

第十一单元 化学与社会  
课题1 化学与人体健康  
第2课时 合理膳食 合理用药



温馨提示：点击  进入讲评

答案呈现

1 C

2 B

3 B

4 B

5 B

6 B

7 C

8 A

9 B

10 C

11 C

12

1. [2024·盐城]下面是小明同学某次午餐的部分食物，其中主要提供蛋白质的是( C )
- A. 米饭      B. 青菜      C. 牛肉      D. 苹果

**【重点】**

米饭中富含淀粉，淀粉属于糖类，A错误；青菜中富含维生素，B错误；牛肉中富含蛋白质，C正确；苹果中富含维生素，D错误。

2. 2024年3月，天水麻辣烫火爆出圈，吸引全国各地游客前来品尝。下列天水麻辣烫常用食材富含糖类的是( B )
- A. 菠菜      B. 土豆      C. 豆腐      D. 油泼辣子

**【重点】**

菠菜中富含维生素；土豆中富含淀粉，淀粉属于糖类；豆腐中富含蛋白质；油泼辣子中富含油脂、维生素。

3. 2024年全民营养周聚焦《中国居民膳食指南(2022)》平衡膳食准则第三条：“多吃蔬果、奶类、全谷、大豆”等重点内容。下列有关说法错误的是( B )

A. 蔬果可提供维生素

B. 牛奶可提供植物纤维

C. 谷物可提供糖类

D. 大豆可提供蛋白质

**【重点】** 牛奶中富含蛋白质，B错误。

4. 近日，某杂志上一篇“熟鸡蛋返生孵小鸡”的论文在网上引发热议，下列说法不正确的是( B )
- A. 鸡蛋中蛋清的主要成分是蛋白质
  - B. 人体摄入的蛋白质在胃肠道里与水反应生成氨基酸，氨基酸全部被氧化放出能量供人体活动所需
  - C. 鸡蛋煮熟后，因加热破坏了蛋白质的结构，导致蛋白质的性质发生了改变
  - D. “熟鸡蛋返生孵小鸡”明显违背科学常识，是伪科学

## 【重点】

人体摄入的蛋白质在胃肠道里与水反应生成氨基酸，一部分氨基酸被氧化放出能量供人体活动所需，故B错误。

5. 学校食堂提供了下列5种食物：



①青菜



②苹果



③米饭



④猪肉



⑤鱼

小亮为自己安排的午餐食谱中，较合理的是( **B** )

A. ①②③

B. ①③⑤

C. ①④⑤

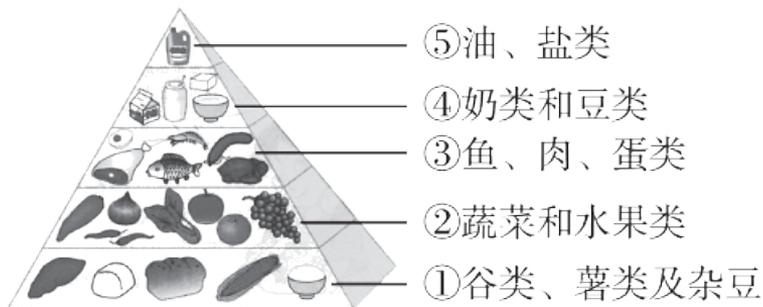
D. ③④⑤

6. 2024年5月12~18日是第十届全国营养周，口号为“健康中国，营养先行”。小明某日午餐食谱为：红烧肉、蒸鸡蛋、杂粮饭。你认为还应添加下列中的( B )
- A. 麻婆豆腐
  - B. 炒青菜
  - C. 粉蒸排骨
  - D. 白切鸡

**【重点】** 杂粮饭中富含淀粉，淀粉属于糖类；红烧肉、蒸鸡蛋中含有油脂、蛋白质和无机盐，可知食物中维生素含量较少，炒青菜中富含维生素，B正确。

7. 如图是中国居民平衡膳食宝塔。下列相关说法不正确的是( C )

- A. 第②层食物为人体提供足够的维生素
- B. 青少年每天应比成人摄入更多③④层物质
- C. 通过第⑤层盐类摄入的“钠”指的是钠原子
- D. “平衡膳食宝塔”提倡人们应全面均衡地摄取营养



## 【重点】

蔬菜、水果中富含维生素，第②层食物为人体提供足够的维生素，A正确；③④层物质中富含蛋白质，青少年每天应比成人摄入更多③④层物质，B正确；物质是由元素组成的，通过第⑤层盐类摄入的“钠”指的是钠元素，C错误；要均衡营养，合理膳食，“平衡膳食宝塔”提倡人们应全面均衡地摄取营养，D正确。

8. [中考·遵义]下列说法正确的是( A )

- A. 吸毒成瘾是一种脑病
- B. 少量吸毒对身体没有损害
- C. 只吸几次毒不会上瘾
- D. 吸食合成毒品危害比传统毒品要小

**【重点】** 长期吸食毒品会让吸食者形成依赖，并不断寻求毒品以维持其成瘾行为，因此吸毒成瘾是一种脑病。

9. 科学家以源于柳树皮中含有的一种物质——水杨酸为原料合成阿司匹林，其可缓解轻度或中度疼痛等病症。下列关于阿司匹林(化学式 $C_9H_8O_4$ )说法正确的是( B )
- A. 阿司匹林由21个原子构成
  - B. 阿司匹林中氢元素的质量分数最小
  - C. 阿司匹林中碳元素与氢元素的质量比为9 : 8
  - D. 阿司匹林的相对分子质量为180 g

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/385231131341012002>