

绪论单元测试

1

【单选题】(50分)

食物的作用包括有 ()

A.

提供人体需要营养

B.

具有一定保健功能

C.

可能包含其余选项一种或几种作用

D.

满足一定人的嗜好性

参考答案

C

2

【多选题】(50分)

现代健康人应具有特质包括 ()

A.

容易融入集体

B.

有正确判断力

C.

不生病

D.

心理阳光开朗

参考答案

ABCD

第一章测试

【单选题】 分

下列营养素不属于宏量营养素的是？

脂肪

维生素

碳水化合物

蛋白质

参考答案

B

【单选题】 分

EPA、DHA 的最好食物来源是

大豆油

深海鱼油

橄榄油

花生油

参考答案

B

【单选题】 分

下列能够发挥蛋白质互补作用的最佳搭配是



小米和大米



花生和大豆



大豆和奶粉



玉米和大豆

参考答案

D

【单选题】 分

核黄素缺乏时可以引起



牙龈萎缩



毛囊角化



脂溢性皮炎



周围神经炎

参考答案

C

【多选题】 分

食用菌脂肪的特点有

植物甾醇含量较高

脂质含量较低，但各种脂肪酸齐全

非饱和脂肪酸的含量远高于饱和脂肪酸的含量，且以亚油酸为主

富含维生素 C

参考答案

ABC

【多选题】 分

膳食纤维的生理功能包括

增强肠道功能，防止便秘

加快血糖生成反应

降低血液胆固醇含量、预防心血管疾病

控制体质量、有利于减肥

参考答案

ACD

【判断题】 分

只要吃足够多的饭菜，就可以满足人体所需全部维生素和矿物质。

对

错

参考答案

B

【判断题】 分

水、矿物质、维生素、脂肪、益生菌、酵素是人体必需的六种营养素。

对

错

参考答案

B

【判断题】 分

贫血建议补充营养素镁。

错

对

参考答案

A

【判断题】 分

毒蘑菇不属于食用菌范畴。

对

错

参考答案

B

第二章测试

【单选题】 分

东方膳食结构中以哪种为主食？

畜禽类

蔬菜水果类

豆类

谷物

参考答案

D

【单选题】 分

常吃富含淀粉和糖的素食反而可能会增加（）风险



升高胆固醇



高脂血症



粥样硬化



肾脏损伤

参考答案

D

【单选题】 分

哪些食物全部都是优质蛋白质来源？



虾肉，土豆，山药



鸡肉，鸡蛋，红薯



牛奶，酸奶，豆腐



牛肉，鱼肉，红豆

参考答案

C

【单选题】 分

典型地中海膳食模型中，哪种油脂占据重要地位？

橄榄油

菜籽油

花生油

大豆油

参考答案

A

【多选题】 分

合理营养包括哪些要点？

简约

适度

均衡

全面

参考答案

BCD

【多选题】 分

孕期应补充的营养素包括哪些？

维生素 B

铁和维生素 C

钙、碘

叶酸

参考答案

ABCD

【判断题】 分

早上空腹吃苹果完全没问题

错

对

参考答案

A

【判断题】 分

瓶装水不易久置，包装塑料瓶含有塑化剂等，也会在长时间或高温后出现塑料高分子材料的降解析出到水中



对



错

参考答案

A

【判断题】 分

乳酸菌虽然只是植物的原生微生物中的一小部分，但它们代表了最具有显著改善植物食品健康促进特性能力的重要微生物。



对



错

参考答案

A

【判断题】 分

对学龄儿童膳食指南是：保证吃好早餐；少吃零食，饮用清凉饮料，控制食糖摄入；重视户外活动。



对



错

参考答案

A

第三章测试

【单选题】 分

淀粉加热后的变化叫做



失活



糊化



老化



钝化

参考答案

B

【单选题】 分

软饮料大部分加（ ），过量会摄入会导致肥胖。



雌性激素



雄性激素



糖



添加剂

参考答案

C

【单选题】 分

用来预防食用配方奶粉的婴儿便秘，可以在配方奶粉中加入（）



膳食纤维



钙调蛋白



巴豆

巴豆



免疫球蛋白

参考答案

A

【单选题】 分

添加到酥饼中的芝麻是（）



非法添加物



食品加工助剂



食品添加剂



食品配料

参考答案

D

【单选题】 分

果单纯使用碳酸氢钠作为膨松剂来制作油条，可能的结果是（）



炸油条是油温不够高



油条发得太大



油条的保质期缩短



产气不足，油条发不起来

参考答案

D

【多选题】 分

冷冻食品适用范围



特殊药品



加工食品



热带水果



初级农产品

参考答案

ABD

【多选题】 分

微波加热特点

微波加热穿透能力弱

选择性加热

加热均匀、速度快

控制及时、反应灵敏

参考答案

BCD

【判断题】 分

生食鸡蛋可以治疗便秘，所以不需加热即可食用

错

对

参考答案

A

【判断题】 分

放在低温条件下的油脂不会氧化

对

错

参考答案

B

【判断题】 分

注意解冻时要快速通过最大冰晶带

对

错

参考答案

A

第四章测试

【单选题】 分

用盐酸水解法生产的酸水解植物蛋白调味液（化学酱油）中可能含有（ ）。

丙烯酰胺

杂环胺类化合物

氯丙醇

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/598044032024007003>