Prénom : Nom : Projet Marguerite : Je me questionne sur mon alimentation

****

 **Questionnaire Selfood (individuel)**

1. **Je désigne** mon entrée : ……………………………………………………………………………………………………………………….

 Mon plat : ………………………………………………………………………………………………..…………………………………………

 Mon dessert : ……………………………………………………………………………………………………………………………………

1. **Pourquoi ai-je choisi ce menu ?**

Cette entrée : ……………………………………………………..…………………………………………………………………………………………………

Ce plat : ………………………………………………………………………………………………..………………………………………………………………

Ce dessert : ……………………………………………………………………..……………………………………………………………………………………

1. **Qui a cuisiné ?**

 L’entrée : ……………………………………………………..……………………………………………………………………………………

 Le plat : ………………………………………………………………………………………………..…………………………………………….

 Le dessert : ……………………………………………………………………..…………………………………………………………………

1. **Ai-je pris du plaisir à cuisiner ? Ai-je pris du plaisir à manger ce repas ? Pourquoi ?**

 ………………………………………………………………………………………………..……………………………………………………………………

 ………………………………………………………………………………………………..……………………………………………………………………

 ………………………………………………………………………………………………..……………………………………………………………………

1. **Combien d’ingrédients, de produits ai-je utilisés, achetés pour l’ensemble du menu ?**  …………………………

 **Liste :** *(je ne compte pas l’assaisonnement, ni les épices, ni l’ail, ni les aromates sèches)*

1. **De quel type d’ingrédient s’agit-il ?** Je classe chaque ingrédient en quatre catégories :

 **Frais congelés en conserve/ bocal/brique sec je ne sais pas**

1. Je range les ingrédients utilisés en trois catégories de **transformation**:

**Ingrédients bruts ou peu transformés Ingrédients transformés Ingrédients ultra-transformés  je ne sais pas**

 **(nova 1 ou 2) (nova 3) (nova 4)**

1. **Quelle est la provenance de ce produit, des matières premières qui le composent (lieu de production) ?**

 Je range chaque ingrédient en 4 catégories de provenance :

 **Drôme/Ardèche (local) France hors 26/07 Europe (hors France) Autre continent Je ne sais pas**

1. **Lieux d’approvisionnement :** Je range mes ingrédients/produits alimentaires en 6 lieux d’approvisionnement.

**Grandes surfaces magasin de producteurs magasin BIO producteurs marché**

 **Autre :**

1. **Liste des emballages – déchets générés par mon repas :**

 Projet Marguerite : Je me questionne sur mon alimentation

****Les membres de mon groupe (3 ou 4 élèves) : ……………………………………………………………………………………………………..

 **Recueil de données des Selfoods**

1. Je compte le nombre d’ingrédients de chaque catégorie dans mon groupe. (catégorie de conservation)

  **Frais congelés en conserve/ bocal / brique sec**

1. Je compte le nombre d’ingrédients de chaque catégorie dans mon groupe. (catégorie de transformation)

 **Ingrédients bruts ou peu transformés Ingrédients transformés Ingrédients ultra-transformés**

1. Je compte le nombre d’ingrédients de chaque catégorie dans mon groupe. (lieu de production)

 **Drôme/Ardèche (local) France Europe (hors France) Autre continent Je ne sais pas**

1. Je compte le nombre d’ingrédients de chaque catégorie dans mon groupe. (lieux d’achat)

**Grandes surfaces magasin de producteurs magasin BIO producteurs marché Autres**