

维生素营养知识练习题

姓名：_____ 成绩：_____

1. (_____) 参与甲状腺素的合成，对婴幼儿的生长发育同样十分重要。

- A. 钙
- B. 铁
- C. 锌
- D. 碘

2. (_____) 可调节体内水分，维持人体体液渗透压和酸碱平衡。

- A. 碘
- B. 钾
- C. 钠
- D. 镁

3. (_____) 缺乏时，会引起口角炎等“口腔-生殖综合症”疾病。

- A. 维生素 B1
- B. 维生素 B2
- C. 维生素 B6
- D. 维生素 B12

4. 0-6 个月的婴儿体重每个月增加多少？

- A. 0.6kg
- B. 0.5kg
- C. 0.4kg
- D. 0.3kg

5.1 岁的脑重量约为多少？

- A. 500-600G
- B. 600-700G
- C. 700-800G
- D. 900-1000G

6.6 个月-1 岁的婴儿体重每个月增加多少？

- A. 0.6kg
- B. 0.5kg
- C. 0.4kg
- D. 0.7kg

7.6 个月的脑重量约为多少？

- A. 500-600G
- B. 600-700G
- C. 700-800G
- D. 900-1000G

8.OPO 可以使宝宝的大便软化率提升（_____）。

- A. 30%
- B. 10%
- C. 20%
- D. 40%

9.半岁到 1 岁的婴儿体重平均每月增加（_____）。

- A. 0.5kg

B. 0.6kg

C. 0.7kg

D. 0.8kg

10.宝宝多大可以吃盐？

A. 4 个月

B. 6 个月

C. 8 个月

D. 1 岁

11.碘的作用是（_____）。

A. 调节人体水分

B. 调节酸碱平衡

C. 参与甲状腺素的合成

D. 参与人体内的各种生命活动

12.蜂蜜在采集过程中容易受到污染，尤其是来自于（_____）的污染。

A. 双歧杆菌

B. 大肠杆菌

C. 肉毒杆菌

D. 球菌

13.复合益生菌指的是？

A. FOS、GOS

B. 低聚果糖、低聚半乳糖

C. HN019、LGG

D. HN019、BB-12

14.母乳中的脂肪结构是？

A. POP

B. CCP

C. OPO

15.母乳中乳清蛋白与酪蛋白的比例为？

A. 80:20

B. 60:40

C. 40:60

D. 20:80

16.缺铁会引起什么？

A. 食欲不佳

B. 贫血

C. 营养不良

D. 大脖子病

17.人类生命发育的第一高峰期是什么？

A. 成人期

B. 少儿期

C. 婴儿期

D. 青春期

18.使用 DHA 和 ARA 配方奶粉的婴幼儿组和普通奶粉的婴幼儿组相比，智力指数高出多少？

- A. 5分
- B. 6分
- C. 7分
- D. 8分

19.头围反映脑及颅骨的发育状态，婴儿期内头围平均每月增加（_____）cm

- A. 1
- B. 2
- C. 2.5
- D. 3

20.维生素（_____）可以促进钙的吸收。

- A. A
- B. C
- C. D
- D. E

21.新生儿出生体重平均为（_____）？

- A. 3kg
- B. 3.3kg
- C. 3.5kg
- D. 3.8kg

22.一般孕妇推荐每日叶酸可耐受最高摄入量是？

- A. 600ug
- B. 700ug

C. 800ug

D. 1000ug

23.一般孕妇推荐每日叶酸摄入量是？

A. 300ug

B. 400ug

C. 500ug

D. 600ug

24.一岁以内的宝宝每天食盐量不能超过多少？

A. 1G

B. 2G

C. 3G

D. 4G

25.一岁至六岁的宝宝每天食盐量不能超过多少？

A. 1G

B. 2G

C. 3G

D. 4G

26.婴儿 1 岁的体重约是刚出生期的几倍？

A. 2

B. 2.5

C. 3

D. 3.5

27. 婴儿半岁的体重约是刚出生期的几倍？

- A. 2
- B. 2.5
- C. 3
- D. 3.5

28. 婴儿期的时长周期是什么？

- A. 0-3 岁
- B. 0-1 岁
- C. 1-3 岁
- D. 0-6 个月

29. 婴儿期体重、身长的增长规律为？

- A. 前 3 个月的增长约等于后 9 个月的增长
- B. 前 6 个月的增长等于后 6 个月的增长
- C. 前 6 个月平均每月增长 0.7kg, 3cm; 后 6 个月平均每月增长 0.25kg, 1cm
- D. 平均每月增长 0.5kg, 2cm

30. 婴儿期内的头围平均月增加多少？

- A. 0.5CM
- B. 1CM
- C. 1.5CM
- D. 2CM

31. 婴儿期生长发育的首先表现为什么？

- A. 体重

- B. 身高
- C. 头围
- D. 视力

32.紫菜、海藻类什么维生素含量最高?

- A. B1
- B. B2
- C. B6
- D. B12

33. (_____) 又称凝血维生素, 具有促进凝血的功能。

- A. 维生素 A
- B. 维生素 C
- C. 维生素 K
- D. 维生素 D

34.0-6 月宝宝碳水化合物来源有?

- A. 蔗糖
- B. 白砂糖
- C. 乳糖
- D. 唾液酶

35.维生素可分为哪两种? 【多选题】

- A. 脂溶性
- B. 水溶性
- C. 维生素 ABCD

D. 氨基酸

36.乳糖的作用有？ 【多选题】

A. 可预防肠道有害菌的生长

B. 有利于宝宝肠胃健康

C. 促进宝宝对钙的吸收

37.维生素 C 的主要作用有？ 【多选题】

A. 维持正常生理机能

B. 可促进人体对铁质的吸收

C. 提高人体免疫能力的作用

D. 可促进人体对钙的吸收

38.婴儿期的生长发育表现为哪些？ 【多选题】

A. 体重

B. 身高

C. 头围

D. 视力

39.OPO 的作用是什么？ 【多选题】

A. 消化时不易形成钙皂化

B. 不易引起婴儿便秘

C. 易于脂肪酸和钙的消化吸收

D. 便便通畅、不上火

40.OPO 给宝宝带来的好处有？ 【多选题】

A. 无皂钙

- B. 易消化
- C. 钙吸收
- D. 强骨骼

41.POP 带给宝宝的影响有？ 【多选题】

- A. 能量损失
- B. 钙皂化
- C. 钙流失
- D. 硬大便

42.百秒瞬时工艺可有效保留什么？ 【多选题】

- A. DHA
- B. ARA
- C. 益生菌
- D. 乳铁蛋白

43.宝宝缺钙可能会出现？ 【多选题】

- A. 佝偻病和方颅
- B. 出牙晚或者出牙不齐
- C. 夜间盗汗、夜惊
- D. 容易哭闹

44.复合益生元的作用是？ 【多选题】

- A. 抑制肠道内有害微生物的生长
- B. 促进有益菌-双歧杆菌的生长
- C. 利于促进钙镁等营养的吸收

D. 缓解宝宝便秘

45.富含钙的食物有哪些？ 【多选题】

A. 虾皮

B. 海鲜类

C. 奶制品

D. 豆类食品

46.富含锌的食物有哪些？ 【多选题】

A. 海产品

B. 蔬菜水果

C. 动物肝脏

D. 花生、瓜子、核桃

47.含镁丰富的食物有？ 【多选题】

A. 谷类、豆类

B. 绿色蔬菜

C. 牛肉、猪肉、河鲜产品

D. 花生、芝麻、香蕉

48.牛磺酸的作用有？ 【多选题】

A. 可促进婴幼儿脑组织和智力发育

B. 提高神经传导和视觉机能

C. 免疫系统有积极作用

D. 增进消化能力

49.三周岁以内的宝宝不建议食用纯牛奶，建议继续食用配方奶粉的原因？ 【多

选题】

- A. 由于婴幼儿的胃肠道、肾脏等系统发育尚不完全成熟，纯牛奶中某些营养成分不容易被吸收；
- B. 纯牛奶含矿物质的量偏高，钙磷比例亦不利于婴儿的生理机能。可能会加重肾脏负担；
- C. 纯牛奶中缺乏脑发育所需的多不饱和脂肪酸,不能帮助宝宝大脑发育；
- D. 牛奶中所含维生素 A、C、D、E 的量也低于配方奶粉

50.双歧杆菌 BB-12 的作用是？ 【多选题】

- A. 解除便秘、预防抗生素腹泻
- B. 抑毒护肝、降低胆固醇
- C. 消化乳糖
- D. 促进维生素、矿物质微量元素的消化吸收和生物利用

51.锌缺乏婴幼儿会出现？ 【多选题】

- A. 食欲减退、味觉迟钝
- B. 嗅觉异常
- C. 异食癖、厌食
- D. 生长迟缓、精神萎靡

52.以下哪些是矿物质？ 【多选题】

- A. 钙
- B. 铁
- C. 锌
- D. 碘

53.以下哪些是缺钙的表现？ 【多选题】

- A. 出牙晚
- B. 夜惊
- C. 夜间盗汗
- D. 哭闹

54.以下哪些为含锌的实物？ 【多选题】

- A. 海产品
- B. 动物肝脏
- C. 瘦肉
- D. 坚果类

55.婴儿在 4~5 个月应添加可以通过（_____）补充铁。 【多选题】

- A. 强化铁的配方奶
- B. 米粉
- C. 肝泥
- D. 蛋黄

56. α -亚麻酸在体内可转化为？ 【多选题】

- A. DHA
- B. ARA
- C. DPA
- D. EPA

57.乳铁蛋白的作用有？ 【多选题】

- A. 有益于提高机体免疫力

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/305021304001011104>