

2022-2023 年公共营养师之二级营养师

真题精选附答案

单选题（共 60 题）

1、 为了保持健康，60 岁以上老年人每天的总脂肪摄入总量应不超过（ ） g。

- A. 30
- B. 35
- C. 40
- D. 50

【答案】 D

2、 专供婴幼儿的主、辅食品，必须符合（ ）制定的营养卫生标准。

- A. 世界卫生组织（WHO）
- B. 联合国粮农组织（FAO）
- C. 我国国务院卫生行政部门
- D. 我国省级人民政府

【答案】 C

3、 某寄宿制中学对学生进行体格检查，发现 30% 的中学生暗适应时间较正常人延长 30s，其他各项检查无异常，在学校机体膳食中

应注意补充（ ）。

- A. 蔬菜
- B. 水果
- C. 猪肝
- D. 猪心

【答案】 C

4、母乳中的营养成分能够满足（ ）月内婴儿的需要。

- A. 1~3
- B. 2~4
- C. 3~5
- D. 4~6

【答案】 D

5、发芽的马铃薯中含有的有毒物质是（ ）。

- A. 亚硝酸盐
- B. 黄曲霉毒素
- C. 皂苷
- D. 龙葵素

【答案】 D

6、婴儿1岁时身长约达（ ）cm。

- A. 70
- B. 75
- C. 85
- D. 80

【答案】 B

7、下列哪项不属于社区居民营养与健康资料的收集途径（ ）。

- A. 营养知识讲座
- B. 收集现在的统计资料
- C. 访谈
- D. 专题讨论

【答案】 A

8、以动物性食物为主的膳食结构存在的问题是（ ）。

- A. 普通家庭一般不容易做到
- B. 能量不足
- C. 易发生慢性病
- D. 易发生营养缺乏病

【答案】 C

9、硒在人体组织与器官中含量相对最高的为（ ）。

- A. 肝脏

- B. 肾脏
- C. 胰脏
- D. 脂肪

【答案】 B

10、水果与蔬菜一样，主要提供（ ）。

- A. 碳水化合物
- B. 脂肪
- C. 矿物质
- D. 蛋白质

【答案】 C

11、有关维生素的说法错误的是（ ）。

- A. 能提供能量
- B. 不参与人体组织的构成
- C. 不能在人体内储存
- D. 1 一般不能在人体合成（维生素 D 例外），或合成量太少，必须由食物提供

【答案】 A

12、下列膳食结构中属于营养过剩型膳食结构的是（ ）。

- A. 以动植物食物为主的平衡膳食结构

- B. 以植物性食物为主的膳食结构
- C. 以动物性食物为主的膳食结构
- D. 地中海膳食结构

【答案】 C

13、安全摄入范围位于（ ）。

- A. EAR 和 UL 之间
- B. EAR 和 AI 之间
- C. RNI 和 UL 之间
- D. RNI 和 AI 之间

【答案】 C

14、下列属于维生素 B。缺乏表现的有（ ）。

- A. 脂溢性皮炎
- B. 贫血
- C. 胎儿神经管畸形
- D. 胶原合成障碍

【答案】 A

15、2000 年制定的成年男子锌推荐摄入量为（ ）mg / d。

- A. 14.5
- B. 15

C. 15.5

D. 16.5

【答案】 C

16、下列最符合蛋白质互补原则的为（ ）。

A. 大豆和谷类

B. 大米和小米

C. 黄豆和绿豆

D. 牛肉和猪肉

【答案】 A

17、每日蛋白质、脂肪、碳水化合物在人体内代谢产生的内生水约为（ ）ml。

A. 1200

B. 1000

C. 300

D. 100

【答案】 C

18、乌龙茶属于（ ）。

A. 发酵茶类

B. 半发酵茶类

- C. 不发酵茶类
- D. 再加工茶

【答案】 B

19、混合系数是指（ ）。

- A. 全天个人总餐数之和
- B. 所调查的家庭中每个标准人的标准人日数之和除以全家总人日数
- C. 家庭标准人系数之和
- D. 全家总标准人日数

【答案】 B

20、我国标准规定：弱筋小麦粉中蛋白质含量（干基）为（ ）。

- A. $\leq 10.0\%$
- B. $\leq 11.0\%$
- C. $\leq 12.0\%$
- D. $\leq 13.0\%$

【答案】 A

21、为有效预防胎儿神经管畸形的发生，中国居民膳食营养素参考摄入量推荐孕妇每天额外摄入叶酸（ ） μg 。

- A. 300
- B. 400

C. 500

D. 600

【答案】 D

22、()以下的糖溶液一般不会对微生物的生长起抑制作用。

A. 5%

B. 10%

C. 15%

D. 50%

【答案】 A

23、能够全面反映食物蛋白质的实际利用程度的是()。

A. 蛋白质功效比值

B. 氮平衡指数

C. 蛋白质净利用率

D. 蛋白质生物价

【答案】 C

24、体质指数的公式是()。

A. 体重(kg) / [身高(Cm)]³

B. 体重(kg) / [身高(Cm)]²

C. 体重(kg) / [身高(m)]³

D. 体重(kg) / [身高(m)]²

【答案】 D

25、就食品营养标签制作而言，产品营养分析的最终目标是获得（ ）。

- A. 评价食品质量好坏的依据
- B. 食品理化指标的数据
- C. 可以用于标示的食物营养成分基础数据
- D. 食品卫生标准的数据

【答案】 C

26、控制食品腐败变质的措施不包括（ ）。

- A. 辐照
- B. 低温储存
- C. 常温储存
- D. 脱水与干燥

【答案】 C

27、幼儿膳食中，蛋白质和脂肪供给的能量分别占总能量的（ ）。

- A. 蛋白质 18%~20%，脂肪 30%~35%
- B. 蛋白质 15%~18%，脂肪 25%~30%
- C. 蛋白质 12%~15%，脂肪 25%~30%

D. 蛋白质 12%~15%，脂肪 30%~35%

【答案】 D

28、膳食调查报告主体内容不包括（ ）。

A. 居民食物摄入状况

B. 居民能量和主要营养素摄入状况

C. 居民的体格状况

D. 居民膳食结构的评价

【答案】 C

29、副溶血性弧菌引起食物中毒的主要食品是（ ）。

A. 剩饭

B. 动物性食品

C. 乳类

D. 海产品

【答案】 D

30、下列豆制品含维生素 C 较多的是（ ）。

A. 豆腐

B. 豆浆

C. 豆腐干

D. 豆芽

【答案】 D

31、我国标准规定：高筋小麦粉中蛋白质含量（干基）为（ ）。

- A. $\geq 10.5\%$
- B. $\geq 11.2\%$
- C. $\geq 12.2\%$
- D. $\geq 13.2\%$

【答案】 C

32、评价食品卫生质量常用的细菌污染指标是（ ）。

- A. 大肠菌群
- B. 腐败菌
- C. 葡萄球菌
- D. 绿脓杆菌

【答案】 A

33、以动物性食物为主的膳食结构存在的问题是（ ）。

- A. 普通家庭一般不容易做到
- B. 能量不足
- C. 易发生慢性病
- D. 易发生营养缺乏病

【答案】 C

34、用于计算营养标签标示值的数据，至少需要（ ）次以上的检测结果。

- A. 5
- B. 10
- C. 50
- D. 20

【答案】 B

35、人体生长发育最为迅速的时期为（ ）。

- A. 从出生到 1 周岁
- B. 1~3 岁的幼儿
- C. 3~6 岁儿童期
- D. 青春期

【答案】 A

36、有机磷农药的主要急性毒性是（ ）。

- A. 抑制胆碱酯酶的活性
- B. 血液系统障碍
- C. 致癌性
- D. 肝脏损害

【答案】 A

37、绿叶蔬菜和橙色蔬菜等较浅色蔬菜富含（ ）。

- A. 碳水化合物
- B. 胡萝卜素
- C. 纤维素
- D. 蛋白质

【答案】 B

38、大豆的限制氨基酸为（ ）。

- A. 蛋氨酸
- B. 苏氨酸
- C. 丙氨酸
- D. 赖氨酸

【答案】 A

39、当某营养素摄入量在（ ）之间时，摄入量是适宜的。

- A. RNI 和 UL
- B. EAR 和 RNI
- C. EAR 和 UL
- D. 小于 EAR

【答案】 A

40、() 是受前天膳食影响较小，其化学成分较恒定的尿液。

- A. 24h 尿
- B. 餐后尿
- C. 任意尿
- D. 晨尿

【答案】 D

41、现在国际和我国通用的能量单位为 ()。

- A. kcal
- B. cal
- C. J
- D. kJ

【答案】 C

42、孕期血浆容积和红细胞增加程度的不一致，易引起 ()。

- A. 缺乏功能性铁
- B. 缺乏维生素 B12
- C. 生理性贫血
- D. 缺乏叶酸

【答案】 C

43、青少年期每日钙储备约为 () mg。

- A. 100
- B. 200
- C. 300
- D. 400

【答案】 B

44、安全摄入范围位于（ ）。

- A. EAR 和 UL 之间
- B. EAR 和 AI 之间
- C. RNI 和 UL 之间
- D. RNI 和 AI 之间

【答案】 C

45、膳食营养素参考摄入量是在（ ）的基础上发展起来的。

- A. AI
- B. EAR
- C. RDA
- D. RNI

【答案】 C

46、UL 的主要用途为（ ）。

- A. 评估人群中摄入不足的比例

- B. 作为健康个体营养素摄入量的目标
- C. 作为群体营养素摄入量目标
- D. 检查个体摄入量过高的可能

【答案】 D

47、() 第八届全国人大常委会第十六次会议通过了《中华人民共和国食品卫生法》，并于当日起实行。

- A. 1983 年 7 月 1 日
- B. 1995 年 7 月 1 日
- C. 1995 年 10 月 30 日
- D. 2000 年 10 月 15 日

【答案】 C

48、下列食品含钙量丰富而且吸收率也高的是 ()。

- A. 牛奶
- B. 鸡肝
- C. 鸡蛋
- D. 动物血

【答案】 A

49、下面哪些不是农村社区居民关注的主要健康话题？

- A. 儿童传染病的防治

- B. 营养不良的诊治
- C. 儿童生长发育的营养问题
- D. 儿童多动症

【答案】 D

50、大肠内存在细菌，这些细菌（ ）。

- A. 对人体有害
- B. 对人体无害
- C. 能合成某些维生素
- D. 能合成某些矿物质

【答案】 C

51、某科研机构在某社区进行肥胖人群调查，除了进行体重测量，还进行了上臂围和皮褶厚度的测量。

- A. 下角下方 1cm
- B. 下角下方 2cm
- C. 上角下方 1cm
- D. 上角下方 2cm

【答案】 A

52、膳食中三大热能营养素的来源比例为（ ）较适宜。

- A. 蛋白质 10%~13%，脂肪 20%~30%，碳水化合物 60%~70%

- B. 蛋白质 10%~12%，脂肪 25%~30%，碳水化合物 60%~70%
- C. 蛋白质 10%~15%，脂肪 20%~25%，碳水化合物 55%~60%
- D. 蛋白质 10%~14%，脂肪 25%~35%，碳水化合物 55%~60%

【答案】 C

53、社会主义职业道德的一个重要内容是（ ）。

- A. 树立社会主义劳动态度
- B. 为人民服务
- C. 集体主义
- D. 建立新的人际关系

【答案】 B

54、水果与蔬菜一样，主要提供（ ）。

- A. 碳水化合物
- B. 脂肪
- C. 矿物质
- D. 蛋白质

【答案】 C

55、在一批腌菜中检出大量硝酸盐，在适宜的条件下它们可以和胺类形成（ ）。

- A. 亚硝胺

- B. 色胺
- C. 腐胺
- D. 组胺

【答案】 A

56、为准确定量每日从尿液中排出物质的量，必须收集的尿液是（ ）

- A. 24 h 尿
- B. 任意尿
- C. 餐后尿
- D. 晨尿

【答案】 A

57、下列不是体格测量工作实施标准化目的是（ ）。

- A. 权威化
- B. 规范化
- C. 系统化
- D. 科学化

【答案】 A

58、2007 年版的《中国居民膳食指南》包括（ ）条内容。

- A. 8

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/175131312120011333>