

全国 2016 年 4 月高等教育自学考试

食品营养学试题

课程代码 :00988

请考生按规定用笔将所有试题的答案涂、写在答题纸上。

选择题部分

注意事项：

1. 答题前，考生务必将自己的考试课程名称、姓名、准考证号用黑色字迹的签字笔或钢笔填写在答题纸规定的位置上。

2. 每小题选出答案后，用 2B 铅笔把答题纸上对应题目的答案标号涂黑。如需改动，用橡皮擦干净后，再选涂其他答案标号。不能答在试题卷上。

一、单项选择题（本大题共 25 小题，每小题 1 分，共 25 分）

在每小题列出的四个备选项中只有一个符合题目要求的，请将其选出并将“答题纸”的相应代码涂黑。错涂、多涂或未涂均无分。

1. 以下说法正确的是

- A. 国民身体素质对提高国力没有影响
- B. 营养只会对儿童的智力发育产生影响
- C. 生活水平提高了，我国就不存在营养缺乏症
- D. 母亲的营养状况直接影响胎儿的健康

2. 三大产能营养素的净能量系数为

- A. 糖类 4 千卡 / 克，脂肪 9 千卡 / 克，蛋白质 4 千卡 / 克
- B. 糖类 9 千卡 / 克，脂肪 4 千卡 / 克，蛋白质 4 千卡 / 克
- C. 糖类 4 千卡 / 克，脂肪 4 千卡 / 克，蛋白质 9 千卡 / 克
- D. 糖类 9 千卡 / 克，脂肪 9 千卡 / 克，蛋白质 4 千卡 / 克

3. 食物成分表显示某食物每 100 克含蛋白质 25 克，则该食物中氮含量为

- A. 1 克
- B. 2 克
- C. 3 克
- D. 4 克

4. 有关食物脂类的营养价值以下说法正确的是
- A. 奶油富含维生素 A 和维生素 D, 且容易消化, 可以多吃
 - B. 猪油含饱和脂肪酸、胆固醇高、不易消化, 因此不应摄入
 - C. 植物油的质量比动物脂肪高, 因此在生活中应只吃植物油而不吃动物油
 - D. 日常生活中不应过分强调少吃动物脂肪也不宜过分增加植物油的量
5. “克山病”患者缺乏的矿物质是
- A. 锌
 - B. 碘
 - C. 氟
 - D. 硒
6. 会引起死亡的失水比例是失水量超过体重的
- A. 5%
 - B. 10%
 - C. 15%
 - D. 20%
7. 蔬菜中不能提供的营养素是
- A. 维生素 A
 - B. 胡萝卜素
 - C. 维生素 C
 - D. 叶酸
8. 以下膳食安排中符合同类互换原则的是
- A. 大豆与蔬菜互换
 - B. 鱼肉与虾互换
 - C. 大米与绿豆互换
 - D. 牛奶与米粉互换
9. “克汀病”是因为缺乏
- A. 铁
 - B. 锌
 - C. 碘
 - D. 钙
10. 可以降低血脂水平的维生素是
- A. 维生素 B₁
 - B. 维生素 B₂
 - C. 维生素 C
 - D. 维生素 D
11. 摄入后引起血糖水平升高最显著的糖类物质是
- A. 单糖
 - B. 淀粉
 - C. 寡糖
 - D. 可溶性膳食纤维
12. 谷类及其制品中含量最丰富的营养素种类是
- A. 糖类
 - B. 蛋白质
 - C. 脂肪
 - D. 矿物质
13. 以下豆类又被称作“淀粉类干豆”的是
- A. 黄豆
 - B. 黑豆
 - C. 青豆
 - D. 赤豆
14. 大豆中含有的具有抗肿瘤、抗骨质疏松作用的生物活性物质是
- A. 大豆皂苷
 - B. 异黄酮
 - C. 低聚糖
 - D. 卵磷脂

15. 与普通豆腐相比，内酯豆腐中含量明显较低的矿物质是
A. 铁元素 B. 钙元素
C. 锌元素 D. 硒元素
16. 发酵豆制品经微生物作用营养价值发生的改变不包括
A. 新产生维生素 B₁₂ B. 植酸生成增多
C. 钙、铁、锌等元素吸收率提高 D. 蛋白质消化吸收率提高
17. 植物油经氢化处理后发生的改变不包括
A. 不饱和程度提高 B. 必需脂肪酸含量下降
C. 产生反式脂肪酸 D. 从液态变为半固态或固态
18. 制作方便面的过程中将刚糊化的淀粉迅速骤冷脱水的目的在于
A. 防止发生羰氨反应 B. 防止发生水解反应
C. 阻止淀粉老化 D. 阻止焦糖化反应
19. 蔗糖加热至 150~200℃时可迅速脱水缩合生成可溶性黑褐色色素物质，此类反应被称为
A. 羰氨反应 B. 糊化作用
C. 淀粉老化 D. 焦糖化反应
20. 关于食物成分表中“食部”的描述错误的是
A. 食物的食部可在食物成分表中查阅
B. 指食物中可吃部分重量占总重量的百分比
C. 一种食物的可食部比例是固定不变的
D. 计算营养素含量时应将不可食部分扣除
21. 通过查阅食物成分表得知，马铃薯（土豆，洋芋）的食部为 94。从菜市场买来 500 克马铃薯，在计算马铃薯营养素含量时，应该使用的重量为
A. 94 克 B. 406 克
C. 470 克 D. 500 克
22. 某青年男性膳食调查结果显示，全天总能量摄入充足，碳水化合物供能比例为 75%。据此判断其碳水化合物摄入
A. 偏少 B. 正常
C. 偏多 D. 无法确定
23. 对于膳食调查以下说法不正确的是
A. 最好每季度进行一次调查
B. 任何时候都必须按四个季节进行调查
C. 在特殊需要了解某一段时期内的营养素摄入量时，调查也可只在该时间段内进行
D. 一般说来，调查日数不应少于 5 日，也可根据具体情况延长或缩短

24. 临床体格检查中发现小王存在皮下出血点，他可能缺乏的维生素为

- A. 维生素 A B. 烟酸
C. 维生素 C D. 尼克酸

25. 人体营养水平的生化检测中，可采用尿液样本进行评估的营养素是

- A. 脂质 B. 水溶性维生素
C. 脂溶性维生素 D. 铁

二、多项选择题（本大题共 5 小题，每小题 2 分，共 10 分）

在每小题列出的五个备选项中至少有两个是符合题目要求的，请将其选出并将“答题纸”的相应代码涂黑。错涂、多涂、少涂或未涂均无分。

26. 以下食物中富含脂类的有

- A. 猪油 B. 菜油
C. 花生油 D. 坚果类
E. 苹果

27. “坏血病”的症状包括

- A. 出血 B. 骨骼改变
C. 贫血 D. 免疫功能降低
E. 夜盲

28. 以下属于肥胖危险因素的有

- A. 遗传因素 B. 植物性食物为主的膳食模式
C. 体力活动过少 D. 在外就餐频率增加
E. “富裕型”膳食结果

29. 以下有关成酸性食品的叙述正确的有

- A. 是指有酸味的食品 B. 含较多硫、磷等非金属元素的食物
C. 含较多钙、镁等金属离子的食物 C. 肉类、鱼类、精制谷物属于成酸性食品
E. 柑橘类水果是成酸性食品

30. 影响食物生物利用率的因素包括

- A. 食物消化率 B. 食物营养素存在形式
C. 食物中其他成分共存状态 D. 人体营养需要状况
E. 切碎的菠菜有利于钙吸收

非选择题部分

注意事项：

用黑色字迹的签字笔或钢笔将答案写在答题纸上，不能答在试题卷上。

三、填空题（本大题共 5 小题，每小题 2 分，共 10 分）

31. 人体水的三个来源中，由糖类、蛋白质、脂肪在体内氧化分解时产生的水是变动范围最小的部分，被称为_____水。
32. 小儿营养不良 2 度是指体重低于正常同龄儿平均值的_____%，身高低于正常。
33. 慢性病的第二级预防即_____，_____，早治疗。
34. 在计算食物营养素摄入量时，还应充分考虑可能造成营养素损失的影响，包括食物加工过程中的损失、烹调过程中的损失和_____造成的损失。
35. 人体测量的目的是通过个体生长发育情况了解其营养状况，最常用的测量项目是身高、体重和_____。

四、名词解释题（本大题共 5 小题，每小题 3 分，共 15 分）

36. 限制氨基酸
37. 血糖生成指数
38. 新资源食品
39. 转基因食品
40. 膳食调查称重法

五、简答题（本大题共 4 小题，每小题 5 分，共 20 分）

41. 简述植物性食物中不利于钙吸收的因素及作用。
42. “食物多样，谷类为主”中提出的食物多样，主要是指哪几大类食物？（每类请举例说明）
43. 简述豆类食物中的抗营养因素，以及应采取什么措施以减少抗营养因素的不利作用。
44. 乳饮料可分为哪两类？简述各自的营养价值特点。

六、论述题（本大题共 2 小题，每小题 10 分，共 20 分）

45. 小张父母均为高血压患者，请为小张家提出饮食指导原则。
46. 小王，男性，28 岁，健康管理机构对其进行了膳食调查，结果见题 46 表。

食物蛋白质来源分布

蛋白质类别		摄入量 (g)	占总膳食蛋白质百分比 (%)	推荐标准
粮谷类		45	①	/
优质蛋白 质	动物蛋白质	15	②	⑤
	大豆类蛋白质	6	③	
其它		7	④	/
合计		73	100	75g

题 46 表

(1) 请完善题 46 表中空缺栏目内容，并将结果按编号答出。

(2) 根据计算结果对小王膳食蛋白质来源作出评价。