

# 公共营养学理论知识考核试题

## 一、选择题

1、人体的热能来源于膳食中蛋白质、脂肪和碳水化合物，它们在体内的产热系数分别为（ ）[单选题]\*

A、4kcal/g、9kcal/g、9kcal/g

B、4kcal/g、9kcal/g、4kcal/g✓

C、9kcal/g、4kcal/g、4kcal/g

D、4kcal/g、4kcal/g、4kcal/g

2、维生素 A 含量丰富的食物是（ ）[单选题]\*

A、鸡肝✓

B、猪肉

C、玉米

D、山药

3、一般成人饮食中碳水化合物的供能比为（ ）[单选题]\*

A、10%-15%

B、20%-30%

C、50%-55%

D、50%-65%✓

4、人体维生素 A 缺乏最早的症状是（ ）[单选题]\*

A、暗适应能力下降

B、夜盲

C、眼睛干燥✓

D、结膜混浊

5、引起老年人巨幼红细胞贫血的主要原因是 ( ) [单选题]\*

A、铁摄入不足

B、锌摄入不足

C、维生素 B12 缺乏✓

D、维生素 B6 缺乏

6、中国营养学会 2000 年修订的 DRIs 中建议孕中期到孕后期每日增加能量摄入量 ( ) [单选题]\*

A、0.63MJ ( 150Kcal )

B、0.84MJ ( 200Kcal ) ✓

C、1.05MJ ( 250Kcal )

D、1.46MJ ( 350Kcal )

7、学龄儿童应该合理食用各类食物，取得平衡膳食，一日中午餐热量占一日总热量的 ( ) [单选题]\*

A、25%

B、30%

C、35%

D、40%✓

8、地中海膳食结构的代表国家是 ( ) [单选题]\*

A、日本

B、发展中国家

C、美国、加拿大

D、意大利、希腊✓

9. 平衡膳食宝塔中建议每天蔬菜的摄入量是 ( ) ( ) [单选题]\*

- A、100-300 克
- B、200-500 克
- C、200-350 克
- D、300-500 克 ✓

10. UL 是 ( ) 的水平。 ( ) [单选题]\*

- A、日常摄取高限 ✓
- B、建议摄入
- C、低于 RNI
- D、低于 AI

11. 中国人传统的主要蛋白质食物来源是 ( ) [单选题]\*

- A、粮谷类
- B、蔬菜和水果
- C、豆类及豆制品 ✓
- D、动物性食物

12. 膳食调查中“标准人”折合系数的规定是 ( ) [单选题]\*

- A、体重 60kg 的成年女子从事轻体力劳动者，能量供给 2250kcal
- B、体重 65kg 的成年男子从事轻体力劳动者，能量供给 2250kcal
- C、体重 60kg 的成年男子从事轻体力劳动者，能量供给 2250kcal ✓
- D、体重 60kg 的成年男子从事轻体力劳动者，能量供给 2700kcal

13. 一般情况下，一个人吃 ( ) 为 1 个人日。 ( ) [单选题]\*

- A、午餐

- B、晚餐
- C、三餐✓
- D、四餐

14.下列关于 24h 回顾法的叙述，错误的是 ( ) ( ) [单选题]\*

- A、24h 一般是指被调查者从最后一餐吃东西开始向前推 24h
- B、24h 回顾调查法可用于小型的课题研究，但不适用于大型的全国膳食调查✓
- C、具体询问获得信息的方式有很多种，其中最典型的是使用开放式调查表面对面询问
- D、在实际工作中一般选用 3 天连续调查方法

15.人体体格测量中最重要的指标为 ( ) ( ) [单选题]\*

- A、头围
- B、皮褶厚度
- C、腰围和臀围
- D、身高和体重✓

16.婴幼儿胸围与头围大致相等的时间是 ( ) ( ) [单选题]\*

- A、6 个月
- B、2 岁
- C、1 岁✓
- D、出生

17.测量婴幼儿胸围时，皮下脂肪较厚的婴幼儿软尺应 ( ) ( ) [单选题]\*

- A、轻轻接触皮肤
- B、与皮肤接触稍紧些✓
- C、紧贴皮肤

D、与皮肤接触松弛一些

18.维生素 D 缺乏病主要发生的地区是 ( ) ( ) [单选题]\*

A、南方地区

B、热带地区

C、北方地区✓

D、日光照射充足地区

19.进行食谱营养评价时，应参照 ( ) 核算该食谱提供的能量和各种营养素的量是否达标。( ) ( ) [单选

题]\*

A、DRIs✓

B、食物成分表

C、RDAs

D、中国居民膳食平衡宝塔

20.为保证儿童蛋白质的摄入数量和质量，其中优质蛋白应占膳食总蛋白量的 ( ) ( ) [单选题]\*

A、50%

B、40%

C、30%✓

D、20%

21.膳食模式评价的依据是 ( ) [单选题]\*

A、中国居民平衡膳食宝塔✓

B、中国居民膳食营养素参考摄入量

C、地中海膳食模式

D、健康人群的膳食模式

22.在进行膳食结构评价计算豆类摄入量时,应按蛋白质的含量将( )折算成( )的量进行计算。( )( )

[单选题]\*

- A、黄豆;豆芽
- B、大豆;黄豆
- C、黄豆;大豆
- D、豆腐;黄豆✓

23.在进行能量食物来源计算时,常把食物分为( ) [单选题]\*

- A、谷类、豆类、薯类、动物性食品、纯热能食物五大类
- B、谷类、豆类、薯类、动物性食物和其他五大类
- C、谷类、豆类、薯类、动物性食品四大类
- D、谷类、豆类、薯类、动物性食品、纯热能食物和其他六大类✓

24.王某一天摄入蛋白质为 50.6g,脂肪为 65.0g,碳水化合物 220.3g,则王某一天总能量为( ) kcal

( ) [单选题]\*

- A、1789
- B、1560
- C、1788
- D、1669✓

25.《食物成分表 2022》中的食物编码有( )位。( ) [单选题]\*

- A、4
- B、5
- C、6✓
- D、7

26.通过标准化使体格测量的精确度和准确度均接近( ) [单选题]\*

- A、国际标准值
- B、估计值
- C、真值✓
- D、计算值

27.人体能量代谢的最佳状态是( ) [单选题]\*

- A、机体动用自身储备的能量以满足生命活动的需要
- B、摄入能量大于消耗能量
- C、摄入能量等于消耗能量✓
- D、摄入能量小于消耗能量

28.补钙的首选食物是( ) [单选题]\*

- A、绿色蔬菜
- B、豆类
- C、肉类
- D、奶类✓

29.以动物性食物为主的膳食结构存在的问题是( ) [单选题]\*

- 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

30.摄入脂肪时应注意脂肪中饱和脂肪酸、单不饱和脂肪酸和多不饱和脂肪酸比例为( )( ) [单选题]\*

- A、2:1:2

B、1:1:1✓

C、1:2:1

D、1:1:2

31.在测量婴幼儿身长时应注意 ( ) ( ) [单选题]\*

A、确保婴幼儿头顶至足跟成一条直线✓

B、防止孩子哭

C、不能用手扶婴幼儿

D、设法扣除衣物重量

32.如婴幼儿哭闹无法进行体重测量时可采用 ( ) 进行测量。( ) [单选题]\*

A、减差法✓

B、扣除衣物法

C、直接称重法

D、间接测量法

33.婴幼儿体重测量记录单位和数据保留小数点位数是 ( ) [单选题]\*

A、g;小数点后两位

B、kg;小数点后两位✓

C、g;小数点后一位

D、kg;小数点后一位

C、g;小数点后一位 D、kg;小数点后一位依赖于

34.婴幼儿头围测量软尺零点应固定在头部 ( ) [单选题]\*

A、枕骨粗隆

B、左侧眉弓上缘

C、右侧眉弓上缘✓

D、右侧眉弓下缘

35.婴幼儿胸围测量软尺零点应固定在被测婴幼儿 ( ) [单选题]\*

A、后背两肩胛下角下缘

B、胸前右侧乳头下缘✓

C、后背两肩胛下角上缘

D、胸前左侧乳头下缘

36、《食物成分表》中食物编码一共有 5 位。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确

B.错误✓

37、成人缺乏维生素 D 会导致佝偻病。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确

B.错误✓

38、健康人群每日摄入 6 克食盐即可满足机体对钠的需要。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确

B.错误✓

39、淀粉的能量折算系数为 4kcal/g。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确✓

B.错误

40、婴幼儿测量头顶至臀长和身长时可选择站立或仰卧。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确

B.错误✓

41、一般情况下，每日早、中、晚的餐次比为 3:4:3。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确✓

B.错误

42、皮褶厚度大于 40mm 是女性肥胖的界限。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确

B.错误✓

43、营养不良就是营养缺乏。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确

B.错误✓

44、植物性食物为主的膳食结构容易导致营养缺乏病。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确✓

B.错误

45、鸡蛋一天最多可以吃 2 个。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确

B.错误✓

46.充足合理的钙和维生素 D，是防止骨质疏松症的中心内容。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确✓

B.错误

47.蛋白质-能量营养不良主要危害老人、孕妇，很少危害婴幼儿。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确

B.错误✓

48.谷类是碳水化合物和 B 族维生素的良好来源。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确✓

B.错误

49.计算豆类摄入量时，各种豆制品需要折算成大豆的量，然后才能相加。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确✓

B.错误

50.纵向测量指标主要用来反映经济状况的影响。( ) ( ) [单选题]\*

A.正确

B.错误✓

## 测验

1.膳食纤维是 ( ) [单选题]\*

粗纤维

木质素

纤维素

非淀粉多糖✓

2.膳食中碳水化合物、蛋白质和脂肪在体内的产热系数分别为 ( ) [单选题]\*

4kcal/g、9kcal/g、9kcal/g

4kcal/g、9kcal/g、4kcal/g

9kcal/g、4kcal/g、4kcal/g

4kcal/g、4kcal/g、9kcal/g✓

3.关于基础代谢，下列叙述错误的是 ( ) [单选题]\*

肥胖人代谢率高

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/795333132134011102>