

2024 年公共营养师之三级营养师通关题库(附答案)

单选题（共 45 题）

1、对某饭店进行食品卫生检查，下列哪一项不符合卫生要求（ ）。

- A. 动物性食品和蔬菜分池清洗
- B. 盛放生、熟食品的容器分开并有明显标记
- C. 冰箱内熟食品放上层，生食品放下层
- D. 冰箱内有私人药品，但分开存放

【答案】 D

2、下列说法不正确的是（ ）。

- A. 总体分布较均匀、个体数量不太多时可采用群体抽样
- B. 当总体较大时，系统随机抽样比单纯随机抽样更便于操作
- C. 总体在某一方面的性质存在差异时可采用分层抽样
- D. 抽样方法很大程度的取决于抽样目的

【答案】 A

3、膳食蛋白质中非必需氨基酸（ ）具有节约蛋氨酸的作用。

- A. 半胱氨酸
- B. 酪氨酸
- C. 精氨酸
- D. 丝氨酸

【答案】 A

4、对婴儿来讲，属于必需氨基酸的是（ ）。

- A. 丙氨酸
- B. 丝氨酸
- C. 谷氨酸
- D. 组氨酸

【答案】 D

5、在体内主要参与糖类代谢的维生素是（ ）。

- A. 维生素 B1
- B. 维生素 E
- C. 维生素 C
- D. 维生素 A

【答案】 A

6、体内维生素 E 营养状况的常用指标是（ ）。

- A. α -生育酚
- B. β -生育酚
- C. γ -生育酚
- D. δ -生育酚

【答案】 A

7、下列有关氟的食物含量，一般来说，其正确说法为（ ）。

- A. 海洋动物<陆地动物
- B. 植物食品<动物食品

C. 1 海水食品<淡水食品

D. 红肉动物>海鱼类

【答案】 B

8、在米的淘洗过程中，主要损失的营养素是（ ）。

A. B 族维生素和无机盐

B. 碳水化合物

C. 蛋白质

D. 维生素 C

【答案】 A

9、某儿童出现眼睛干涩，上皮干燥、增生，生长发育迟缓，最可能缺乏的是（ ）。

A. 维生素 A

B. 维生素 D

C. 维生素 C

D. 维生素 E

【答案】 A

10、按照目前我国膳食习惯，膳食中蛋白质的主要来源是（ ）。

A. 肉、鱼、禽类

B. 豆类及豆制品

C. 蛋、奶类

D. 粮谷类

【答案】 D

11、饱和脂肪酸与冠心病的发病密切相关，可增加中、老年人患心血管疾病的危险性。以下富含饱和脂肪酸的食物是（ ）。

- A. 豆油
- B. 花生油
- C. 橄榄油
- D. 椰子油

【答案】 D

12、维生素有多种命名方法，下列两种命名法不一致的是（ ）。

- A. 维生素 A—视黄醇
- B. 维生素 E—生育酚
- C. 维生素 D—生物素
- D. 维生素 C—抗坏血酸

【答案】 C

13、对儿童人体测量数据进行评价时，按待评价对象数值与参考数值(均值 X) 距离几个标准差 (S) 进行评价，此种方法称（ ）。

- A. Gomez 分类法
- B. 离差法
- C. 百分位数评价
- D. 方差法

【答案】 B

14、营养补充剂可以提供能量为目的，故主要成分应当是（ ）。

- A. 维生素、矿物质
- B. 蛋白质
- C. 脂肪
- D. 糖

【答案】 A

15、营养教育的主要内容如下（ ）。

- A. 有计划地对从事农业、商业、粮食、轻工、计划等部门有关人员进行医学保健知识培训
- B. 将营养知识纳入大学的教育内容
- C. 将营养工作内容纳入到初级卫生保健服务中，提高初级卫生保健人员的营养知识水平
- D. 将营养知识纳入成人高等教育课程

【答案】 C

16、成人每日膳食纤维的摄入量以（ ）g 为宜。

- A. 15
- B. 20
- C. 24
- D. 30

【答案】 D

17、味觉减退或有异食癖可能是由于缺乏（ ）。

- A. 锌

B. 铬

C. 硒

D. 钙

【答案】 A

18、衡量食不过量的最好的指标为（ ）。

A. 能量的推荐摄入

B. 体重

C. 高血脂的发生率

D. 糖尿病的发病率

【答案】 B

19、关于维生素 E 抗氧化作用的说法，不正确的是（ ）。

A. 防止饱和脂肪酸氧化

B. 防止 ATP（三磷酸腺苷）氧化

C. 防止含硒蛋白氧化

D. 防止脱氢酶中的巯基被氧化

【答案】 A

20、3～6 岁学龄前儿童每日能量参考摄入量为（ ）千卡。

A. 1000～1400

B. 1200～1800

C. 1300～1700

D. 1400～1800

【答案】 C

21、乳粉是以牛乳为原料，经杀毒、浓缩和（ ）而制成的粉末状产品。

- A. 冷冻干燥
- B. 普通干燥
- C. 微波干燥
- D. 喷雾干燥

【答案】 D

22、痛风症应控制的食物是（ ）。

- A. 鸡蛋
- B. 冬瓜
- C. 羊肉
- D. 鱿鱼

【答案】 D

23、肝昏迷前期应控制的食物是（ ）。

- A. 海带
- B. 冬瓜
- C. 蚕豆
- D. 鸡蛋

【答案】 D

24、我国各地区居民膳食碘摄入量区别很大，成人碘的 UL 为（ ） $\mu\text{g}/\text{d}$

- A. 800
- B. 900
- C. 1000
- D. 1100

【答案】 C

25、以下不是维生素 C 缺乏症状的是（ ）。

- A. 出血点
- B. 牙龈肿胀出血
- C. 皮下淤斑
- D. 口角炎

【答案】 D

26、已知某职员午餐中应含有碳水化合物 120 克，馒头中含碳水化合物 66%，应吃（ ）克馒头即可满足此需要。

- A. 86
- B. 124
- C. 156
- D. 182

【答案】 D

27、关于食品取样的方法下列说法不正确的是（ ）。

- A. 不熟悉来源食品，抽样时按照件数取样。
- B. 异常非均质性食品，但包装件数大于 100 件时，抽样量等于件数的平方根。

C. 对于大量不均匀样品可采用几何法

D. 粉末状样品可采用四分法

【答案】 B

28、痛风病人需严格限制的食物是（ ）。

A. 精白面、大米

B. 西瓜、苹果

C. 牛奶、鸡蛋

D. 猪肝、浓肉汤

【答案】 D

29、一些成年人人体内（ ）活性过低，大量食用乳及其制品可能引起乳糖不耐受的发生。

A. 蛋白酶

B. 脂肪酶

C. 糖苷酶

D. 乳糖酶

【答案】 D

30、麦芽糖在小肠粘膜上皮细胞表面上水解为（ ）。

A. 葡萄糖

B. 果糖

C. 半乳糖

D. 甘露糖

【答案】 C

31、主食强化需要精白米面中强化，常用强化剂有铁、钙、赖氨酸和（ ）。

- A. 维生素 B1、B2
- B. 维生素 D、E
- C. 维生素 A、C
- D. EC. 维生素 A、CD 维生素
- E. K

【答案】 A

32、母乳中含量最低的营养素（ ）。

- A. 钙和维生素 D
- B. 钙和维生素 A
- C. 铁和维生素 A
- D. 铁和维生素 D

【答案】 D

33、上臂肌肉前群部不包括（ ）。

- A. 喙肱肌
- B. 肱二头肌
- C. 肱肌
- D. 肱三头肌

【答案】 D

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/198072062023006136>