

Gallup litterointi

Haastateltava 1, Tomi Uosukainen

Millaisia mielikuvia? No tärkeä asia siinä missä rasvat ja hiilihydraatit, kaikkea sopivassa suhteessa.

Haastateltava 2, Maari Meurman

Eka tulee mieleen ihan jotkut proteiinirahkat ja tämmöiset, mutta tota ehkä just silleen liha ja tämmöiset kasvisproteiininlähteet, pavut sun muut, niin no ne tulee ainakin ensimmäisenä mieleen.

Haastateltava 3, Mikko Toljamo

Että sitä tarvitsisi joka päivä saada, saada niinku ravinnosta ja auttaa lihasten, onko se nyt sitten tota niin kun lihasten hyvinvoinnissa.

Haastateltava 4, Santeri Ritokoski

Proteiini on tärkeää lihasten hyvinvoinnille, riippuen tietty lähteestä mistä se tulee, minkälaista proteiinia se on.

Toimittaja, Pihla Parikka

Uskotko saavasi tarpeeksi proteiinia ruokavaliostasi?

Haastateltava 3, MT

Välillä ja välillä se jää vähäiseksi.

Haastateltava 1, TU

Joo, kyllä uskon.

Haastateltava 2, MM

No mä luulen, että mä en saa ihan tarpeeksi. Mä oon joskus lueskellut siitä jotain ja tota mä veikkaan että en saa ihan tarpeeksi.

Haastateltava 4, SR

Joo, urheilen välillä, silloin otan vähän lisää.

Toimittaja, PP

Mistä tuotteista uskot saavasi eniten proteiinia?

Haastateltava 2, MM

Varmaankin just esimerkiksi lihasta tai tämmöisistä kasvis niin kun proteiinin lähteistä, niistö mä luulen varmaan. Ja sitten mä syön aika paljon niitä proteiinirahkoja, niin ehkä välipalana sitten semmoisista rahoista sun muista.

Haastateltava 4, SR

Erilaiset proteiinivalmisteet mitä kasvissaralla on soija, Härkikset, kaikki tämmöiset liha, kala.

Haastateltava 3, MT

Maitotuotteista.

Haastateltava 1, TU

Varmasti, lihatuotteet pääasiassa.

Toimittaja, PP

Valitsetko mieluummin proteiinipitoisemman tuotteen kuin normaalin version, esimerkiksi vanukkaan sijaan proteiinivanukkaan?

Haastateltava 2, MM

No kyllä mä aika helposti saatan valita semmoisen. Mä ajattelen, että se on sitten niinku vähän täyttävämpi. Ja tota, niin, joo kyllä mä ehkä helpommin semmoisen valitsen.

Haastateltava 3, MT

Joo tulee valittua mieluummin se proteiinipitoinen tuote.

Haastateltava 1, TU

Joo, kyllä proteiinivanukas tulee useammin valittua.

Haastateltava 4, SR

Ei, ei, kyllä ihan perus terveellinen ruokavalio, se mitään rahkoja tarvii.