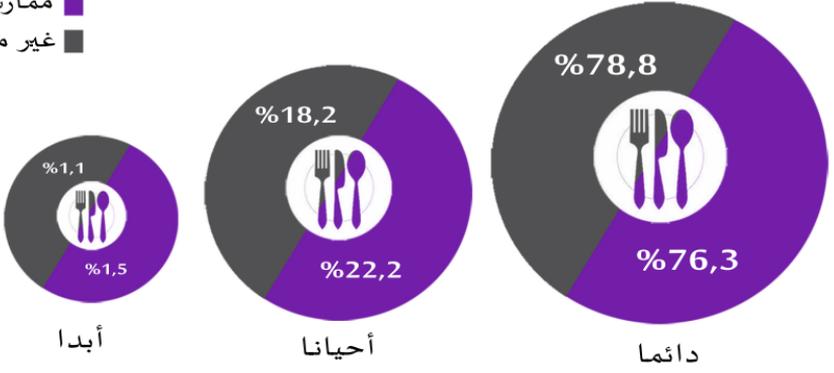


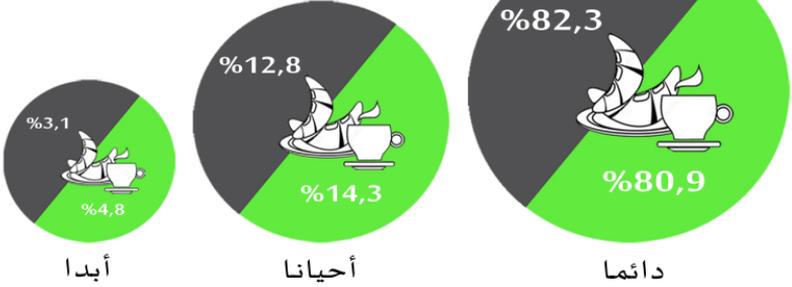
✓ تناول ثلاث وجبات يومية بشكل منتظم

■ ممارس
■ غير ممارس



■ ممارس
■ غير ممارس

✓ تناول فطور الصباح يومية بشكل منتظم



■ ممارس
■ غير ممارس

✓ تناول لمجة/ تحريشة بين الوجبات بشكل منتظم

