

公共营养师国家职业资格三级 2009 年 11 月辽宁省 理论知识

一.单项选择题 (第 26 题—第 85 题 , 每题 1 分 , 共 60 分)

26.能消化脂肪的是 (A)

A.胰液 B.唾液 C.小肠液 D.胃液

27.胃酸的作用 (C)

A.乳化脂肪 B.分解脂肪 C.分解蛋白质 D.分解淀粉

28.老刘日摄取 350g 碳水化合物 , 碳水化合物提供热量占全天热能的 65% , 则老刘全天摄取的总热量为 (A) Kcal

A.2154 B.2253 C.2099 D.2110

29.成人摄入混合膳食时 , 因食物特殊动力作用所消耗的能量约相当于基础代谢的 (B)

A.5% B.10% C.15% D.20%

30.对婴儿来讲 , 属于必须氨基酸的是 (D)

A.丙氨酸 B.丝氨酸 C.谷氨酸 D.组氨酸

31.蛋白质的互补作用是指 (C)

A.糖和蛋白质混合食用，以提高食物生物学价值的作用

B.脂肪和蛋白质混合食用，以提高食物生物学价值的作用

C.几种营养价值较低的蛋白质混合食用，以提高食物生物学价值的作用

D.糖，脂肪，蛋白质以维生素混合食用，以提高食物生物学价值的作用

32.计算蛋白质氨基酸模式时，以其含量为 1 的氨基酸是 (A)

A.色氨酸 B.牛磺酸 C.赖氨酸 D.组氨酸

33. (C) 中富含最理想的天然优质蛋白质。

A.牛奶 B.牛肉 C.鸡蛋 D.鱼肉

34.目前认为膳食饱和脂肪酸应低于总能量的 (C)

A.5% B.7% C.10% D.15%

35. (C) 中胆固醇含量最高

A.猪肉 B.猪肝 C.猪脑 D.猪胆肝

36.牛奶中的碳水化合物是 (C)

A.麦芽糖 B.蔗糖 C.乳糖 D.葡萄糖

37.容易引起龋齿的食物是 (B)

A.蔬菜 B.饼干 C.猪肉 D.水果

38.大脑主要能量来源是 (B)

A.脂肪酸 B.葡萄糖 C.半乳糖 D.氨基酸

39.减肥期间，脂肪组织分解所释放的脂肪酸，不能作为 (B) 能量使用

A.肌肉 B.脑 C.肝 D.肾

40.饮用牛奶后，常引起肠胃不适、胀气、痉挛、腹泻等不良反应，主要原因 (B)

A.淀粉酶缺乏或活性降低 B.乳糖酶缺乏或活性降低

C.脂肪酶缺乏 D.蛋白质酶缺乏

41.膳食纤维对 (D) 作用不明显

A.降血糖 B.降血脂 C.防便秘 D.降血压

42.胃炎患者的饮食应 (D)

A.粗杂粮 B.高纤维蔬菜 C.烟酒 D.低渣软食

43.引起促胰液素释放的最强物质是 (B)

A.蛋白质分解产物 B.盐酸 C.脂肪分解产物 D.葡萄糖

44.大豆中不能被人体消化吸收的碳水化合物有 (D)

A.淀粉 B.半乳糖 C.阿拉伯糖 D.水苏糖

45.混溶钙池是指 (D)

A.骨骼钙 B.牙齿中的钙 C.毛发中的钙 D.软组织、细胞外液和血液中的钙

46.下列关于铁的叙述不正确的是 (B)

A.植物来源的铁较动物来源者难吸收 B.三价铁较二价铁易吸收

C.维生素 C 有保护铁的作用 D.铁是血红素的成分

47.贫铁食物是 (C)

A.鱼类 B.动物内脏 C.牛奶 D.肉类

48.营养教育是通过改变人们 (C) 而达到改善营养状况的一种有目的、有计划的活动

A.生活方式 B.运动方式 C.饮食行为 D.心理平衡

49.非血红素铁吸收率为 (D)

A.1% B.20% C.30% D.5%

50.植物性食物中铁的主要存在形式是 (B)

A.血红素铁 B.非血红素铁 C.血红素铁和非血红素铁 D.功能性铁

51.青春期性发育迟缓的可能原因是缺乏 (C)

A.钙 B.维生素 A C.锌 D.碘

52.味觉减退或有异食癖可能是由于缺乏 (A)

A.锌 B.铬 C.硒 D.钙

53.关于硒的生理功能，以下描述不正确的是 (C)

A.调节甲状腺激素代谢 B.甲基化硒化物可抑制癌细胞生长

C.活化各种酶系 D.可能有抗肿瘤作用

54.具有消除体内自由基和过氧化物作用的营养素是 (C)

A.钙 B.铁 C.硒 D.碘

55.下列何种矿物质有助于血红素的形成 (B)

A.碘 B.铜 C.钙 D.钠

56.水溶性维生素摄入过多时 (B)

A.可在体内大量贮存 B.可经尿液排出体外

C.极易引起中毒 D.通过胆汁缓慢排出体外

57.对于肠道吸收的维生素 AD 和胡萝卜素来说，下列哪种物质是必须的（ B ）

A.盐酸 B.胆盐 C.脂肪酶 D.胆固醇

58.在体内可转化为维生素 A 的是（ B ）

A.维生素 E B.胡萝卜素 C.维生素 D D.不饱和脂肪酸

59.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 ）

A.维生素 A B.维生素 D C.维生素 C D.维生素 E

60.可作维生素 D 体内的营养状况鉴定的指标是（ A ）

A.25-(OH)D₃ B.1,25-(OH)₂D₃ C.VitD₃ D.1-(OH)D₃

61.维生素 E 又叫生育酚，其中活性最强的是（ A ）

A.α生育酚 B.β生育酚 C.γ生育酚 D.δ生育酚

62.体内维生素 E 营养状况的常用指标是（ A ）

A.α生育酚 B.β生育酚 C.γ生育酚 D.δ生育酚

63.维生素 B1 在体内参与何种辅酶的构成 (A)

A.焦磷酸硫胺素 B.黄素单核苷酸 C.辅酶 II D.磷酸吡哆醛

64.维生素 B1 以辅酶的形式参与 (D)

A.蛋白质代谢 B.脂肪代谢 C.氨基酸代谢 D.糖代谢

65.暗黑色的瓶装奶是为了防止何种维生素后破坏 (D)

A.维生素 A B.维生素 C C.维生素 D D.维生素 B2

66.赖皮病是由于缺乏 (D) 所致。

A.维生素 C B.维生素 B1 C.维生素 B2 D.尼克酸

67.胎儿神经管畸形，与何种营养素缺乏有关 (C)

A.铁 B.钙 C.叶酸 D.维生素 E

68.大剂量服用维生素 C 可能引起 (C)

A.机体抵抗力下降 B.脂肪吸收增加 C.腹泻 D.坏血病

69.下列哪些操作，不适宜保存蔬菜中的维生素 (B)

A.洗菜：要先洗后切

B.浸泡：切好的菜要浸泡半天以去除农残

C.切菜：要随切随炒，切忌切好后就置

D.烹饪：烹调蔬菜时适当加点醋，可以减少维生素 C 的损失

70.母乳中含量最低的营养素 (D)

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

71.当老年人某种营养素摄入量达到 EAR 水平，那就意味着 (A)

A.他缺乏这种营养素的概率是 0.5

B.他缺乏这种营养素的概率是 1.0

C.他缺乏这种营养素的概率是 0

D.都不对

72.用称重法进行膳食摄入量调查比较准确，一般调查时间为 (A) 天

A.3—7 B.10—15 C.15—30 D.90—180

73.从市场上购买的苹果，回家后去除 50g 不可食部分，还留有 250g 可吃的部分，则苹果的废弃率是 (B)

A.20% B.16.7% C.80% D.83.3%

74.如果要在固体食物标签上标为“低能量食物”，则其能量的含量应（ C ）

A.≤80KJ/100g B. ≤150 KJ/100g C. ≤170 KJ/100g D. ≤200 KJ/100g

75.食物营养标签营养成分表中蛋白质的含量标示应（ B ）

A.保留整数 B.保留 1 位小数 C.保留 2 位小数 D.都可以，根据蛋白质的含量而定

76.胃肠型食物中毒的主要治疗措施（ D ）

A.及早使用抗菌药物 B.洗胃、灌肠

C.及早应用多价抗毒血清 D.根据患者情况及时补充液体

77.下列能引起血性腹泻的细菌为（ A ）

A.侵袭性大肠杆菌、变形杆菌 B.肠出血性大肠杆菌、金黄色葡萄球菌

C.肠出血性大肠杆菌、副溶血性弧菌 D.沙门菌、金黄色葡萄球菌

78.引起胃肠型食物中毒的最常见细菌为（ D ）

A.变形杆菌 B.大肠杆菌 C.金黄色葡萄球菌 D.沙门菌

79.运动饮料摄入的适宜温度为（ D ）

A.0-6°C B.8-14°C C.20-25°C D.25-30°C

80.洋葱所含的环蒜氨酸含硫氨基酸等化合物，能溶解血栓，抑制高脂饮食引起的（ D ）升高，改善动脉粥样硬化。

A.血压 B.血糖 C.血脂 D.胆固醇

81.目前食品工业中应用最普遍的食品保藏法（ A ）

A.冷冻保藏 B.烟熏保藏 C.辐照保藏 D.高压保藏

82.下列哪种营养素可阻断体内亚硝胺的合成（ C ）

A.蛋白质 B.维生素 D C.维生素 E D.维生素

83.腌制蔬菜中亚硝酸盐含量在（ A ）

A.7-8 天达到高峰 B.7-8 天降至最低 C.7-8 天开始增加 D.7-8 天明显减少

84.某集体食堂发生食物中毒，患者出现头晕头痛、心悸胸闷、颜面及皮肤潮红、无畏寒发热等症状，有一例出现喉头水肿。饮食调查发现：主食为 M 饭，副食有鲐鱼、菜花、猪肉。最可能那种食物导致的中毒（ B ）

A.M 饭 B.鲐鱼 C.菜花 D.猪肉

85.生理盲点测定可用于评价（ D ）的营养状况。

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/976141235223010045>