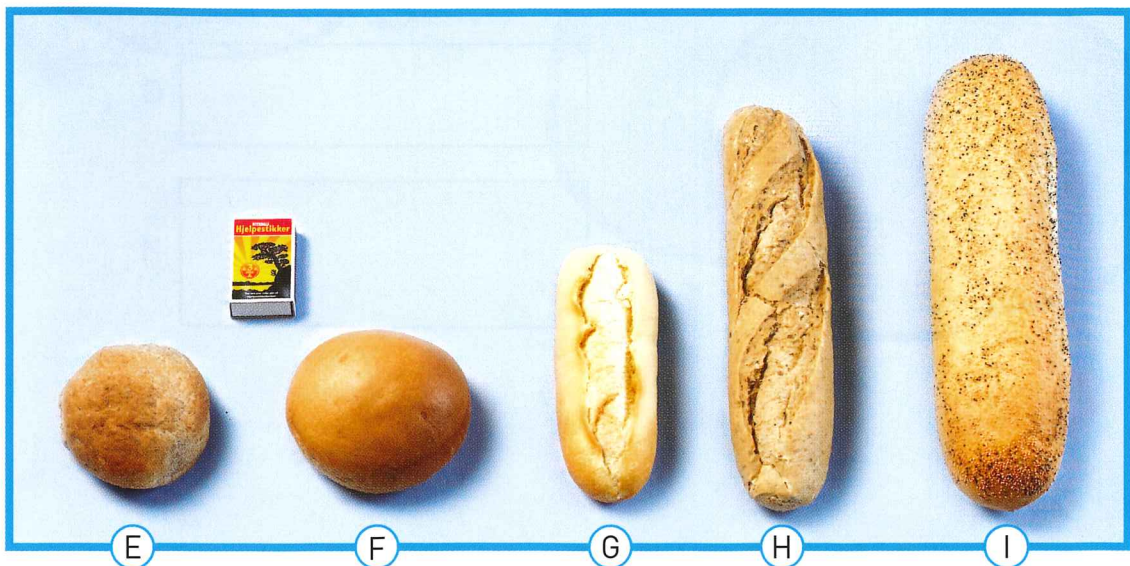
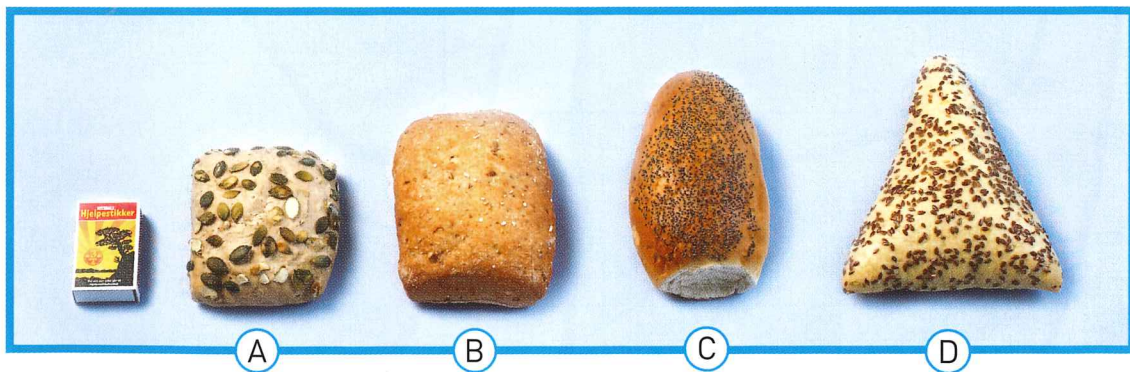
5. Plast- og pappkrus



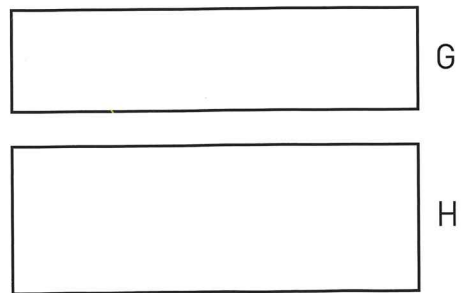
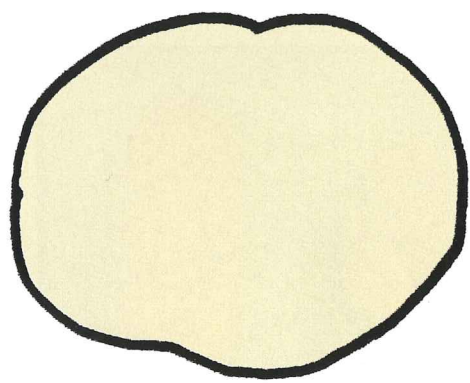
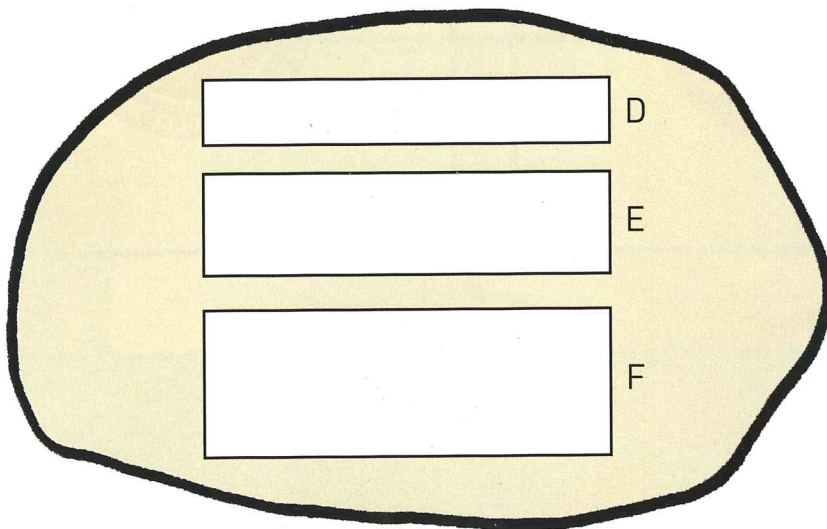
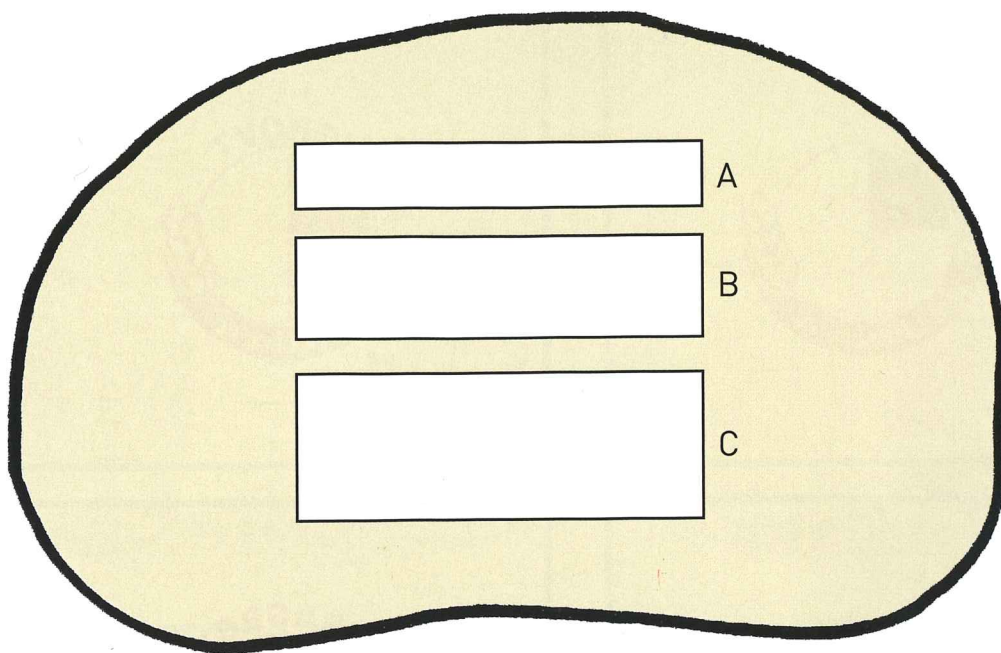
6. Grovhetsmerker for brød



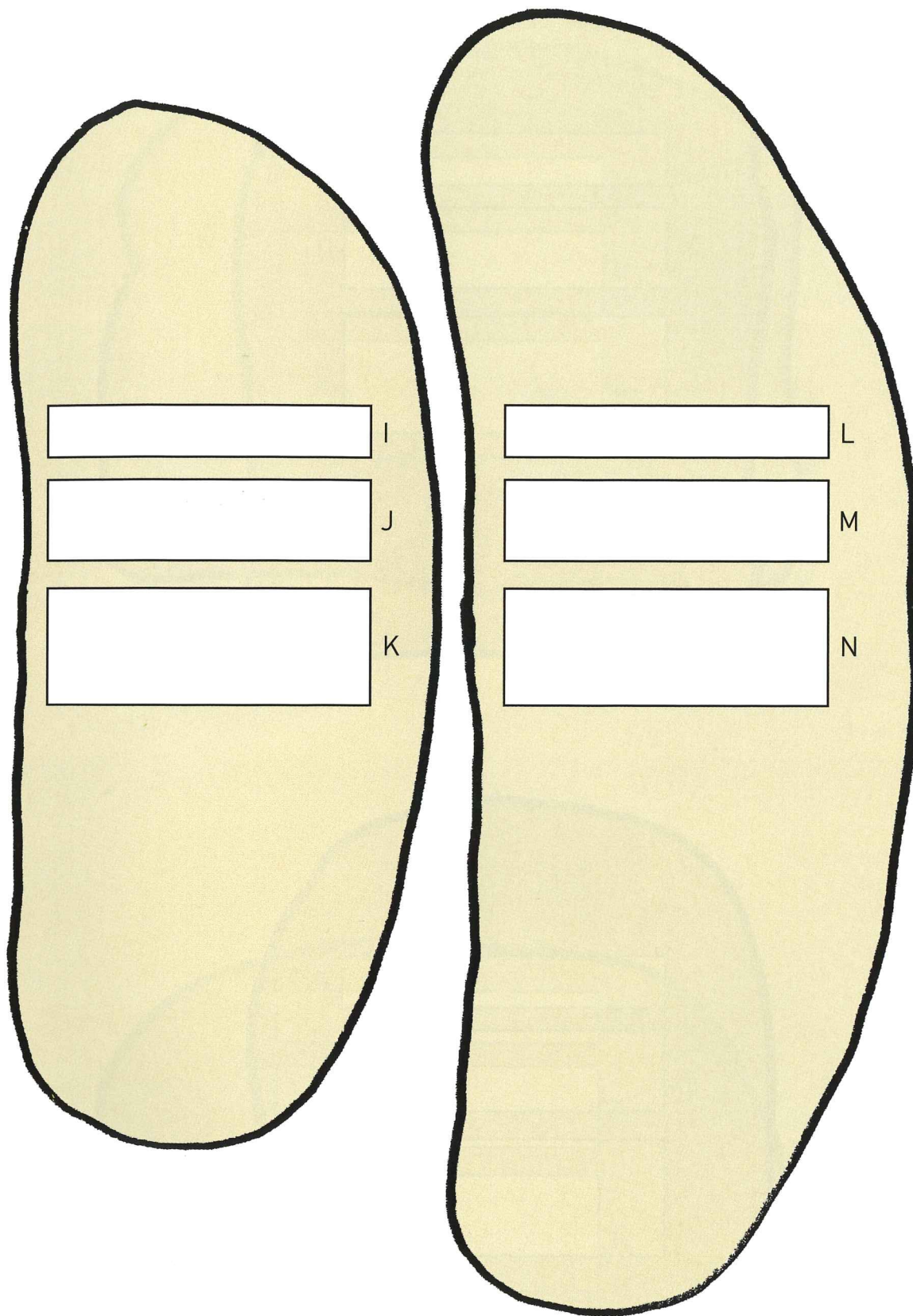
7. Rundstykker



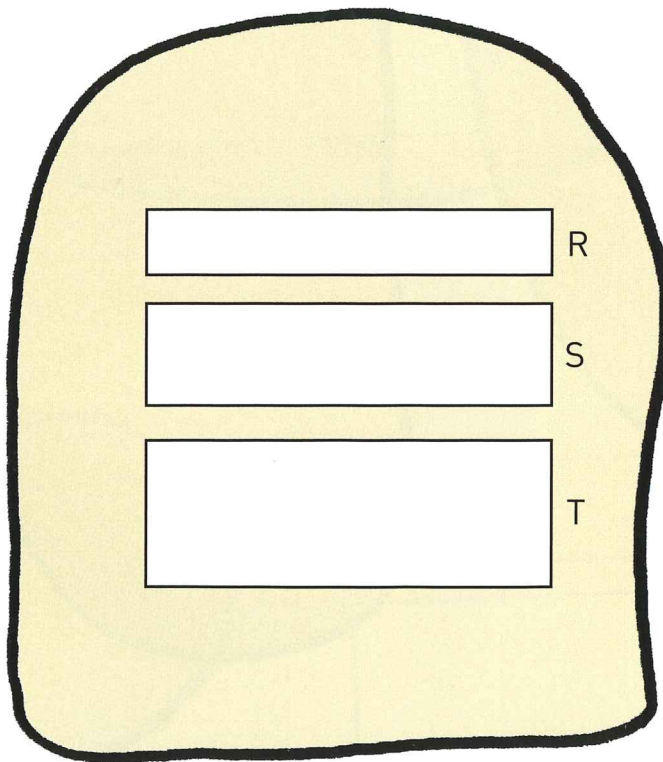
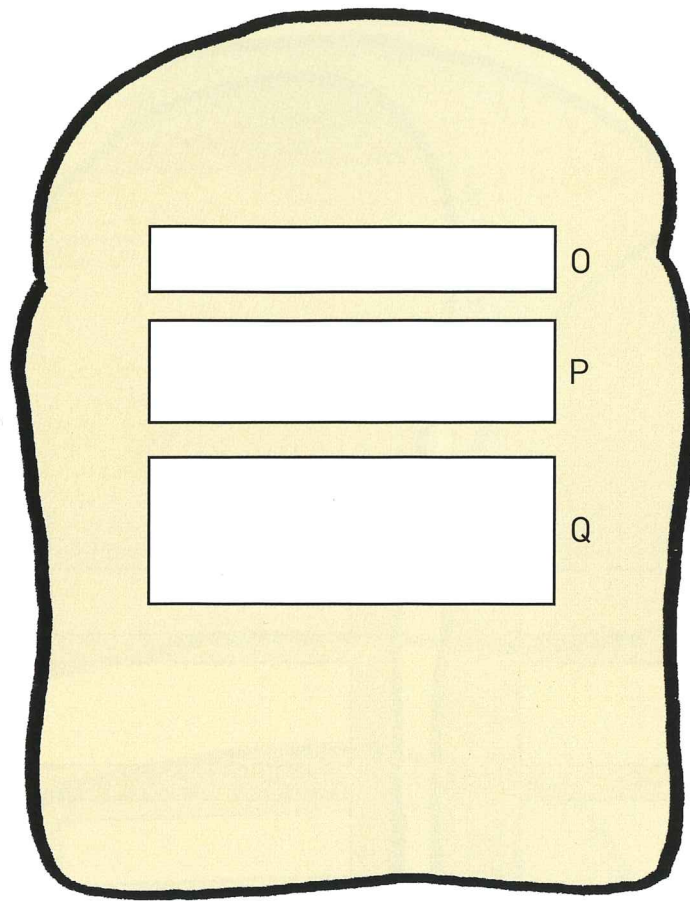
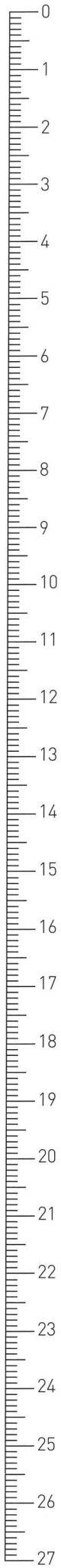
8. Ovale brødsiver, fasong og tykkelse



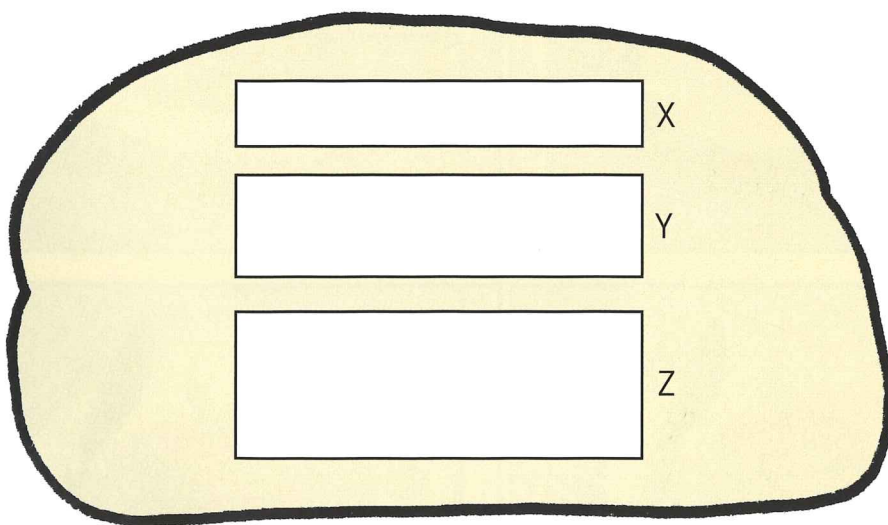
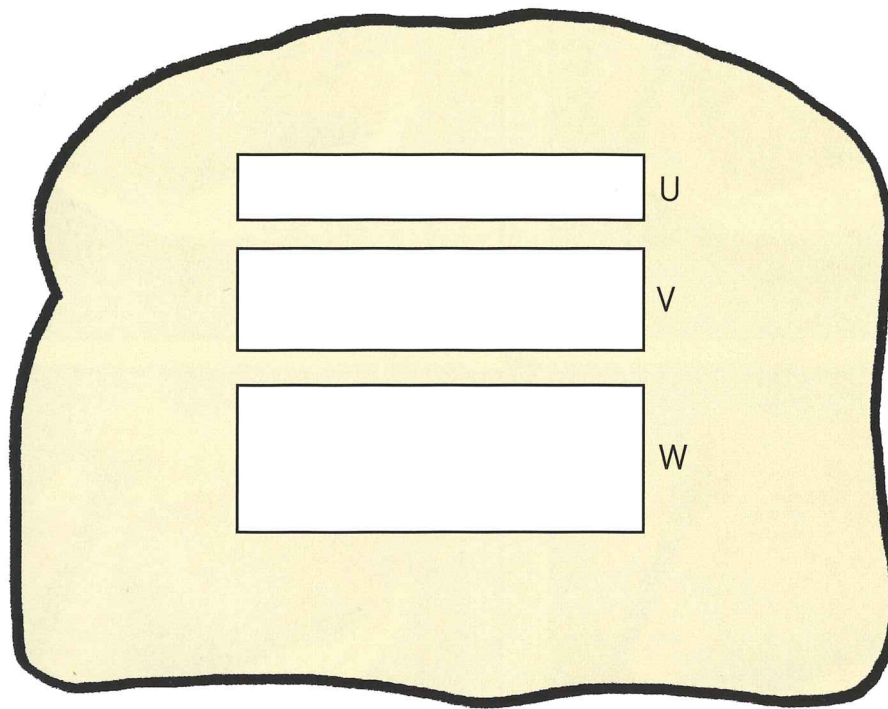
8. Ovale brødskiver, fasong og tykkelse (forts)



9. Firkantede brødsiver, fasong og tykkelse

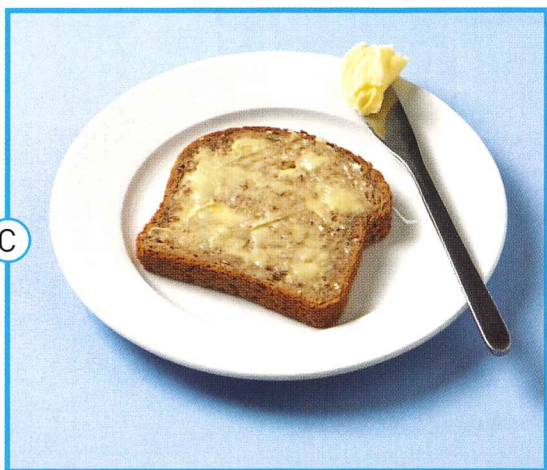
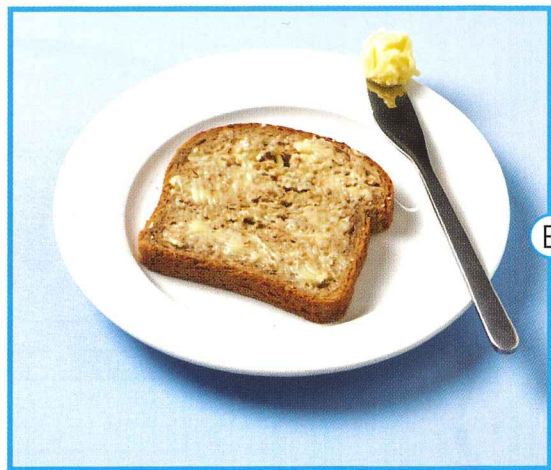
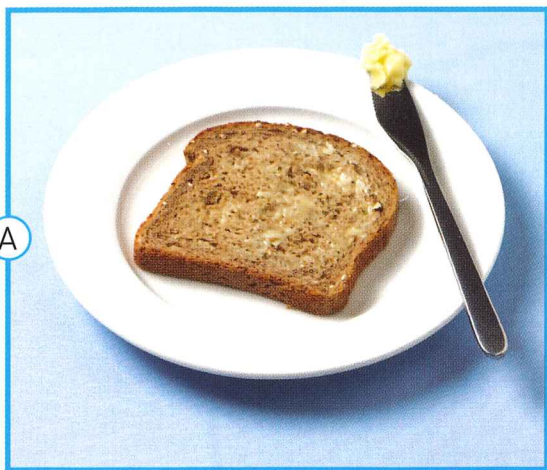


9. Firkantede brødskiver, fasong og tykkelse (forts)

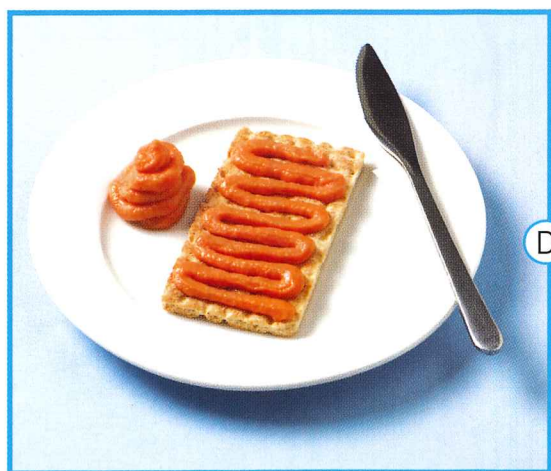
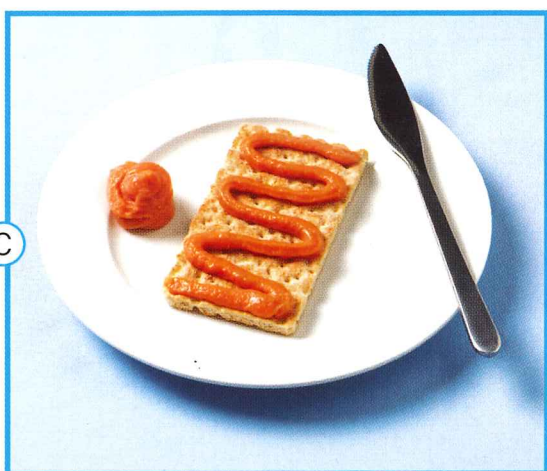
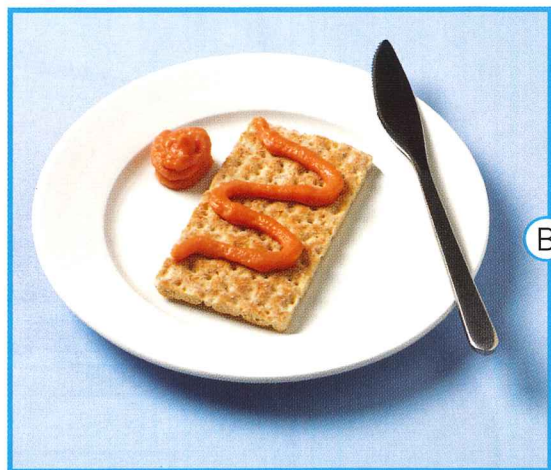
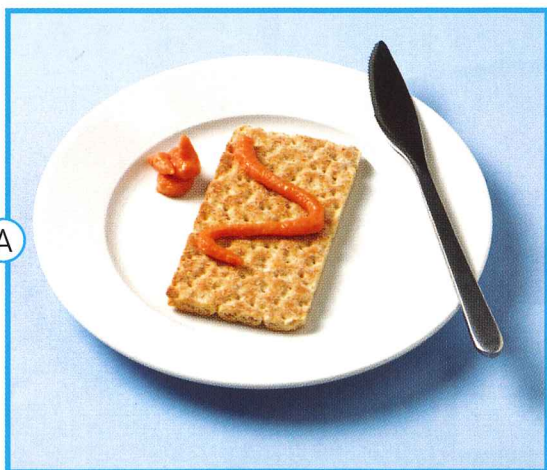


0
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27

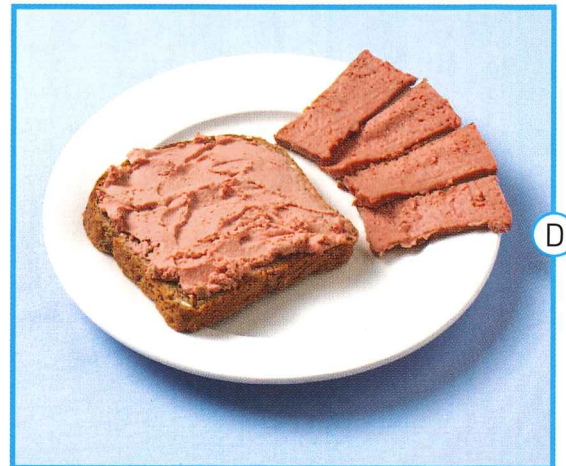
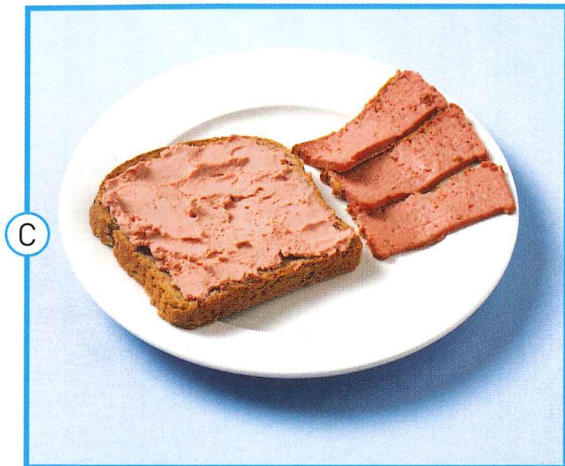
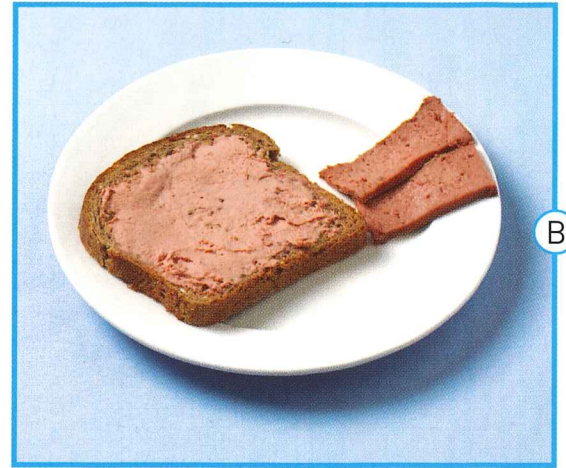
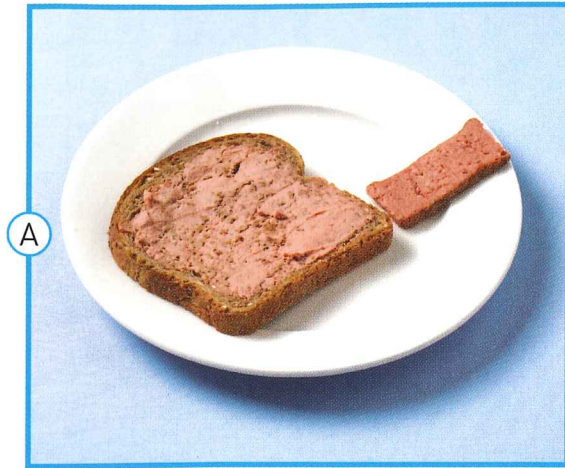
10. Smør, margarin på brødet



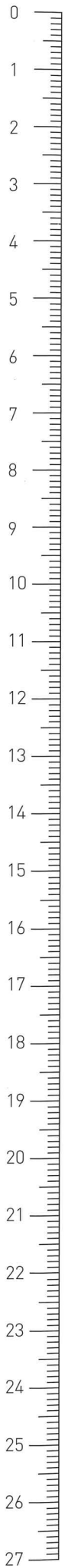
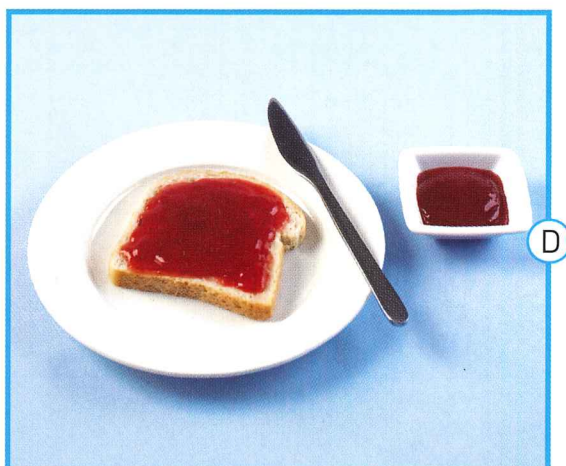
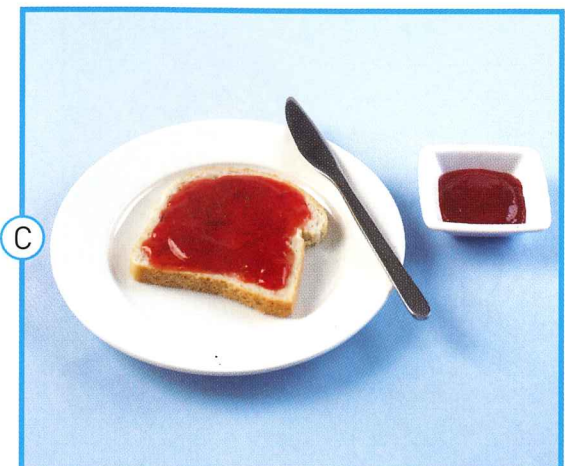
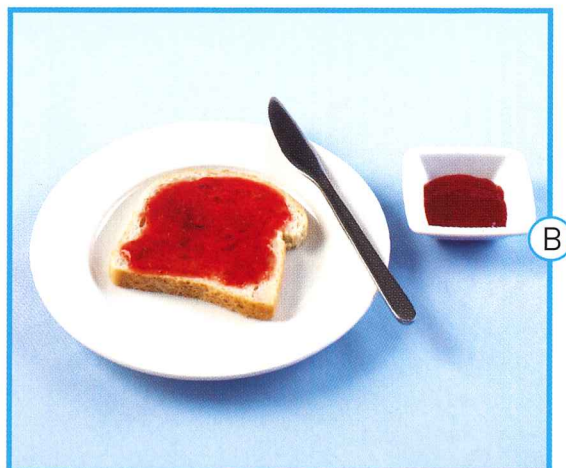
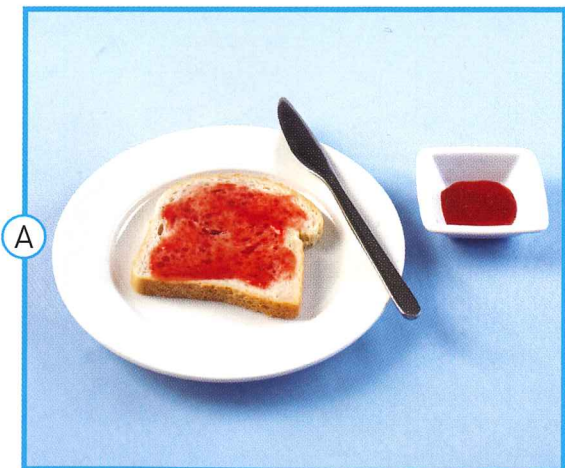
11. Kaviar



12. Leverpostei

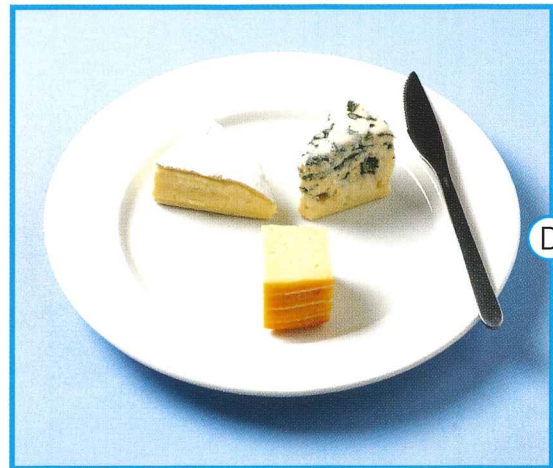
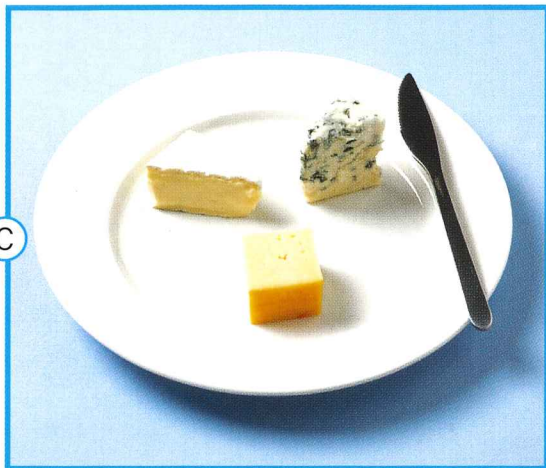
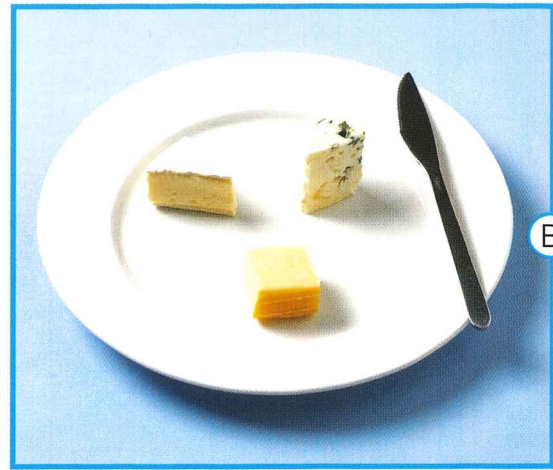
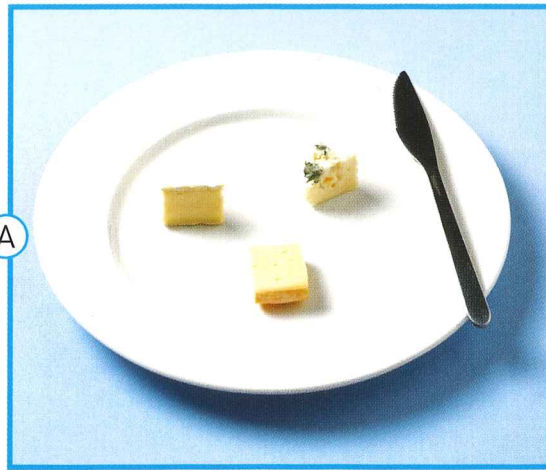


13. Syltetøy

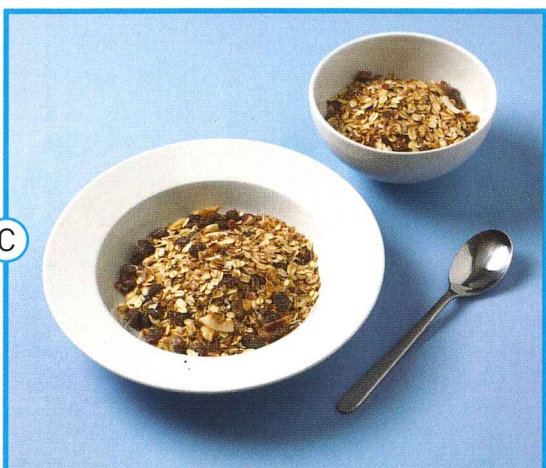
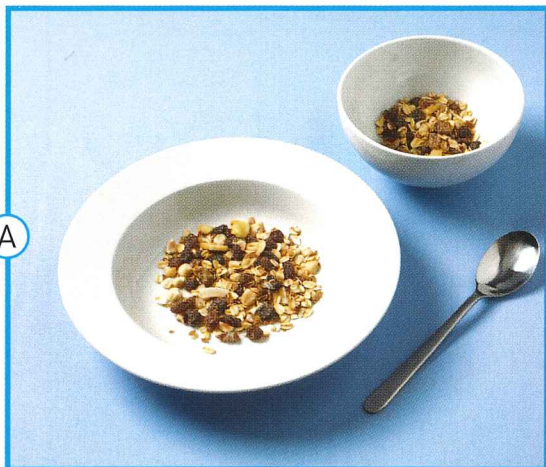


0
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27

14. Ost



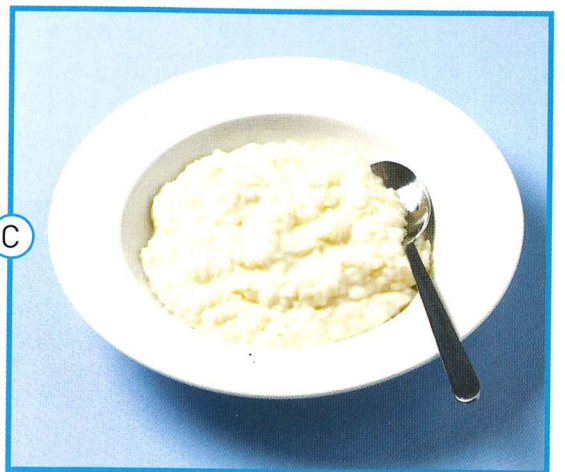
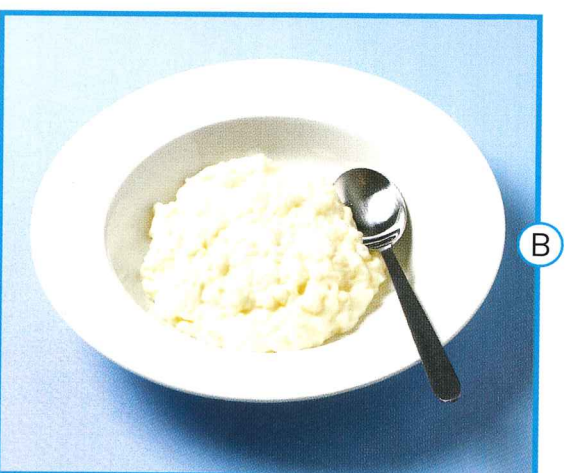
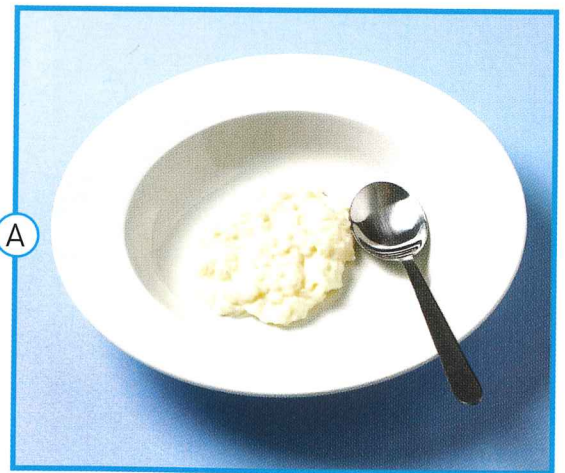
15. Frokostblandning



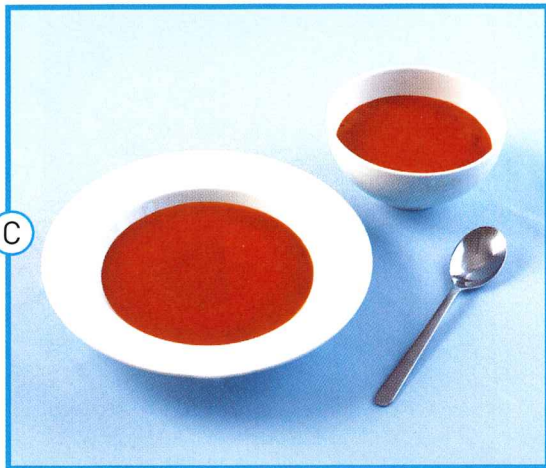
16. Cornflakes



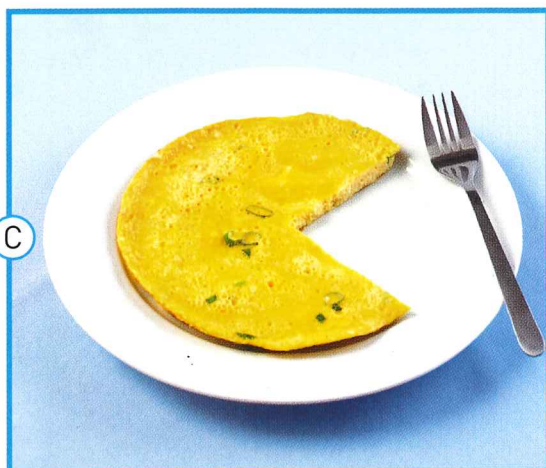
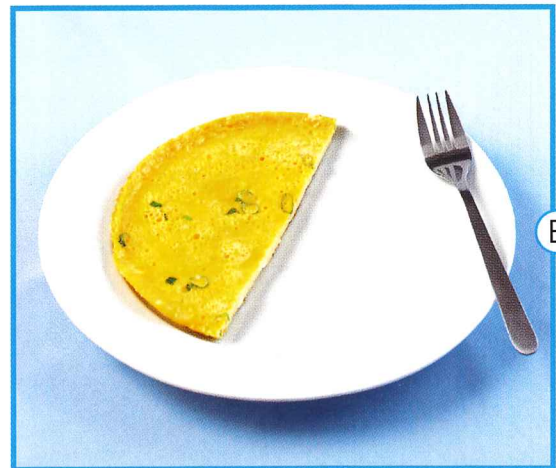
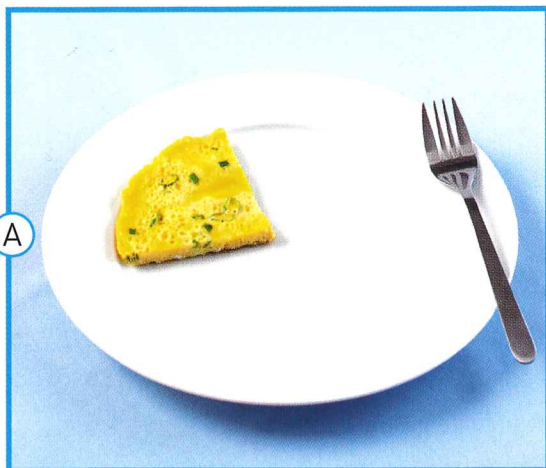
17. Grøt



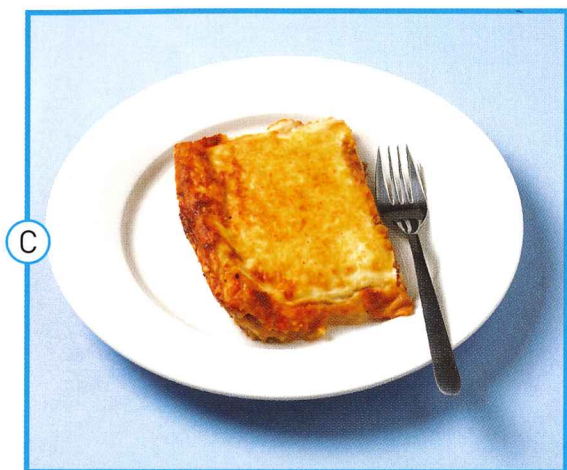
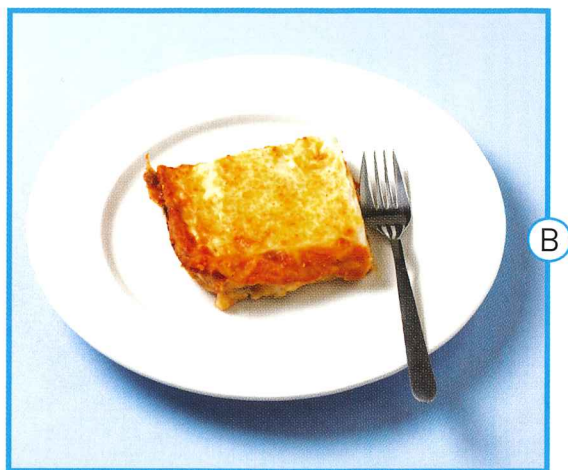
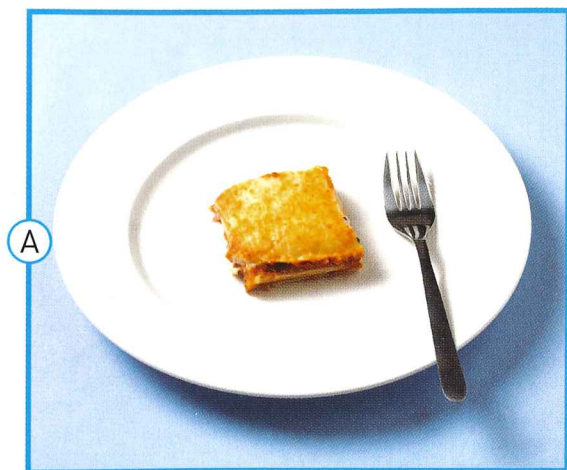
18. Suppe



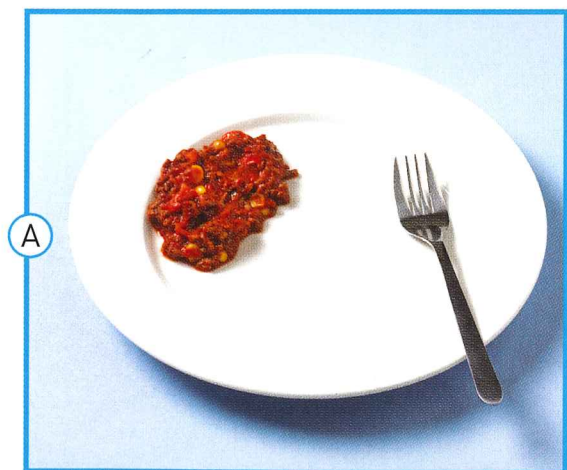
19. Omelett



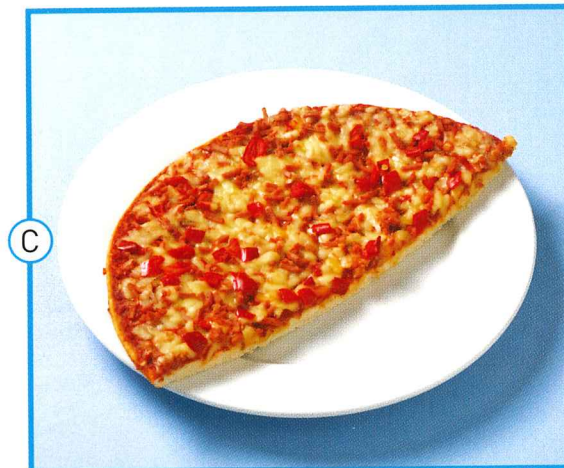
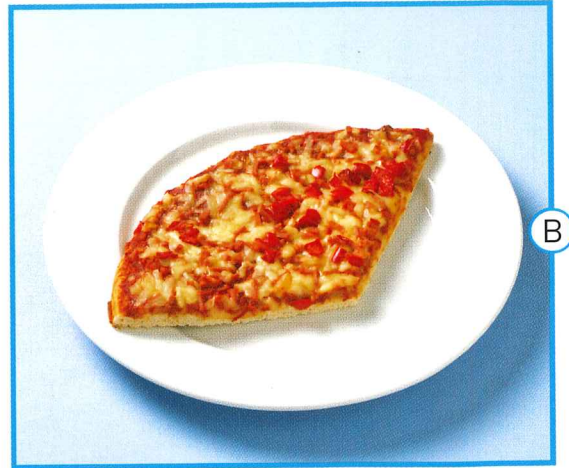
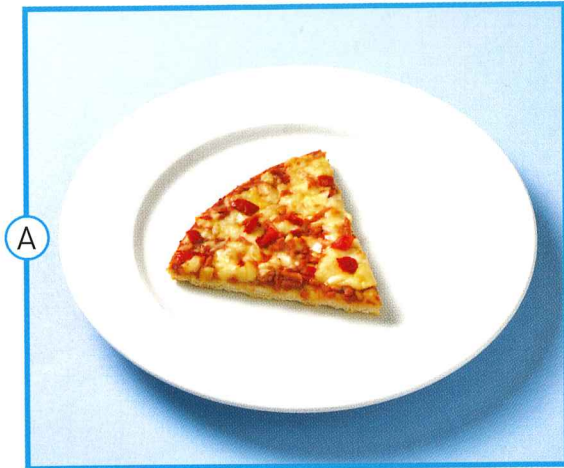
20. Lasagne



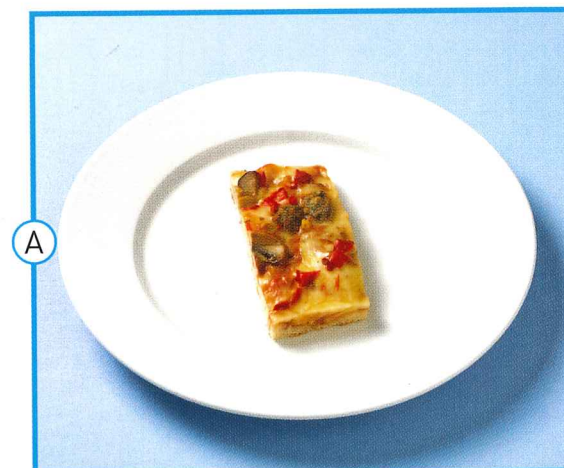
21. Kjøttsaus



22. Pizza



23. Pizza, firkanter



24. Wok

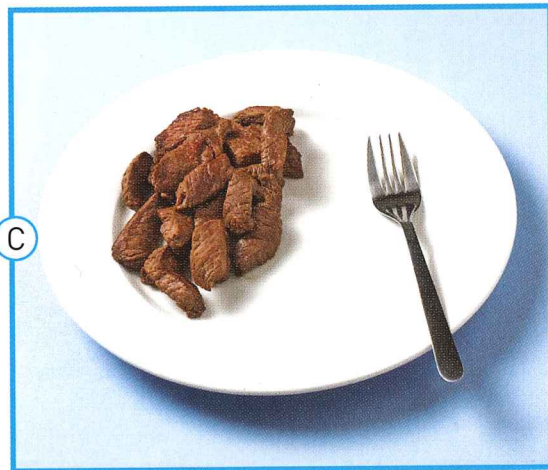
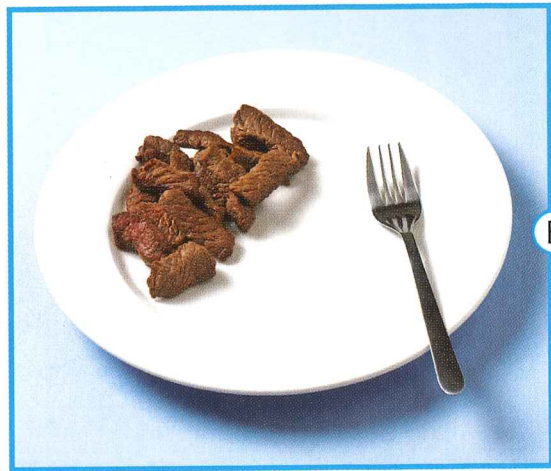
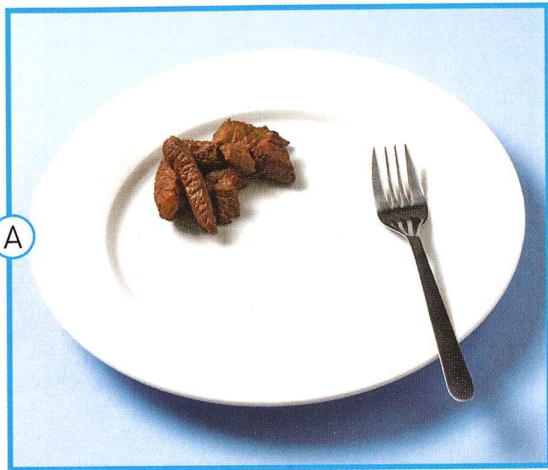


25. Gryterett

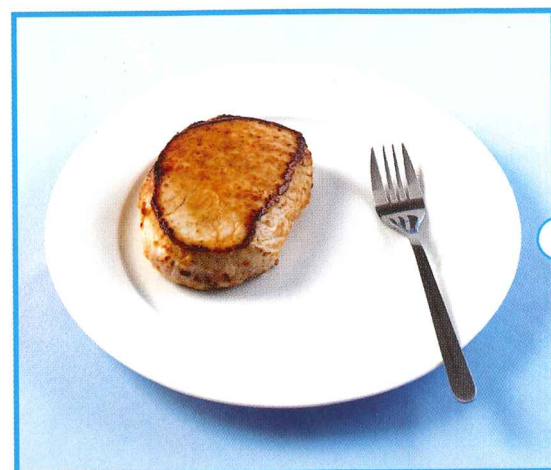
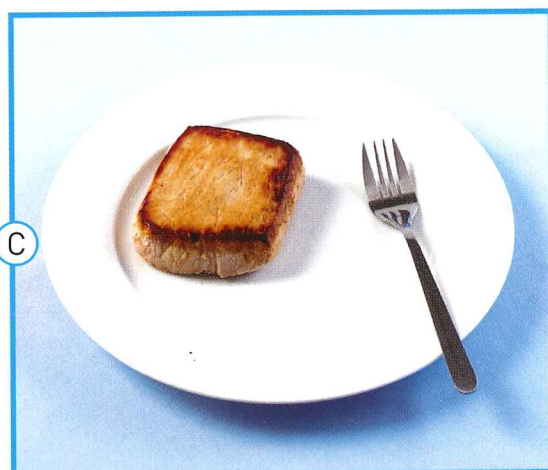
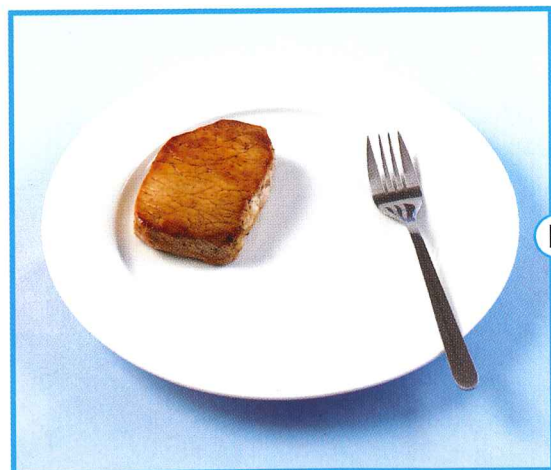
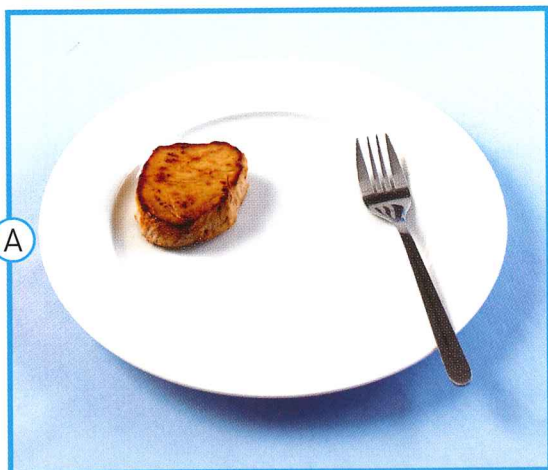




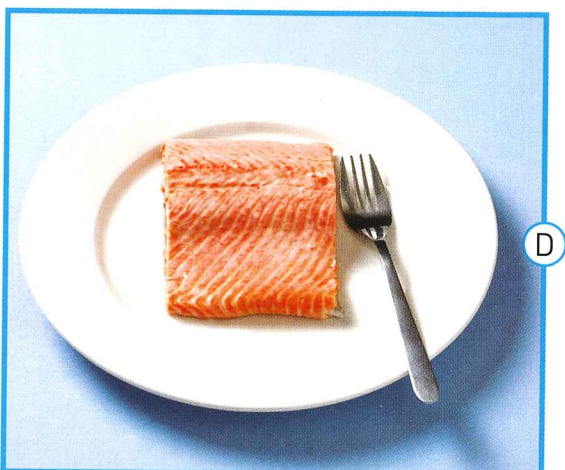
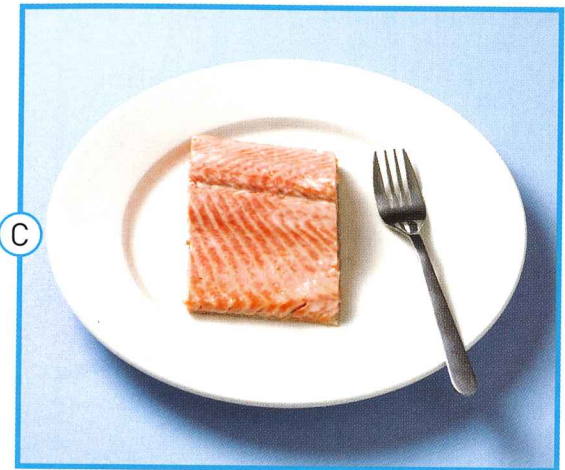
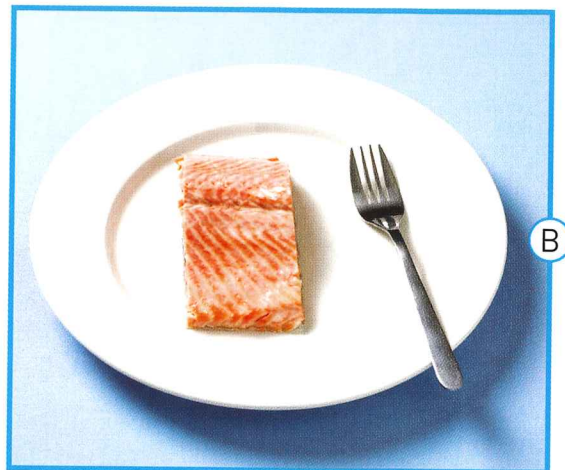
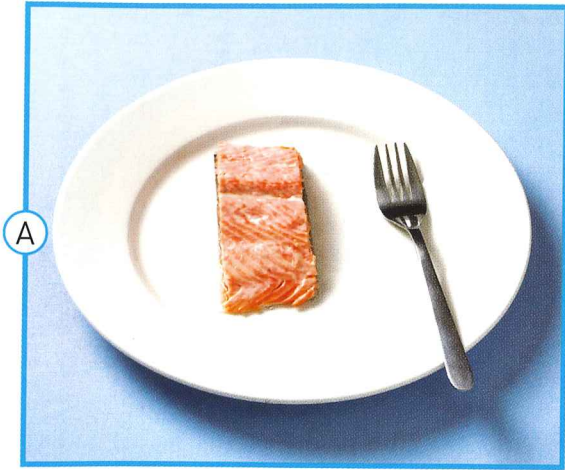
26. Kjøtt i strimler



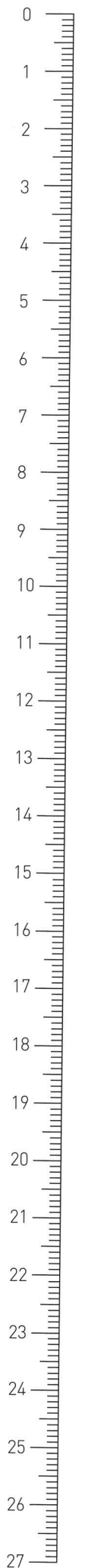
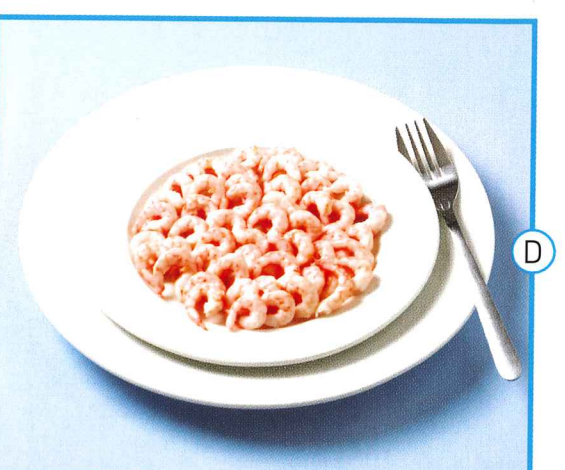
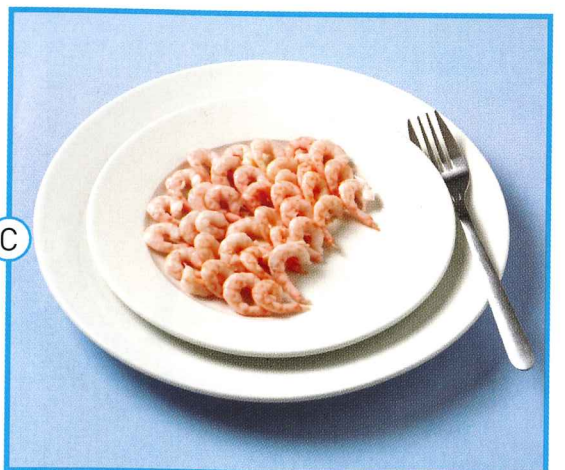
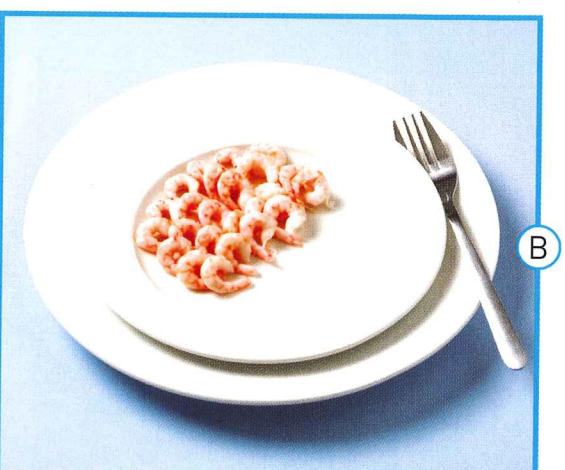
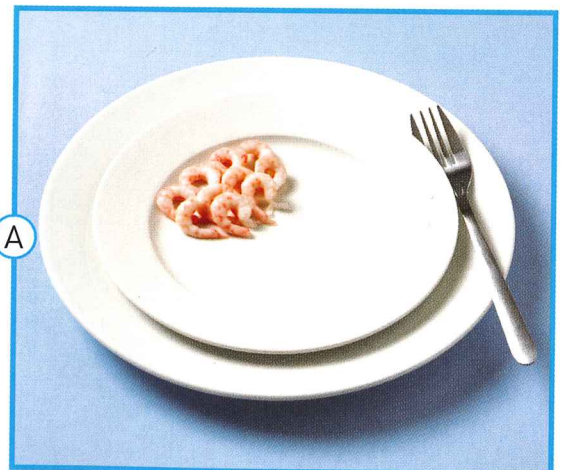
27. Helt kjøtt



28. Fisk

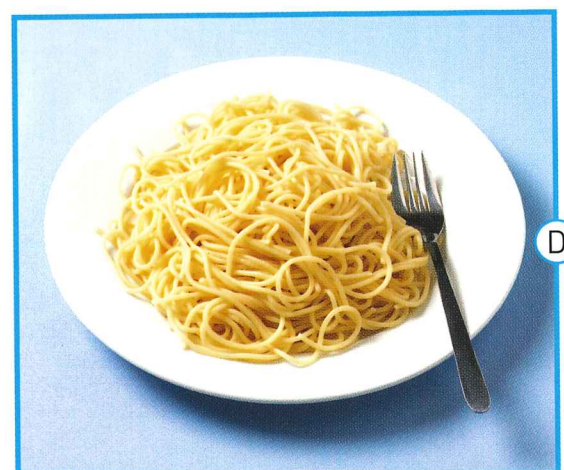
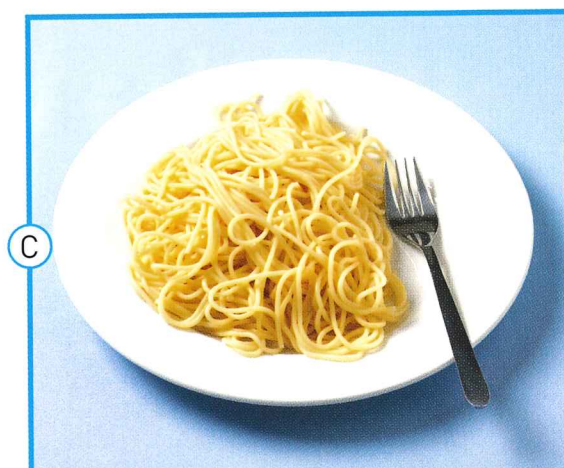
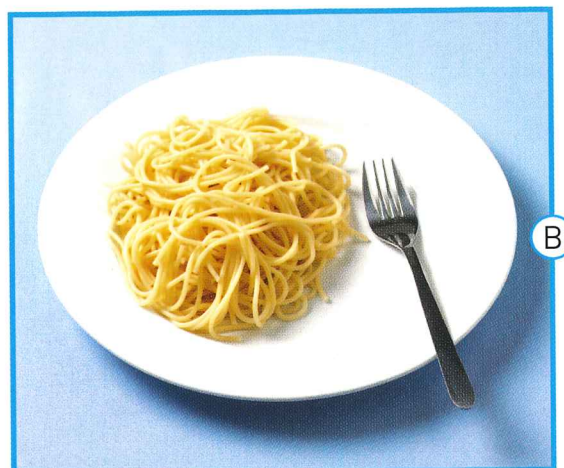
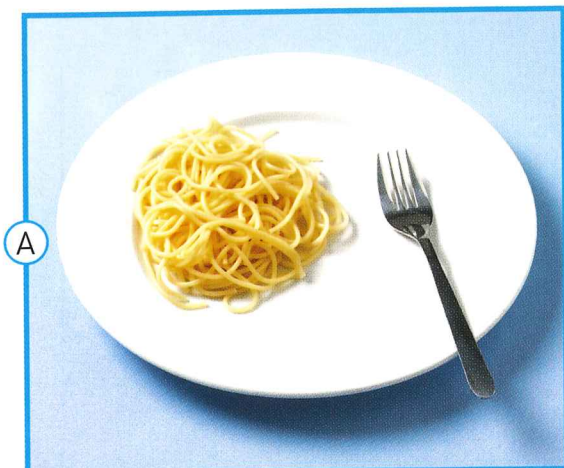


29. Reker

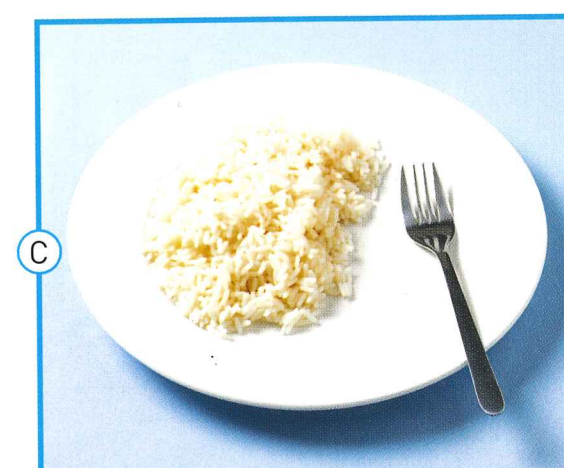
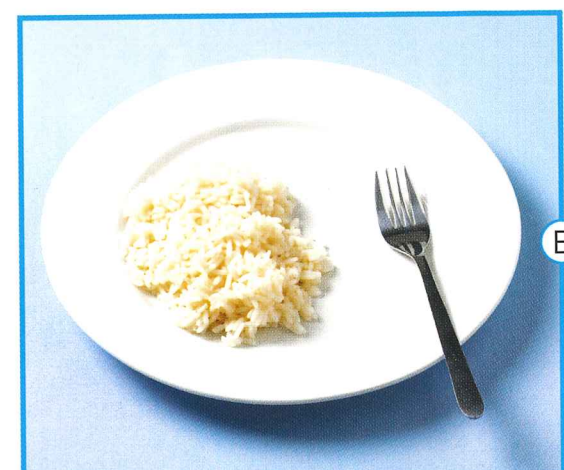
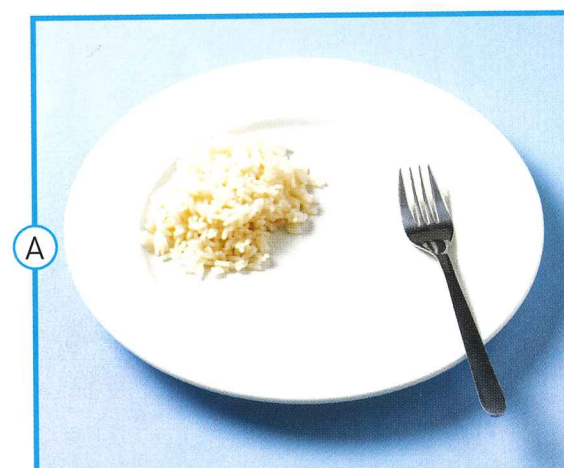




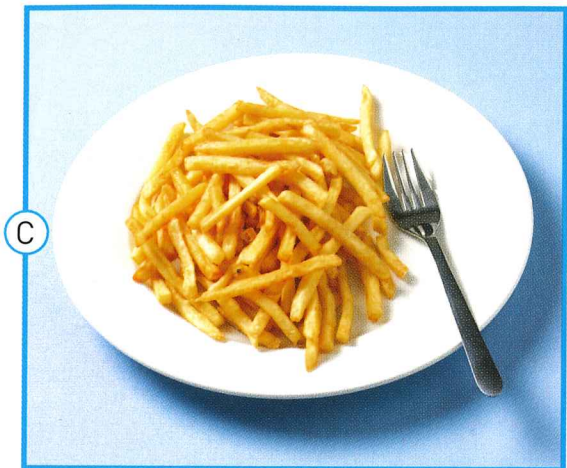
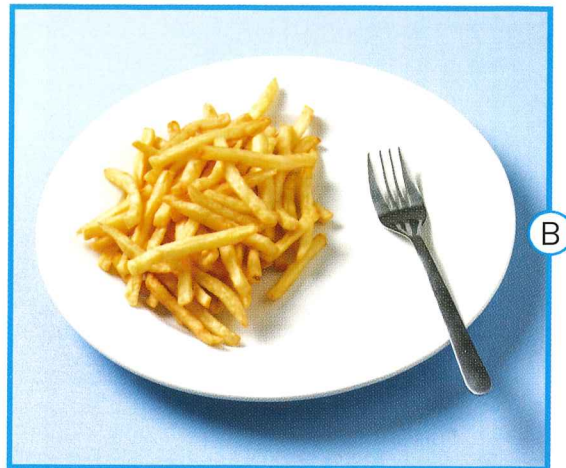
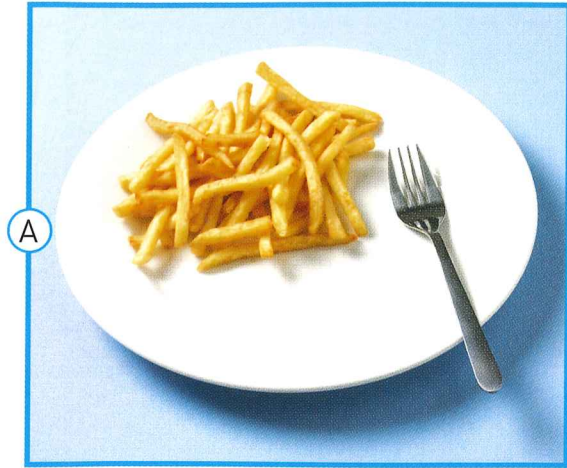
30. Spagetti og annen pasta



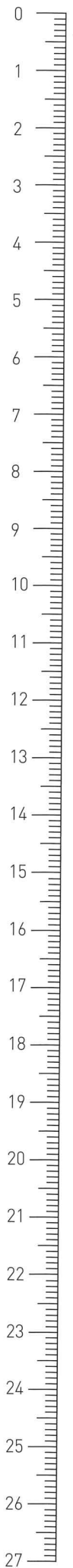
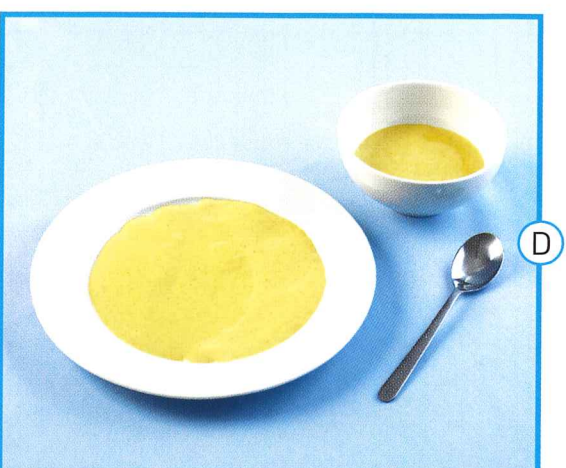
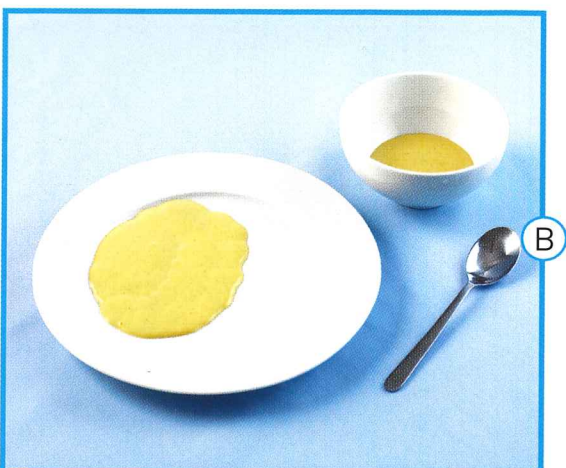
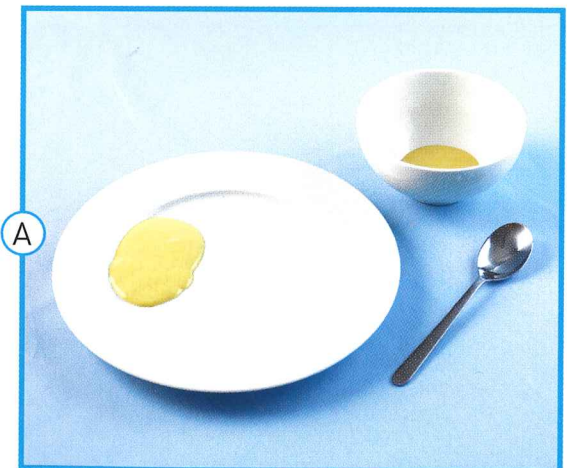
31. Ris



32. Pommes frites

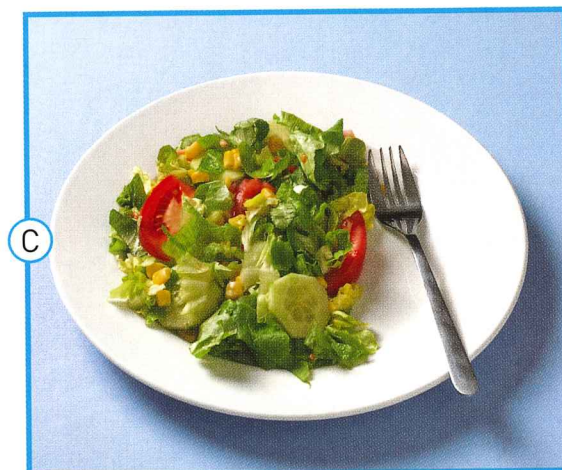
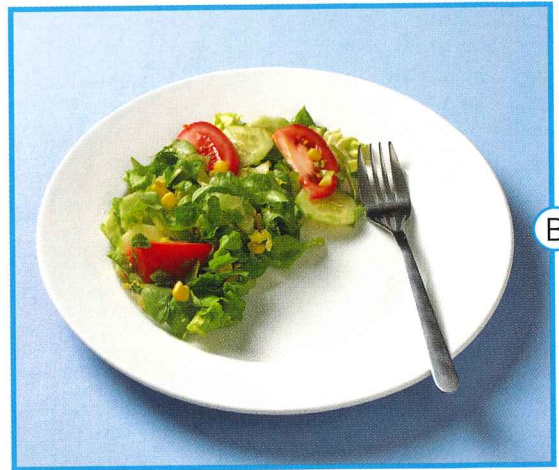
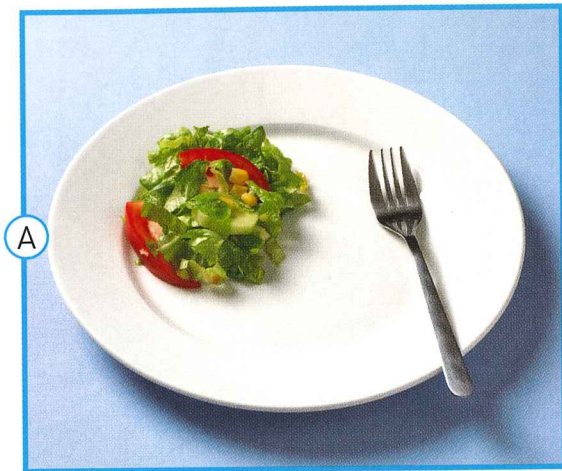


33. Saus

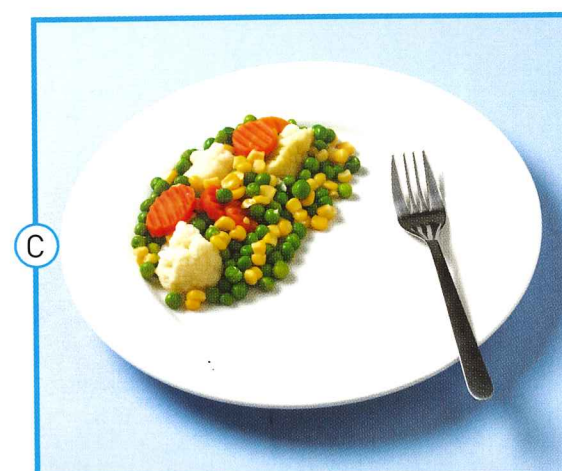
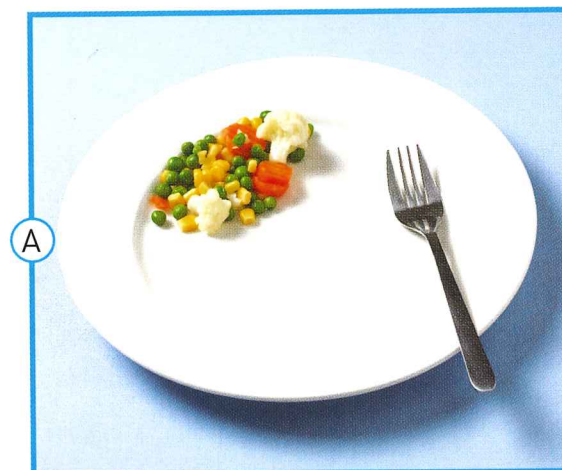


0
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27

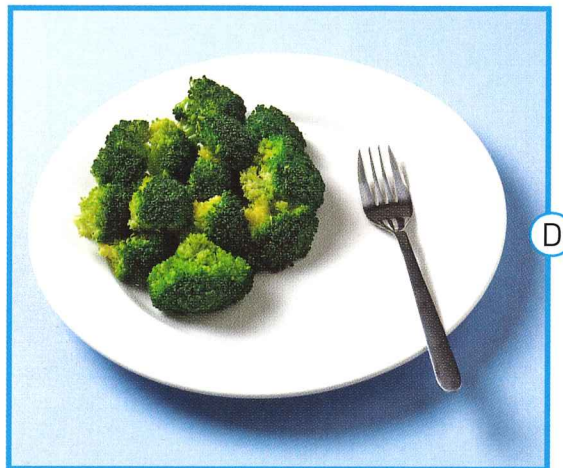
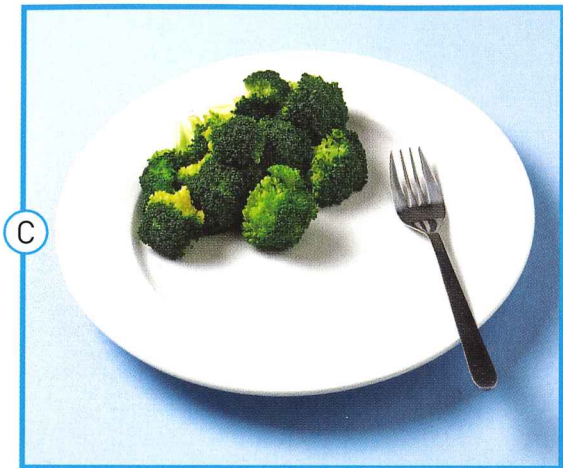
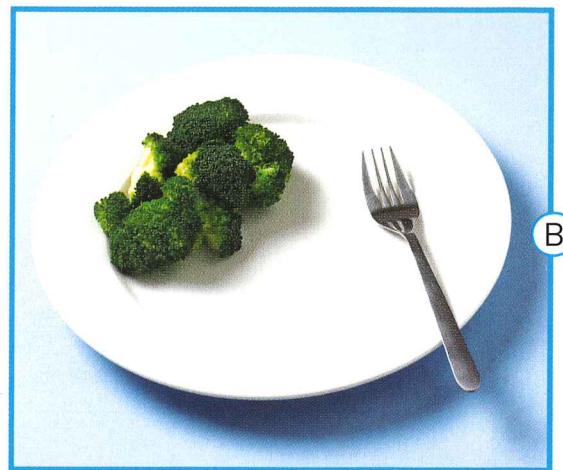
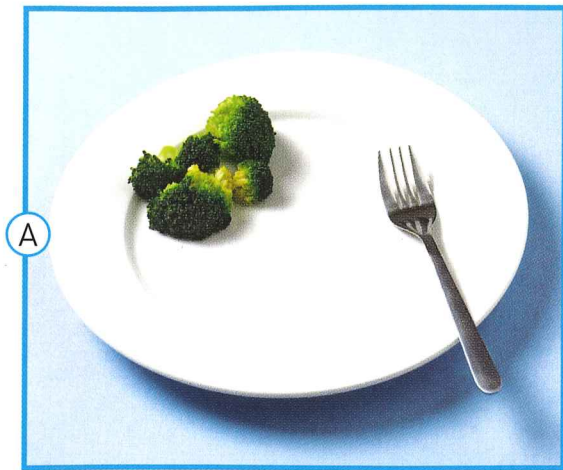
34. Salat



35. Grønnsaksblanding



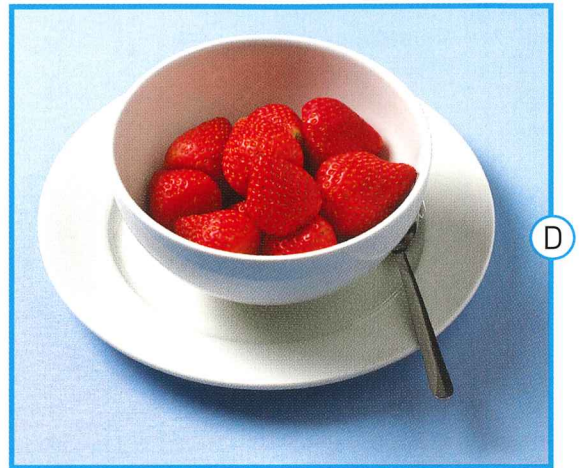
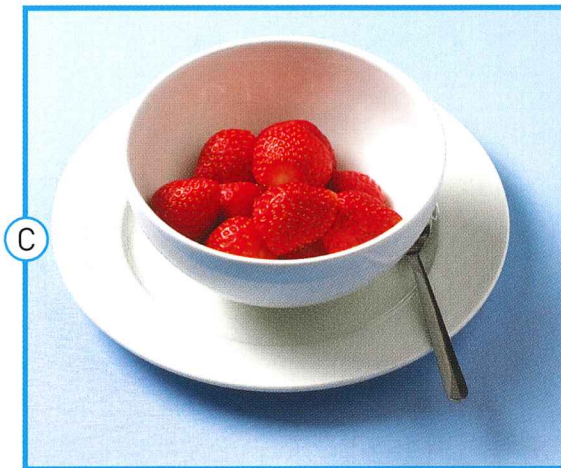
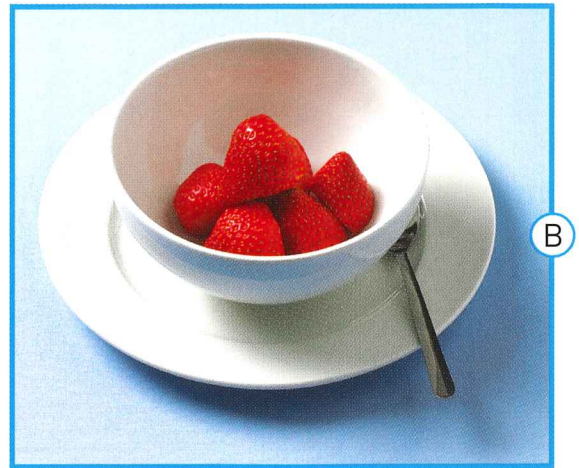
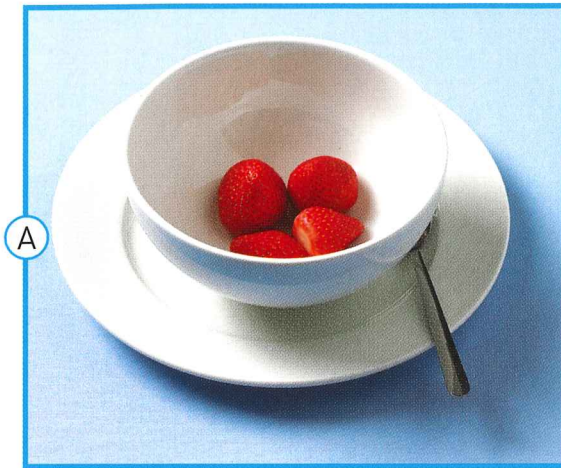
36. Brokkoli



37. Druer



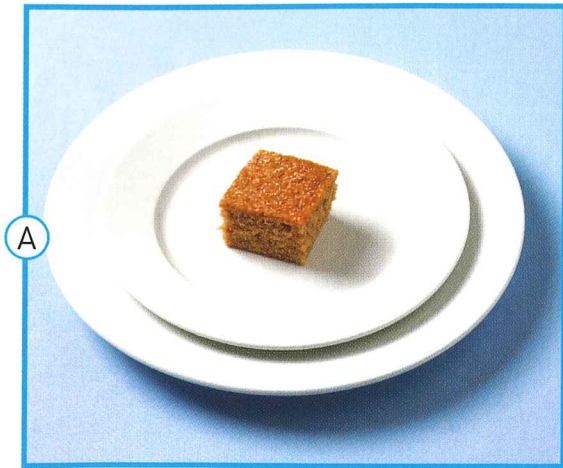
38. Jordbær



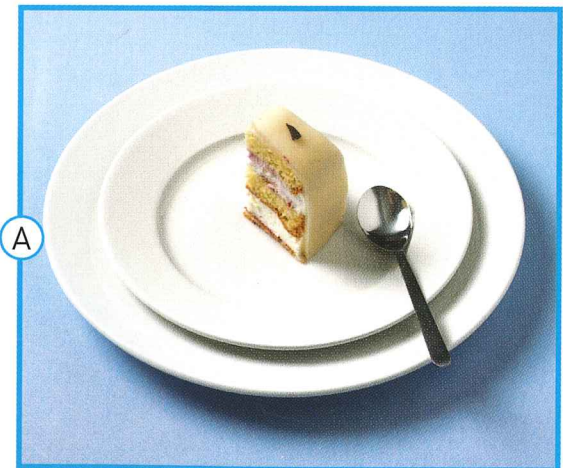
39. Is



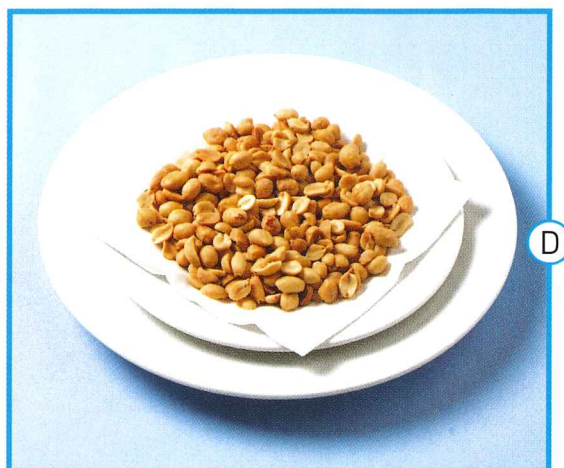
40. Formkake



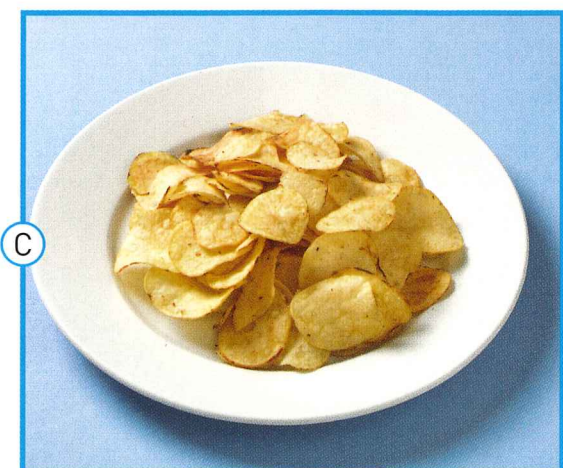
41. Bløtkake

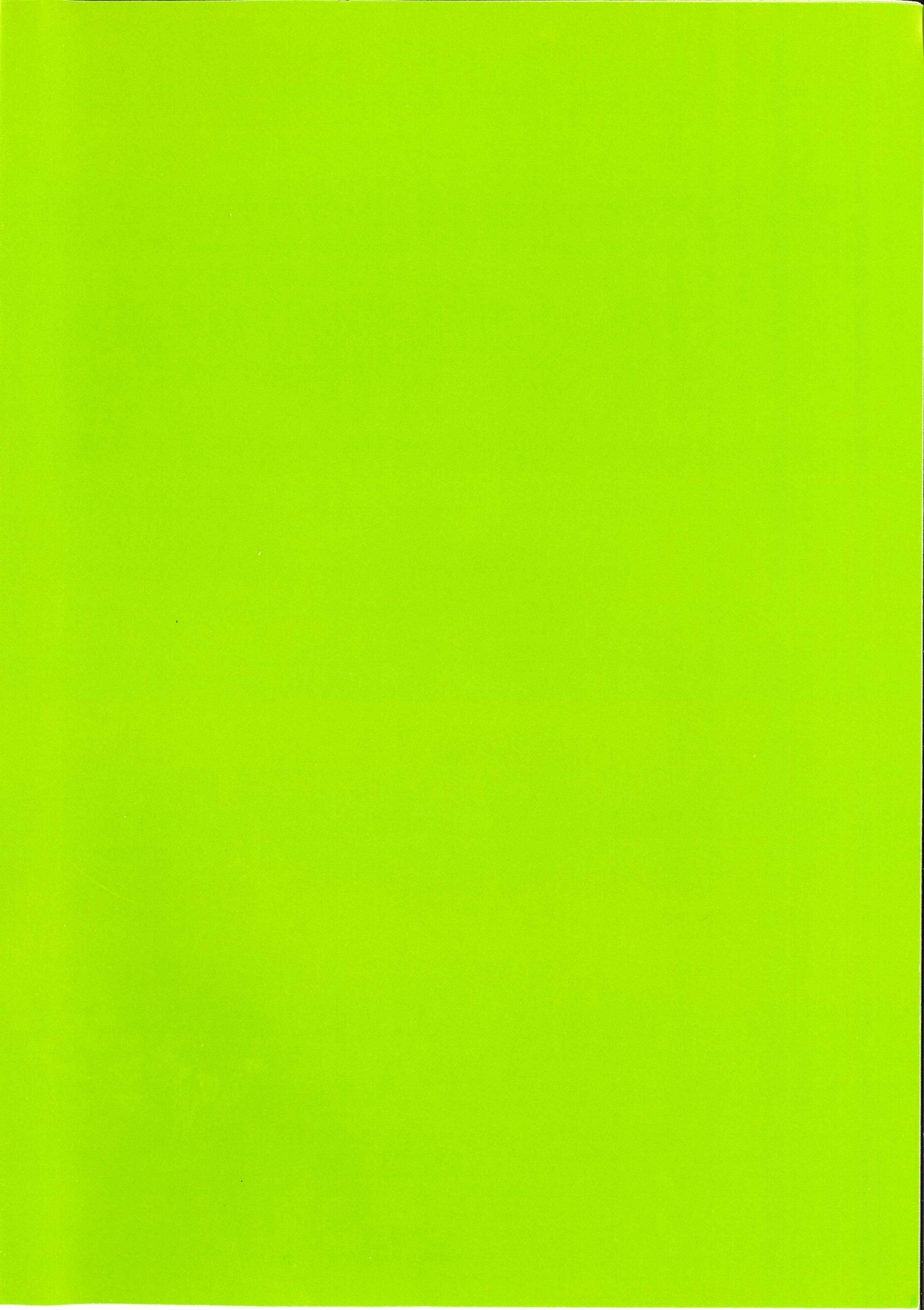


42. Nøtter



43. Potetgull





SA-KOST STUDIE

Forskningsstudie for å kartlegge kostholdet til kvinner med opprinnelse fra Pakistan og Sri Lanka

Du får denne bildeboken fordi du har meldt deg på SA- KOST studien og kommer til å bli ringt opp for kostholdsintervju. Denne bildeboken inneholder bilder over porsjonsstørrelser som gjør det enkelt for deg å fortelle hvor mye du har spist av de ulike rettene/matvarene.

Ta gjerne en titt og ha den tilgjengelig slik at vi kan bruke den under intervjuet.

Vi tar snart kontakt for ditt første intervju, takk for din deltagelse.

Ved spørsmål ta kontakt:

Mobeen Munaf

Institutt for medisinske basalfag, Avdeling for ernæring, Universitetet i Oslo. E-post: mobeen.munaf@studmed.uio.no

RECIPES

Pakistani food

Chicken curry-

A dish made with chicken as the main ingredient with Pakistani spices.

1400 g	Chicken
1 cup	Corn oil
4	Tomatoes
1 tsp	Ginger
1	Garlic
4	Onions
2+ ½ tsp	Salt
2 tsp	Chilli powder
4	Cardamom green
4	Clove
1 tsp	Garam masala
½ tsp	Dried coriander
½ tsp	Turmeric
¼ tsp	Black pepper
¾ bunch	Parsley

Lamb curry – Ghosht curry

A dish made with chicken as the main ingredient

½ kg	Lamb meat
2	Onion
1	Garlic
0.5 dl	Rapeseed oil
0.5 dl	Kefir
½	Ginger
2	Green chilli
6 dl	Water
1 tsp	Chilli powder
1 tsp	Salt
1 tsp	Garam masala
½ tsp	Black pepper
1 pinch	fenugreek

Lentil curry - Daal

1 bowl	4 different types of lentils
3 clove	garlic
1 tsp	ginger
1 tsp	chilli powder
3 clove	Ginger

1 tbsp	Garlic
1 tbs	Chilli powder
½ tbs	Turmeric
½ ts	Salt
2	Green chilli
1 tbs	Dried coriander
½	Onion
½ cup	Rapeseed oil

Cauliflower curry with potao or meat – Gobi aloo or gobi ghosht

2	Cauliflowers
3	Potatoes
2	Tomatoes
3	Onions
1 dl	Rapeseed oil
3	Green chilli
2 tbs	Chilli powder
1+1/2tbs	Salt
1 tbs	Garam masala

Shami kebab:

1 kg	Minced meat
1+1/2	Chickpeas lentils
2 tbs	Ginger
1+1/2 tbs	Chilli powder
1 tbs	Salt
3	Green chilli
1 tbsp	Dried coriander
1+1/2 tbs	Cuminum
½ tbs	Cardemom
1 tbs	Black pepper

Fried in oil

Eggplant curry with meat – Baingan bharta

4	Eggplants
250g	Lamb meat
2	Onions
1tbs	Salt
1 tbs	Chilli powder
½ tbs	Turmeric
5 cloves	Garlic

Pumpkin and potato curry – Kaddu and aloo curry

3	Potatoes
3	Pumpkins
3	Onions
6	Coriander stems
1 tbs	Salt
1 tbs	Chilli powder
½ tbs	Garam masala
½ tbs	Dried coriander
1/6 tbs	Turmeric
1	Tomato

Spinach curry with chicken/minced meat/potato – Palak curry with morghi/ghosht/aloo

1 kg	Boneless chicken
1 bowl	Spinach
2	Onion
1 dl	Rapeseed oil
3	Tomatoes
2	Green chili
½ tbs	Ginger
½ tbs	Turmeric
½ tbs	Chilli powder
½ tbs	Salt
½ tbs	Dried coriander
1 tbs	Garam masala
1 tbs	Cuminum
1 pinch	Fresh coriander

Marinated chicken – Roast chicken

10	Chicken leg
½ cup	Kefir
2 tbsp	Olive oil
2 tbsp	Tandoori masala
1 tbs	Salt
1 tbs	Chilli powder
2 tbs	Garam masala

Turnip curry – Shalgam

1	Turnip
1	Onion
½	Garlic
1 dl	Rapeseed oil
½ tbs	Salt

Rice dish – Palao w/ or without lamb dish

7 glass	Basmati rice
2	Tomatoes
4	Garlics
3 tbsp	Ginger
1 cup	Rapeseed oil
5 tbs	Salt
2 pack	Peas
700g	Potatoes
1 tbs	Garam masala

Rice dish - Biryani

2 kg	Rice
5 tbs	Salt
10	Cardemom
1/4 tbs	Yellow food color
2 dl	Corn oil
2 kg	Chicken breast
9	Onions
1	Garlic
3 tbsp	Ginger
4	Tomatoes
4 tbs	Salt
10	Whole black pepper
1 tbs	Chilli powder
2 packs	Biryani masala
10 dl	Kefir
2 tbsp	Dried plums
6	Dried mint leafs
2	Green chilli
2	lime
5	Whole cardamom
1	Cinnamon stick
1 tbs	Cumin

Kefir based side dish – Raita

5 dl	Kefir
10	Potatoes
2	Tomatoes
10	Mint leafs
1	Onion
14	Radishes
½ tbs	Red chilli
1 tbs	Salt
1+1/2 tbs	Garam masala

Mint based dip – Chutney

Mint leafs

1 tbs	Salt
8	Green chilli
1	Tomato
2 dl	Kefir

Chickpea flour and kefir curry – Khadhi

2 glass	Chickpea flour
½	Onion
1 tbs	Salt
½ tbs	Black pepper
1 tbs	Dried coriander
1/5 tbs	Turmeric
1 tbs	Fennel
1 tbs	Chilli powder
5 dl	Kefir
6 glass	Water

Pakora

Chickpea flour
Onion
Dried coriander
Fennel
Green chilli
Black pepper
Salt

Chapli kebab

1 egg
5g coriander fresh
1 tbsp ingefør
2 tbsp salt
spisskummen 2 g
1 chilli green
1 tbs garam masala ts
rapseed oil 5 g
tomato 1
minced beef 350 g

Dessert

Gulab jamun

60g drymilk wholefat
3 tbs hvetemel siktet
2 tbs margarine
milk 1, 24 dl
cardamom 0.35 g
sugar 315 g
water 2dl
rapeseed oil 4.5 spoons
safran 1 g

Laddo
Sukkererterå

Sri Lankan food

Recipes

Lamb curry – Mutton Kulambu

1,5 kg Lamb curry
2 Onion
2 tbsp Sunflower oil
2 Green chilli
½ tbs Turmeric
1+1/2 tbs Chilli powder
1+1/2 tbs Salt
1 handful Curry leafs

Spinach curry – Kirai

300 g Frozen spinach
¼ Onion
2 cloves Garlic
½ tbs Salt
50 ml semi-skimmed milk

Puttu

700 g Wheat flour
200g Rice flour
1 pinch Salt
400 ml Water

Fish curry – Meen Kulambu

250 g Salmon
1 Onion
1 Green chilli
100 ml Skimmed milk
½ tbsp. Sunflower oil
1 Tomato
1+1/2 tbs Chilli powder
1+1/2 tbs Salt

Eggplant curry – Wambatu Kulambu

1	Eggplant
2	Green chilli
1/3	Onion
4 ss	Whole fat milk

Chicken curry – Chicken Kulambu

4	Chicken legs
5 dl	Water
2	Onions
1 tbsp	Rapeseed oil
3 tbs	Curry powder
1 tbsp	Coconut milk
1 tbsp	Fresh coriander

Lentil curry – Parippu Kulambu

200g	Red lentils
70 g	Skimmed milk
1 tbs	Salt
1	Green chilli
½	Onion
5 cloves	Garlic
1 tbsp	Black pepper

Potato curry – Urulai Kilangu

3	Potatoes
1	Tomato
1	Onion
2	Green chilli
3 tbs	Chilli powder
1+1/2 tbs	Salt
70g	Skimmed milk

Vegetable Samosa

4	Potatoes
150 g	Mixed vegetables
1	Onion
2	Green chilli
1	Red chilli
1+1/2	Salt
7	wheat tortillas
Fried in rapeseed oil	

Idiyappam

300 g rismel
1, 5 dl vann

Pakora

350 g Kikertmel
2 grønn chilli
coriander dry 2 leaes
2 tbsp salt
spiskummen
1 tbsp pepper
1 tbsp chilli powder
rapeseed oil, fried
onion 1 + ½
1 potato

Monica Carlsen
Postboks 1110 Blindern
0317 OSLO

Vår dato: 08.08.2017

Vår ref: 54779 / 3 / MSS

Deres dato:

Deres ref:

Tilbakemelding på melding om behandling av personopplysninger

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 19.06.2017.

Meldingen gjelder prosjektet:

54779	<i>Dietary assessment in South Asians - Evaluation of a web-based FFQ in women with South Asian origin, living in Norway</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Universitetet i Oslo, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Monica Carlsen</i>
Student	<i>Mobeen Munaf</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

Personvernombudets tilråding forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget [skjema](#). Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en [offentlig database](#).

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 31.12.2018, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Dersom noe er uklart ta gjerne kontakt over telefon.

Vennlig hilsen

Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.

Marianne Høgetveit Myhren

Marie Strand Schildmann

Kontaktperson: Marie Strand Schildmann tlf: 55 58 31 52 / marie.schildmann@nsd.no

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Mobeen Munaf, mobeen.munaf@studmed.uio.no



Formålet med prosjektet er å kartlegge kostholdet hos en gruppe med forhøyet risiko for diabetes og samtidig evaluere hvordan 2 ulike kostholdsmetoder, 24 timers kostholdsintervju og et internettbasert kostholdsspørreskjema fungerer i denne populasjonen. Resultatene fra studien vil gi innsikt i kostholdet til denne gruppen, og samtidig gi oss holdepunkter for om det trengs å utvikle egne kostholdsmetoder for denne gruppen. Populasjonsspesifikk metodikk mangler i Norge i dag.

Utvalget består av sørasiatiske kvinner med type 2 diabetes. Kvinnene rekrutteres via deling på facebook av blogginnlegg ved Oslo Universitetssykehus sin blogg, hvor det gis informasjon om prosjektet, viktigheten av prosjektet, og hva det innebærer å delta. Deltakere vil også rekrutteres ved å dele ut informasjon om prosjektet på venteværelset til endokrinologisk poliklinikk på Aker, Oslo Universitetssykehus.

Utvalget informeres skriftlig og muntlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet, men det må påføres navn og kontaktopplysninger til daglig ansvarlig for studien, som ifølge meldeskjema er Monica Carlsen ved UiO. Dersom UiO er behandlingsansvarlig for studien, kan ikke Christine Sommer oppføres som prosjektleder. Dette må derfor korrigeres i informasjonsskrivet.

Dersom Oslo Universitetssykehus er behandlingsansvarlig, må prosjektet meldes til og vurderes av deres personvernombud, og vår vurdering gjelder følgelig ikke. I så tilfelle må vi få disse opplysningene slik at vi kan avslutte vår oppfølging av prosjektet.

Det er i meldeskjema ikke krysset av for at det behandles sensitive personopplysninger. Det er imidlertid slik at utvalgskriteriet "kvinner med forhøyet risiko for diabetes 2" i seg selv er en sensitiv opplysning om helseforhold, jf. personopplysningsloven § 2, punkt 8 c). Dette korrigeres derfor i våre opplysninger om prosjektet.

Det bør utøves særlig forsiktighet ved behandling av sensitive personopplysninger, både når det gjelder etiske problemstillinger, innhenting av data og informasjonssikkerhet underveis.

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Universitetet i Oslo sine interne rutiner for datasikkerhet.

Forventet prosjektslutt er 31.12.2018. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som

f.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)