



Ernährungsfragebogen

StudienID

PatientenID

Datum:

Wie häufig verzehren Sie folgende Lebensmittel und Getränke?						
Getreideprodukte	mehrmals täglich	täglich	mehrmals pro Woche	etwa 1 x pro Woche	mehrmals pro Monat	seltener/nie
Brot						
Müsli						
Vollkornprodukte						
Kartoffeln, Reis, Nudeln						
Milch und Milchprodukte	mehrmals täglich	täglich	mehrmals pro Woche	etwa 1 x pro Woche	mehrmals pro Monat	seltener/nie
Käsesorten mind. 45% Fett i. Tr.						
fettarme Käsesorten mit weniger als 45% Fett i. Tr.						
Milch, Topfen, Joghurt o.ä. mit 3,5% Fett						
Milch, Topfen, Joghurt o.ä. mit 1,5%Fett						
Sauerrahm, Obers, Creme fraîche						
Fleisch- und Fischprodukte	mehrmals täglich	täglich	mehrmals pro Woche	etwa 1 x pro Woche	mehrmals pro Monat	seltener/nie
Fleisch						
Fettreiche Wurstsorten (z.B. Leberstreichwurst, Salami, Bergsteiger, Mortadella, ...)						
Fettarme Wurstsorten (z.B. Putenwurst, Schinken, Krakauer,...)						
Fisch						
Fischkonserven						
Obst und Gemüse	mehrmals täglich	täglich	mehrmals pro Woche	etwa 1 x pro Woche	mehrmals pro Monat	seltener/nie
Gemüse und Salat						
Obst						

Fette	mehrmals täglich	täglich	mehrmals pro Woche	etwa 1 x pro Woche	mehrmals pro Monat	seltener/ nie
Butter, Margarine						
Halbfettbutter oder -margarine						
Öle						
Schmalz						
Extras	mehrmals täglich	täglich	mehrmals pro Woche	etwa 1 x pro Woche	mehrmals pro Monat	seltener/ nie
Süßigkeiten, Schokolade						
Kuchen, Kekse, Torten						
Eis, Pudding und süße Speisen						
In Fett gebackene Speisen (Wiener Schnitzel, Pommes frites,...)						
Chips, Erdnüsse, Knabberien						
Getränke	mehrmals täglich	täglich	mehrmals pro Woche	etwa 1 x pro Woche	mehrmals pro Monat	seltener/ nie
Mineralwasser, verdünnte Obstsäfte, Wasser, Tee						
Limonaden, Cola						
Limonaden oder Cola mit Süßstoff						
Obst- und Gemüsesäfte unverdünnt						
Kakao, Milch, Milchshakes						
Kaffee						
Bier, Wein, sonstige alkoholische Getränke						
Energiedrinks						
Sojaprodukte	mehrmals täglich	täglich	mehrmals pro Woche	etwa 1 x pro Woche	mehrmals pro Monat	seltener/ nie
Sojamehl, Sojabohnen						
Tofu, Tempeh, Miso, Natto, Sojasprossen						
Fleischersatzprodukte mit Soja (Sojaburger, Sojawurstchen etc.)						
Milchersatzprodukte mit Soja (Sojamilch, Drinks, Joghurt, Dessert, Käse, Eis etc.)						
Nahrungsergänzungsmittel mit Soja oder Isoflavonen						
Andere:						



Food Frequency Questionnaire

StudyID

PatientID

Date:

How often do you consume the following foods and beverages?						
Grains	Multiple times a day	Daily	Multiple times a week	About once a week	Multiple times a month	Less often/ never
Bread						
Muesli						
Whole wheat products						
Potatoes, rice, pasta						
Milk and Dairy	Multiple times a day	Daily	Multiple times a week	About once a week	Multiple times a month	Less often/ never
Cheese, min. 45% fat content						
Low-fat cheese, <45% fat content						
Milk, curd, yoghurt, or similar, 3,5% Fett						
Milk, curd, yoghurt, or similar, 1,5%Fett						
Sour cream, cream, creme fraîche						
Meat and Fish	Multiple times a day	Daily	Multiple times a week	About once a week	Multiple times a month	Less often/ never
Meat						
Fatty cold cuts (e.g. liverwurst, salami, mortadella, ...)						
Low-fat cold cuts (e.g. turkey, ham,...)						
Fish						
Canned fish						
Fruits and Vegetables	Multiple times a day	Daily	Multiple times a week	About once a week	Multiple times a month	Less often/ never
Vegetables and salad						
Fruits						
Fats	Multiple times a	Daily	Multiple times a	About once a	Multiple times a	Less often/

	day		week	week	month	never
Butter, margarine						
Low-fat butter or margarine						
Oils						
Lard						
Extras	Multiple times a day	Daily	Multiple times a week	About once a week	Multiple times a month	Less often/ never
Sweets, chocolate						
Cake, cookies						
Ice cream, pudding						
Deep-fried foods (Wiener Schnitzel, french fries,....)						
Chips, peanuts, salty snacks						
Drinks	Multiple times a day	Daily	Multiple times a week	About once a week	Multiple times a month	Less often/ never
Mineral water, diluted fruit juices, water, tea						
Lemonade, soda						
Sugar-free lemonade or soda						
Undiluted fruit and vegetable juices						
Cocoa, milk, milkshakes						
Coffee						
Beer, wine, other alcoholic beverages						
Energy drinks						
Soy Products	Multiple times a day	Daily	Multiple times a week	About once a week	Multiple times a month	Less often/ never
Soy meal, soy beans						
Tofu, tempeh, miso, natto, soy sprouts						
Meat replacements with soy (soy burger, soy sausage etc.)						
Dairy replacements with soy (soy milk, drinks, yoghurt, dessert, cheese, ice cream etc.)						
Supplements containing soy or isoflavones						
Others:						