

2023 年公共营养师之三级营养师综合检测试卷 A 卷 含答案

单选题（共 50 题）

1、酪氨酸在体内可由哪种氨基酸转化而成（ ）。

- A.色氨酸
- B.赖氨酸
- C.苯丙氨酸
- D.蛋氨酸

【答案】 C

2、牙龈炎及出血，可能是哪种维生素摄入不足（ ）。

- A.维生素 B2
- B.维生素 A
- C.烟酸
- D.维生素 C

【答案】 D

3、中国营养学会建议孕妇在孕中、晚期的能量摄入量每日应增加（ ）。

- A.100
- B.200
- C.300
- D.400

【答案】 B

4、谷类蛋白质含量一般为（ ）。

A.<1%

B.7%~12%

C.10%~20%

D.20%~36%

【答案】 B

5、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（ ） kcal。

A.2154

B.2253

C.2099

D.2110

【答案】 A

6、促进非血红素铁吸收的因素（ ）。

A.茶叶

B.磷酸

C.多糖

D.肉因子

【答案】 D

7、癞皮病是由于缺乏（ ）。

A.维生素 C

B. 维生素 B1

C. 维生素 B2

D. 尼克酸

【答案】 D

8、真空冷却多用于表面大的叶蔬菜，冷却的温度一般在（ ）℃为最佳温度。

A. 2—3

B. 4—5

C. 5.5—6

D. 6—7

【答案】 A

9、为阻断仲胺和亚硝酸盐合成亚硝胺，应同时给予何种物质（ ）。

A. 维生素 B12

B. 叶酸

C. 维生素 B2

D. 维生素 C

【答案】 D

10、正常人血糖浓度为（ ）mmol/l。

A. 2.9—4.1

B. 3.9—5.1

C. 3.9—6.1

D.4.9—6.1

【答案】 C

11、谷粒中含 B 族维生素较多的部位是（ ）。

A.谷皮

B.糊粉层

C.胚乳

D.胚芽

【答案】 B

12、目前确定的必需脂肪酸是（ ）。

A.亚油酸、花生四烯酸、 α -亚麻酸

B.亚油酸、 α -亚麻酸

C.亚油酸、花生四烯酸

D. α -亚麻酸、花生四烯酸

【答案】 B

13、中国营养学会建议的我国居民成人叶酸膳食参考摄入量 RNI 为（ ）
 $\mu\text{gDFE/d}$

A.350

B.380

C.400

D.450

【答案】 C

14、以下属于成酸性食品的是（ ）。

- A.洋葱
- B.蛋黄
- C.柠檬
- D.茶叶

【答案】 B

15、正常人群一般不会发生钾的缺乏，缺钾的原因可能有（ ）。

- A.频繁的呕吐、腹泻
- B.含钾的保健品吃的太少
- C.不喜欢吃动物性食物
- D.肾功能不全少尿期

【答案】 A

16、中国学者发现缺（ ）是克山病的一个重要致病因素，而克山病的主要特征是心肌损害。

- A.硒
- B.维生素 B1
- C.碘
- D.核黄素

【答案】 A

17、幼儿膳食中脂肪应占总能量的（ ）。

A.15~25%

B.20~30%

C.25~35%

D.30~35%

【答案】 C

18、中国学者发现缺（ ）是克山病的一个重要致病因素，而克山病的主要特征是心肌损害。

A.硒

B.维生素 B1

C.碘

D.核黄素

【答案】 A

19、婴幼儿胸围与头围大致相等的时间是（ ）。

A.6 月

B.2 岁

C.1 岁

D.出生

【答案】 C

20、谷类中第 1 限制氨基酸是哪一种（ ）。

A.蛋氨酸+胱氨酸

B.赖氨酸

C.色氨酸

D.苏氨酸

【答案】 B

21、维生素 E 的合成场所为（ ）。

A.动物脂肪组织

B.骨骼肌

C.动物肝脏

D.植物

【答案】 C

22、普通成人适宜的运动强度是（ ）。

A.轻度

B.中度

C.重度

D.极重度

【答案】 B

23、暗黑色的瓶装奶是为了防止何种维生素被破坏（ ）。

A.维生素 A

B.维生素

C.维生素

D.维生素 B2

【答案】 D

24、人体必需微量元素包括（ ）。

- A.硫、铁、氯
- B.碘、钴、氟
- C.铁、铬、钴
- D.钙、锌、碘

【答案】 C

25、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（ ）。

- 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

【答案】 B

26、膳食模式评价的依据是（ ）。

- A.中国居民膳食指南
- B.NRVs
- C.DRIs
- D.中国居民平衡膳食宝塔

【答案】 D

27、真空冷却多用于表面大的叶蔬菜，冷却的温度一般在（ ）℃为最佳温度。

A.2—3

B.4—5

C.5.5—6

D.6—7

【答案】 A

28、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（ ）。

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

【答案】 B

29、胃炎患者的饮食应（ ）。

A.粗杂粮

B.高纤维蔬菜

C.烟酒

D.低渣软食

【答案】 D

30、哪种保健功能卫生部不受理和批准（ ）。

A.抗疲劳

B.辅助抑制肿瘤，防癌

减肥

D.调节血脂

【答案】 B

31、非血红素铁吸收率为（ ）。

A.1%

B.20%

C.30%

D.5%

【答案】 D

32、下列关于孕妇对碘的需要叙述错误的是（ ）。

A.缺碘地区孕妇甲状腺肿的发病率增高

B.孕妇缺碘还可导致胎儿甲状腺功能低下，影响大脑的正常发育和成熟

C.孕妇孕期缺碘会导致克山病

D.孕期缺碘可致婴儿缺碘，其表现为智力低下、生长迟缓、聋鸣等

【答案】 C

33、食品腐败变质的鉴定一般采用感官、物理、化学和（ ）四个方面的指标。

A.货架时间

B.加工方式

C.微生物

D.食品性质

C

34、目前确定的必需脂肪酸是（ ）。

A.亚油酸、花生四烯酸、 α -亚麻酸

B.亚油酸、 α -亚麻酸

C.亚油酸、花生四烯酸

D. α -亚麻酸、花生四烯酸

【答案】 B

35、下列哪项法规对预包装食品的相关术语、基本要求等进行了规定（ ）。

A.《食品卫生法》

B.《预包装食品通则》

C.《食品包装使用规范》

D.《预包装食品标签通则》

【答案】 B

36、亚油酸是（ ）。

A.n—3 系脂肪酸

B.n—6 系脂肪酸

C.n—7 脂肪酸

D.n—9 系脂肪酸

【答案】 B

、低蛋白饮食就是指每日膳食中的蛋白质含量为（ ）。

- A.占全天总能量的 10%
- B.<60g
- C.<40g
- D.饮食中几乎不含蛋白质

【答案】 D

38、食物的消化吸收的主要场所是（ ）。

- A.胃
- B.口腔
- C.小肠
- D.大肠

【答案】 C

39、社区常见的营养问题不包括下列哪项（ ）。

- A.缺铁性贫血
- B.营养不良
- C.肥胖
- D.意外伤害

【答案】 D

40、我国水产品中的寄生虫主要是（ ）。

- A.囊虫和旋毛虫
- B.肝吸虫和肺吸虫

肝吸虫和旋毛虫

D.肺吸虫和囊虫

【答案】 B

41、谷类中的维生素主要以（ ）为主。

A.维生素 A

B.维生素 B

C.维生素 C

D.维生素 D

【答案】 B

42、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（ ）。

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

【答案】 B

43、青春发育期的女孩应常吃何种食物以增加碘的摄入（ ）。

A.牛奶

B.瘦肉

C.海产品

D.蔬菜

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/918031012005006023>