

# Yüksekökol Öğrencilerinin İçme Sütü Tüketim Alışkanlıkları

Hisamettin DURMAZ<sup>1</sup>Emrullah SAĞUN<sup>2</sup>Zekai TARAKÇI<sup>2</sup><sup>1</sup> Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Besin Hijyeni ve Teknolojisi Anabilim Dalı-VAN<sup>2</sup> Yüzüncü Yıl Üniversitesi Veteriner Fakültesi, Besin Hijyeni ve Teknolojisi Anabilim Dalı-VAN

## ÖZET

*Bu araştırma, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Yüksekökol öğrencilerinin bazı ailevi ve kültürel durumları ile içme sütü tüketim alışkanlıklarını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Anket çalışması 363 öğrenci ile yapılmıştır. Her bir öğrenciye ankette 24 adet soru sorulmuştur. Değerlendirme sonucunda öğrencilerin %77.41'inin süt içmeyi sevdiğileri, %94.90'ının düzenli olarak süt tüketmedikleri, çoğunluğunun sabah kahvaltısında çayı tercih ettikleri belirlenmiştir. Ayrıca öğrencilerin günlük süt tüketiminin yetersiz olduğu ve öğrencilerin süt hakkında sınırlı düzeyde bilgiye sahip oldukları belirlenmiştir.*

**Anahtar kelimeler:** Süt, tüketim, yüksekökol öğrencileri.

## The Habits of Fluid Milk Consumption of College Students

## SUMMARY

*This study was performed to determine the fluid milk consumption habits and some familial and cultural features in college students who educated in Yüzüncü Yıl University. Questionnaire study was performed in the 363 students. A questionnaire form contained 24 questions. According to the obtained data, it was found that 77.41% students liked to consume milk, but 94.90% students did not regularly consume milk and most of the students preferred to drink tea instead of milk in their breakfasts. In addition, it was determined that the students consumed inadequate daily milk and the students had limited information about milk.*

**Key words:** Milk, consumption, college students.

## GİRİŞ

Üniversitede okuyan öğrencilerin dengeli ve yeterli beslenmesi sağlıkları ve başarıları açısından önem taşımaktadır. Öğrencilerin beslenme, barınma ve sağlık problemleri onların en önemli problemleri arasında gelmektedir (8). Beslenme hayatın sürdürülebilmesi, sağlığın korunması ve büyüme için gerekli besinlerin yeterli ve dengeli bir şekilde alınarak vücudun bunları değerlendirmesidir (3).

Yeterli ve dengeli beslenme günümüzün en önemli problemlerinden biridir (4). İnsan beslenmesinde önemli bir yeri olan süt, özellikle gelişme çağındaki insanların sağlıklı beslenmesi için gerekli besin unsurlarının büyük bir kısmını içerir. Süt, beslenme için gerekli besin unsurlarını yeterli miktarda içermemekle birlikte, mevcut besinler içerisinde en kompleks olanıdır. Sütün bu niteliği özellikle vücudun enerjisi, yapısı ve biyokimyasal işlemleri için gerekli belli başlı besin unsurlarını diğer besinlere göre daha dengeli ve yeterli bir şekilde içermesinden ileri gelir. Süt özellikle kalsiyum, fosfor, riboflavin, vitamin B<sub>12</sub> ve biyolojik değeri yüksek protein kaynağıdır (11).

İnsanların günlük tüketmesi gerekli olan süt miktarı, kişinin içinde bulunduğu duruma göre değişmektedir. Günlük olarak tüketilmesi önerilen ortalama süt miktarı bebekler için 700 g, çocuklar için 400 g, gençler için 350 g, yetişkinler için 250 g, hamile ve bebek emziren kadınlar için 500 g ve yaşlılar için 350 g olarak tavsiye edilmiştir (1,9).

Sütün yeterli ve dengeli bir biçimde tüketimi, başta tüketici alışkanlıkları olmak üzere bir çok faktör tarafından etkilenmektedir. Bu konuda ülkemizde yapılan çalışmalarda süt tüketiminin yeterli miktarda olmadığı belirlenmiştir (1,5,10).

Selçuk Üniversitesi Ziraat Fakültesi öğrencilerinin süt ve süt ürünlerini tüketim sıklığı ve bunu etkileyen faktörleri araştıran Hasipek ve ark. (7), öğrencilerin süt ve süt

ürünlerinin insan beslenmesindeki rolünü bildiklerini buna rağmen süt ve süt ürünlerini yeterli şekilde tüketmediklerini ve ortaya koymuşlardır.

Demirci ve ark. (5) Tekirdağ ilinde içme sütü tüketim alışkanlıkları ve bu alışkanlıkları etkileyen faktörleri belirlemek amacıyla yaptıkları bir çalışmada, ailelerin günlük süt tüketiminin 1 kg'ın altında olduğunu ve süt hakkında sınırlı düzeyde bilgiye sahip olduklarını belirlemişlerdir.

Üniversite öğrencilerinin beslenme durumları üzerine yapılan bir çalışmada; öğrencilerin yetersiz enerji ve besin öğeleri tükettikleri belirlenmiştir. Bu durumun üniversite öğrencilerinin beslenme bilgilerinin yeterli olmayışı ve ellerine geçen para miktarının az oluşundan kaynaklandığını ve bunun da yeterli ve dengeli bir şekilde beslenmelerini engellediği bildirilmiştir (2).

Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının incelendiği başka bir çalışmada öğrencilerin önemli bir kısmının sabah kahvaltısında içecek olarak çayı tercih ettiği, gıda maddesi alırken temizliğine ve son kullanma tarihine dikkat ettikleri, yeterli düzeyde enerji aldıkları ve öğrencilerin %29'unun süt tüketmediği belirlenmiştir (12).

Ayar ve Demirulus (1), 1995-1996 yılları arasında Van'da üniversite, lise ve ilköğretim öğrencilerinden oluşan toplam 381 kişinin ve ailelerinin süt tüketim alışkanlıkları, bu alışkanlıklar üzerine etki eden faktörler ve süt hakkındaki bilgilerini araştırmışlar ve öğrencilerin %80'inin süt içmeyi sevdiğini, süt içmeyi sevenlerin %79.2'sinin köy kökenli olduğunu, ankete katılan öğrencilerin %70.6'sının sütü sıcak olarak içmeyi tercih ettiğini ve öğrencilerin çoğunun sütün besin değeri hakkında geniş bir bilgiye sahip olmadıklarını belirlemişlerdir. Yüzüncü Yıl Üniversitesi lisans öğrencilerinin içme sütü tüketim alışkanlıkları üzerine yapılan bir çalışmada öğrencilerin aylık süt tüketiminin ortalama olarak 3.7 kg olduğu, öğrencilerin yeteri kadar süt tüketmedikleri ve süt konusunda yeterli bilgiye sahip olmadıkları belirlenmiştir (10).

Bu araştırma Yüzüncü Yıl Üniversitesi yükseköğrencülerinin bazı ailevi ve kültürel durumları ile içme sütü tüketim alışkanlıklarını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

## MATERYAL VE METOT

Bu çalışmanın verilerini, Yüzüncü Yıl Üniversitesine bağlı yükseköğrencülerden Van Meslek Yüksekokulu, Sağlık Meslek Yüksekokulu ve Sağlık Yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrencilerle bire bir görüşme şeklinde yapılan anketten sağlanan bilgiler oluşturmuştur.

Yükseköğrencülerde okuyan öğrencilerden tesadüfi olarak seçilen sınıflardan yine tesadüfi olarak seçilen öğrencilerle 6-27 Kasım 2002 tarihleri arasında anket çalışması yürütülmüştür. Bu yolla elde edilen bilgiler ADA paket programı ile değerlendirilmiştir (6).

## BULGULAR VE TARTIŞMA

### Ankete katılan öğrencileri tanımlayıcı bilgiler

Van Meslek Yüksekokulu'ndan 155, Sağlık Meslek Yüksekokulu'ndan 112 ve Sağlık Yüksekokulu'ndan 96 olmak üzere toplam 363 öğrenci ile anket çalışması yapılmıştır. Ankete katılan öğrencilerin 182'si kız ve 181'i erkek öğrenciden oluşmuştur.

Ankete katılan öğrencilerin öğrenimleri dışında %18.73'ü köy, %27.55'i ilçe ve %53.71'i ilde ikamet ettiklerini belirtmişlerdir.

Öğrencilerin babasının mesleğinin %14.60'ının çiftçi, %14.61'inin esnaf, %28.37'sinin memur, %21.19'unun işçi ve %21.23'ünün diğer meslek gruplarına mensup olduğu ve bunların eğitim düzeyinin %13.77'sinin okumamış, %33.61'inin ilköğretim, %38.02'sinin orta-lise ve %14.60'ının ise yükseköğretim seviyesinde olduğu belirlenmiştir.

Öğrencilerin annesinin %93.39'unun ev hanımı, %2.75'inin memur, %1.94'ünün işçi ve %1.95'inin diğer meslek gruplarına mensup olduğu ve eğitim seviyesinin %40.22'sinin okumamış, %40.77'sinin ilköğretim, %16.25'inin orta-lise ve %2.76'sinin ise yükseköğretim seviyesinde olduğu belirlenmiştir.

Anket çalışmasına katılan öğrencilerin %28.37'si sigara, %2.75'i alkol, %5.51'i hem sigara hem de alkol alışkanlığının olduğunu ve %61.98'i ise hiçbir kötü alışkanlığa sahip olmadığını belirtmiştir.

Öğrencilerin %34.71'i yurtdışı, %18.46'sı öğrenci evinde, %39.12'si kendi evinde, %6.61'i akrabaları ile birlikte ve %1.10'u ise başka yerlerde kaldıklarını ifade etmişlerdir.

### Öğrencilerin içme sütü tüketim durumu ve süt hakkındaki bilgiler

Öğrencilere yöneltilen "Süt içmeyi sever misiniz?" sorusuna, erkek öğrencilerin %82.77'si, kız öğrencilerin %71.98'i ve ortalama olarak öğrencilerin %77.41'i olumlu cevap vermişlerdir. Bu değerler, erkek öğrencilerin %87.6'sının ve kız öğrencilerin %79.2'sinin sütü sevdiğini bildiren Ayar ve Demirulus (1)'un bildirdiği değerlerden düşük, erkek öğrencilerin %81.65'inin, kız öğrencilerin %73.02'sinin ve ortalama %78.96'sının sütü sevdiğini bildiren Tarakçı ve ark. (10)'nın bildirdiği değerlerle uyumludur.

Sütü sevmeyen öğrencilerin %32.98'i kokusu, %34.04'ü tadı, %12.77'si rahatsız etmesi nedeniyle ve %20.21'i de diğer nedenlerle sevmediklerini belirtmişlerdir. Bu değerler öğrencilerin %23.60'ının kokusu, %33.71'inin tadı, %13.48'inin rahatsız etmesi ve %29.21'i diğer nedenlerle sütü sevmedikleri bildiren Tarakçı ve ark. (10)'nın bildirdiği değerler ile benzerlik göstermektedir.

Öğrencilerin süt tüketim nedenlerini öğrenmek için öğrencilere yöneltilen soruya alınan cevaplara ait bilgiler Tablo 1'de verilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre; öğrencilerin %62.98'inin sütü besleyici olduğu için, %28.72'sinin tadı, %4.15'inin alışkanlık, %1.04'ünün ucuz bir içecek olması nedeniyle ve %3.11'inin ise başka nedenler göstererek tükettiklerini belirtmişlerdir. Bu soruya verilen cevaplardan öğrencilerin büyük bir kısmının sütün besleyici bir gıda olduğunu bilerek tükettikleri anlaşılmaktadır. Bu değerler sütü öğrencilerin %60.16'sının besleyici olması ve %6.78'inin alışkanlık sebebiyle tükettiklerini bildiren Tarakçı ve ark. (10)'nın bildirdiği değerlerle benzerlik göstermektedir.

Tablo 1: Öğrencilerin süt tüketim nedenleri

Toplam		Diğer		Ucuz		Alışkanlık		Tadı		Besleyici		Cinsiyet
%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	
100	149	3.36	5	0.00	0	4.70	7	28.86	43	63.09	94	Erkek
100	140	2.86	4	2.14	3	3.57	5	28.57	40	62.86	88	Kız
100	289	3.11	9	1.04	3	4.15	12	28.72	83	62.98	182	Toplam

n: Öğrenci Sayısı

Öğrencilerin ne kadarının düzenli süt tükettiklerini belirlemek için "Düzenli olarak süt tüketir misiniz?" sorusu sorulmuş öğrencilerin %5.10'u düzenli süt tükettiklerini ve %94.90'ı süt tüketimlerinin düzenli olmadığı cevabını vermişlerdir. Bu değerler öğrencilerin %83.86'sının süt tüketiminin düzensiz olduğunu bildiren Tarakçı ve ark. (10)'nın bildirdiği değerlerden yüksektir.

Öğrencilerin günlük süt tüketimini belirlemek amacıyla sorulan soruya süt içtiklerini belirten öğrencilerin %83.33'ü 200 g, %10.61'i 500 g ve %6.06'sı daha fazla süt tükettiklerini

belirtmişlerdir. Elde edilen verilerden öğrencilerin süt tüketiminin, genç insanların günlük tüketmeleri gereken miktarın (350 g) çok altında olduğu görülmektedir. Benzer sonuçlar Tarakçı ve ark. (10) tarafından da bildirilmiştir. Öğrencilerin kahvaltıda hangi içeceği ne oranda tercih ettiklerini belirlemek için sorulan soruya verilen cevaplar Tablo 2'de gösterilmiştir.

Kahvaltıda öğrencilerin %87.95'inin çayı, %5.21'inin sütü, %4.38'inin meyve suyunu, %1.10'unun kahveyi ve %1.37'sinin ise diğer bitkisel çayları içtikleri belirlenmiştir.

Yılmaz ve Demirci (12) de yaptıkları anket çalışmasında üniversite öğrencilerinin %61.75'inin kahvaltıda içecek olarak çayı tercih ettiklerini belirlemişlerdir. Toplumun büyük bir kısmı kahvaltıda içecek olarak çayı tercih etmektedir. Yaptığımız anketle bu durumun yükseköğretim öğrencileri için de geçerli olduğu belirlenmiştir.

Süt içen öğrencilere "Sütü hangi öğün içersiniz?" sorusuna öğrencilerin %37.06'sı sabah kahvaltısında, %26.18'i yatmadan önce, %21.47'si akşam, %10.88'i öğün arasında ve %4.41'i ise öğle vaktinde içtikleri cevabını vermişlerdir (Tablo 3). Bu değerler sütü öğrencilerin %39.65'inin sabah, %24.67'sinin yatmadan önce, %9.47'sinin öğün arası, %4.19'unun öğle ve %22.03'ünün akşam içtiklerini bildiren Tarakçı ve ark. (10)'nın değerleriyle benzer, erkek öğrencilerin %77,38'inin ve kız öğrencilerin

%58,33'ünün sütü sabah tükettiklerini bildiren Hasipek ve ark. (7)'nin bildirdiği değerlerden düşüktür. Ankete katılan öğrencilerin sütü %61.31'inin sıcak, %13.11'inin soğuk içtikleri ve %25.57'sinin ise sıcak soğuk ayırımı yapmadıkları belirlenmiştir. Bu değerler öğrencilerin %70.6'sının sütü sıcak olarak tükettiklerini bildiren Ayar ve Demirulus (1)'un değerinden farklı bulunmuştur.

Öğrencilerin sütü nasıl tükettiklerini öğrenmek için sorulan soruya alınan cevapları gösteren bilgiler Tablo 4'te sunulmuştur. Tablo 4'te de görüldüğü gibi öğrencilerin yarısından fazlası (%52.17) sütü şekerli, çok az bir kısmı (%2.99) da meyve aromalı olarak tüketmektedir. Bu değerler Tarakçı ve ark. (10)'nın bildirdiği değerlerle benzer, sütü şekerli tüketenlerin oranının %78.5 olduğunu bildiren Ayar ve Demirulus (1)'un bildirdiği değerden daha düşüktür

Tablo 2: Öğrencilerin kahvaltıda içecek tercihleri

Toplam		Bitki çayı		Kahve		Meyve suyu		Süt		Çay		Cinsiyet
%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	
100	184	1.09	2	1.09	2	3.80	7	7.61	14	86.41	159	Erkek
100	181	1.66	3	1.10	2	4.97	9	2.76	5	89.50	162	Kız
100	365	1.37	5	1.10	4	4.38	16	5.21	19	87.95	321	Toplam

n: Öğrenci Sayısı

Tablo 3: Öğrencilerin öğünlere göre süt tüketimi

Toplam		Yatmadan önce		Öğün arası		Akşam		Öğle		Sabah		Cinsiyet
%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	
100	176	21.02	37	9.09	16	15.91	28	4.55	8	49.43	87	Erkek
100	164	31.71	52	12.80	21	27.44	45	4.27	7	23.78	39	Kız
100	340	26.18	89	10.88	37	21.47	73	4.41	15	37.06	126	Toplam

n: Öğrenci Sayısı

Tablo 4: Öğrencilerin sütü tüketme şekilleri

Toplam		Fark etmez		Meyveli		Kakaolu		Şekersiz		Şekerli		Cinsiyet
%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	N	
100	181	13.26	24	2.21	4	16.02	29	12.15	22	56.35	102	Erkek
100	187	5.35	10	3.74	7	22.46	42	14.97	38	48.13	90	Kız
100	368	9.24	34	2.99	11	19.29	71	16.30	60	52.17	192	Toplam

n: Öğrenci Sayısı

"Süt hangi yaşta tüketilmeli?" sorusuna cevap olarak öğrencilerin %74.66'sı her yaşta, %22.59'u çocukken, %2.20'si gençken ve %0.55'i yaşlıyken tüketilmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Ankete katılan öğrencilerin büyük bir kısmının (%74.66) sütün her yaşta tüketilmesi gerektiğini ve sütün besleyici bir gıda olduğunu bilmelerine rağmen yeterli miktarda süt tüketmedikleri gözlenmiştir.

Ankete katılan öğrencilerin süt satın alım gücünü belirlemek amacıyla "Süt fiyatlarını nasıl buluyorsunuz?" sorusu sorulmuş ve öğrencilerin %51.42'sinin süt fiyatlarını pahalı, %44.60'nin normal ve %3.98'inin ise ucuz buldukları belirlenmiştir. Öğrencilerin yarısının sütü pahalı bulması,

diğer gıdalara oranla ucuz sayılabilecek sütün dahi, öğrenciler tarafından rahatlıkla ve istenilen oranda tüketilemediği izlenimini vermektedir. Tüketicilerin süt fiyatlarını pahalı bulduğu bazı araştırmacılar tarafından da bildirilmiştir (1,5,7).

Araştırmaya katılan öğrencilerin %57.06'sının sütü marketten, %16.18'inin bakkaldan, %14.41'inin sokak sütçüsünden ve %12.35'inin ise sütü başka yollardan temin ettikleri belirlenmiştir (Tablo 5). Bu çalışmada elde edilen değerler sütü öğrencilerin %13.37'sinin sokak sütçüsünden aldığını bildiren Tarakçı ve ark. (1) ile benzer, öğrencilerin %50,00'sinin sokak sütçüsünden aldığını bildiren Hasipek ve ark. (7)'nin bildirdiği değerden düşük bulunmuştur

Öğrencilerin süt alırken göz önünde tuttıkları kriterlerin dağılımı Tablo 6'da görülmektedir. Öğrenciler süt alırken en fazla (%40.00) süt paketindeki son kullanma tarihine dikkat etmektedirler. Markaya bakarak süt alanların oranı % 23.85, temizlik yönünden görünümüne bakarak süt alanların oranı %19.69'dur. Bu dağılım incelendiğinde öğrencilerin birden fazla kritere bakarak süt satın aldıkları göze çarpmaktadır. Elde edilen sonuçlar Tarakçı ve ark. (10)'nın verileriyle uyum göstermektedir. Paket süt satın alan öğrencilerin içmeden önce ısıtma işlemi tabii tutup tutmadıkları ve ısıtma işlemi uygulayan

öğrencilerin nasıl bir ısıtma işlemi uyguladıklarını belirlemek için sorulan soruya alınan cevaplar Tablo 7'de görülmektedir. Anket verilerinden, öğrencilerin paket sütü içmeden önce %42.77'sinin hiç ısıtmadığı, %28.62'sinin ısıttığı, %17.04'ünün hafif ısıttığı ve %11.58'inin de kaynatmış olduğunu belirtmiştir. Benzer sonuçlar Demirci ve ark. (5) tarafından da bildirilmiştir. Tüketicilerin steril paket sütü içmeden önce kaynatmaları, bu konuda çok hassas olduklarını veya steril paket sütün her hangi bir ısıtma işlemine tabii tutulmadan güvenle içilebileceğini bilmediklerini göstermektedir.

Tablo 5: Öğrencilerin sütü satın aldıkları yerler

Toplam		Diğer		Sokak sütçüsü		Bakkal		Market		Cinsiyet
%	N	%	n	%	n	%	N	%	n	
100	173	16.18	28	17.34	30	15.61	27	50.87	88	Erkek
100	167	8.38	14	11.38	19	16.77	28	63.47	106	Kız
100	340	12.35	42	14.41	49	16.18	55	57.06	194	Toplam

n: Öğrenci Sayısı

Tablo 6: Öğrencilerin süt alırken dikkat ettikleri hususlar

Toplam		Yağ oranı		Son kul. tarihi		Fiyat		Temizlik		Marka		Cinsiyet
%	N	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	
100	344	3.49	12	36.92	127	15.12	52	19.77	68	24.71	85	Erkek
100	306	2.61	8	43.46	133	11.44	35	19.61	60	22.88	70	Kız
100	650	3.08	20	40.00	260	13.38	87	19.69	128	23.85	155	Toplam

n: Öğrenci Sayısı

Tablo 7: Öğrencilerin sütü ısıtma alışkanlıkları

Toplam		Kaynatanlar		Hafif ısıtanlar		Isıtmayanlar		Isıtanlar		Cinsiyet
%	n	%	n	%	n	%	N	%	n	
100	150	10.67	16	18.00	27	42.67	64	28.67	43	Erkek
100	161	12.42	20	16.15	26	42.86	69	28.57	46	Kız
100	311	11.58	36	17.04	53	42.77	133	28.62	89	Toplam

n: Öğrenci Sayısı

"Süt şişmanlatır mı?" sorusuna, öğrencilerin %40.06'sı şişmanlatır, %14.01'i şişmanlatmaz cevabını vermiş ve %40.06'sı ise bu konuda her hangi bir bilgiye sahip olmadıklarını belirtmişlerdir. Bu soruya verilen cevaplardan öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun sütü şişmanlatmayacağını bilmedikleri sonucuna varılmıştır.

"Süt tüketimini teşvik etmede basın ve yayın organlarının rolünü yeterli buluyor musunuz?" sorusuna öğrencilerin %12.12'si yeterli, %60.88'i yetersiz bulduğunu ve %27.00'si de bu konuda bir fikri olmadığını belirtmişlerdir. Basın ve yayın organlarının yetersiz olduğunu belirtenlerin oranı Demirci ve ark. (5)'nin bildirdiği değerden (%81.95) daha düşüktür.

## SONUÇ

Yüzüncü Yıl Üniversitesi'nin değişik yüksekokullarında okuyan öğrencilerden rasgele seçilen 363 öğrenci üzerinde yapılan bu araştırmada, yüksekokul öğrencilerinin bazı ailevi

ve kültürel durumları ile içme sütü tüketim alışkanlıklarını belirlemeye çalışılmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin %77.41'inin süt içmeyi sevdiği, %94.90'ının düzenli olarak süt tüketmediği, çoğunluğunun sabah kahvaltısında çayı tercih ettikleri belirlenmiştir. Ayrıca öğrencilerin çoğu süt tüketimini teşvik etmede basın ve yayın organlarının yetersiz olduğunu belirtmişlerdir. Sonuç olarak; ankete katılan öğrencilerin günlük süt tüketiminin yetersiz olduğu ve öğrencilerin süt hakkında sınırlı düzeyde bilgiye sahip oldukları belirlenmiştir.

## KAYNAKLAR

1. Ayar A, Demirulus H, (2000): Eğitim çağındaki gençlerin süt ve süt ürünleri tüketim alışkanlıklarının belirlenmesi üzerine bir araştırma. Gıda, 25, 5: 371-376.
2. Aytakin F, (2000): Üniversite öğrencilerinin beslenme durumları üzerine bir araştırma. Gıda, 25, 2: 121-126.

3. Demirci M, (1986): Aşırı beslenme sorunları. Gıda, 11, 1: 40-41.

4. Demirci M, Gümüş T, Demir MS, Yakar K, Yavaşoğlu E, (1997): Tekirdağ ilinde hayvansal kaynaklı protein tüketimi üzerine bir araştırma. Gıda Teknolojisi, 2, 3: 39-44.

5. Demirci M, Kurultay Ş, Öksüz Ö, (1998): Tekirdağ ilinde içme sütü tüketim alışkanlıkları ve bu alışkanlıkları etkileyen faktörlerin belirlenmesi üzerine bir araştırma. İçme Sütü Sempozyumu, 149-157, Tekirdağ.

6. Gül A, (1991): Tarım Ekonomisi Alanında Yapılan Anket Çalışmalarının Bilgisayarda Değerlendirilmesi ve Analizi. (Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Adana.

7. Hasipek S, Aktaş N, Sürücüoğlu MS, Akın N, (1988): Konya Selçuk Üniversitesi Ziraat Fakültesi öğrencilerinin süt ve süt ürünleri tüketim sıklığı ve bunu etkileyen faktörler. Gıda, 13, 2: 99-106.

8. Işıksoluğu M, (1986): Yüksek öğrenim yapan kız öğrencilerin beslenme durumları ve buna beslenme eğitiminin etkisi. Beslenme ve Diyet Derg., 15: 55-69.

9. Rasenthal I, (1991): Milk and Dairy Product. Properties and Processing. Cambridge: Basel: VCH, New York.

10. Tarakçı Z, Selçuk Ş, Şahin K, Coşkun H, (2002): Üniversite öğrencilerinin içme sütü tüketim alışkanlıkları üzerine bir araştırma. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Ziraat Fakültesi Tarım Bilimleri Derg., (yayında).

11. Tekinşen OC, (1997): Süt Ürünleri Teknolojisi. Selçuk Üniv. Veteriner Fak. Yay. Ünit., Konya.

12. Yılmaz İ, Demirci M, (2001): Üniversite öğrencilerinin beslenme durumları. Gıda, Mayıs sayısı: 83-86.