

公共营养师职业资格考前辅导系列

圣才学习网
www.100xuexi.com

公共营养师

(国家职业资格三级)

过关必做习题集(含历年真题)

主编：圣才学习网
www.100xuexi.com

赠 圣才学习卡20元

国家职业资格考试网 www.100zyzg.com
圣才学习网 www.100xuexi.com

-44

中国石化出版社

HTTP://WWW.SINOPEC-PRESS.COM

教·育·出·版·中·心

2019年11月出版

ISBN 978-7-111-62411-1

公共营养师

国家职业技能等级 三级

职业技能学习题库（含历年真题）

主编：王洪涛
副主编：王洪涛

中国劳动社会保障出版社

（北京）

100013

中国劳动社会保障出版社

www.cslp.com.cn

公共营养师职业资格考试辅导系列

公共营养师
(国家职业资格三级)
过关必做习题集(含历年真题)

主编：圣才学习网

www.100xuexi.com

中国石化出版社

内 容 提 要

本书是公共营养师职业资格考试科目“公共营养师(国家职业资格三级)”的过关必做习题集。全书由两个部分组成:第一部分是依据最新指定教材《国家职业资格培训教程—公共营养师(国家职业资格三级)》章目编排的章节配套习题与详解,共分6章;第二部分为模拟试题,包括3套精心编制的模拟试题。本书遵循最新国家职业标准和大纲的要求,在分析教材和各个省市历年真题的基础上编写习题,所选习题包括:(1)辽宁、江苏等省近年的公共营养师(三级)资格鉴定考试真题;(2)根据教程的难点和考点改编而成的习题;(3)参考市场上所有有关公共营养师的复习资料(包括网络)整理而成的习题。所选习题基本涵盖了职业标准和大纲规定需要掌握的知识内容,同时对大部分习题的答案进行了详细的分析和说明。

圣才学习网/国家职业资格考试网(www.100zyzg.com)提供公共营养师名师网络班与面授班(随书配有圣才学习卡,网络班与面授班的详细介绍参见本书最后内页)。本书和配套网络班、面授班特别适用于参加公共营养师职业资格考试的考生,也可供其他从事相关工作的专业人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

公共营养师(国家职业资格三级)过关必做习题集:
含历年真题/圣才学习网主编. —北京:中国石化出
版社,2010.4
(公共营养师职业资格考试辅导系列)
ISBN 978-7-5114-0337-7

I. ①公… II. ①圣… III. ①营养学-医药卫生人员
-资格考核-习题 IV. ①R151-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第035996号

未经本社书面授权,本书任何部分不得被复制、抄袭,或者
以任何形式或任何方式传播。版权所有,侵权必究。

中国石化出版社出版发行

地址:北京市东城区安定门外大街58号

邮编:100011 电话:(010)84271850

读者服务部电话:(010)84289974

<http://www.sinopec-press.com>

E-mail: press@sinopec.com.cn

北京科信印刷厂印刷

全国各地新华书店经销

*

787×1092毫米16开本15.25印张360千字

2010年4月第1版 2010年4月第1次印刷

定价:30.00元

《公共营养师职业资格考试辅导系列》

编 委 会

主编：圣才学习网(www.100xuexi.com)

编委：吕占强 李 静 杨 云 张超燕 董玉云
李师贤 高昌场 于合雪 广程国 李亚歌
陈夫好 吴士润 何市才 李阿合 安德付
苗光间 华 奇 宋旅美 张和奇 方春格

序 言

为了帮助考生顺利通过公共营养师职业资格考试，我们根据最新公共营养师国家职业标准和指定教材编写了公共营养师职业资格考试辅导系列：

1. 《公共营养师(基础知识)过关必做习题集(含历年真题)》
2. 《公共营养师(国家职业资格四级)过关必做习题集(含历年真题)》
3. 《公共营养师(国家职业资格三级)过关必做习题集(含历年真题)》

本书是公共营养师职业资格考试科目“公共营养师(国家职业资格三级)”的过关必做习题集。全书由两个部分组成：第一部分是依据最新指定教材《国家职业资格培训教程—公共营养师(国家职业资格三级)》章目编排的章节配套习题与详解，共分6章；第二部分为模拟试题，包括3套精心编制的模拟试题。本书遵循最新国家职业标准和大纲的要求，在分析教材和各个省市历年真题的基础上编写习题，所选习题包括：(1)辽宁、江苏等省近年的公共营养师(三级)资格鉴定考试真题；(2)根据教程的难点和考点改编而成的习题；(3)参考市场上所有有关公共营养师的复习资料(包括网络)整理而成的习题。所选习题基本涵盖了职业标准和大纲规定需要掌握的知识内容，同时对大部分习题的答案进行了详细的分析和说明。

需要特别说明的是：如果相关法律法规、考试大纲以及其他考试资料发生变化，我们会及时根据最新考试大纲对本书进行修订和说明，读者可以登陆国家职业资格考试网(www.100zyzg.com)查看并下载相关修订部分。本书参考了众多的配套资料和相关参考书，书中错误、遗漏不可避免，敬请指正和提出建议。

圣才学习网(www.100xuexi.com)是一家为全国各类考试和专业课学习提供名师网络班与面授班、历年真题详解等各类复习资料的综合性大型网站，包括圣才考研网、国家职业资格考试网、中华英语学习网、中华证券学习网、中华管理学习网等50个子网站。

国家职业资格考试网是一家为全国各类职业资格提供全套复习资料的专业性网站。职业资格包括医药卫生类、能力测评类、材料与能源类、资源与测绘类、水利类、交通运输类、生化与药品类、旅游类、环保气象安全类、法律类、文化教育类、农林牧渔类、公共事业类、土建类、轻纺食品类、电子

计算机类、外语考试类、制造类、艺术设计传媒类、财经类、公安类等 200 多种职业资格考试。每种考试都设置有为考生和学习者提供一条龙服务的资源，包括：网络班与面授班、在线考试、历年真题详解、专项练习、笔记讲义、视频课件、学术论文等。

圣才考研网(www.100exam.com)是圣才学习网旗下的考研专业网站，是一家提供全国各个高校考研考博历年真题(含答案)、名校热门专业课笔记讲义及其他复习资料、网上辅导课程(专业课、经典教材)等全套服务的大型考研平台。

圣才学习网/国家职业资格考试网(www.100zyzg.com)提供公共营养师名师网络班与面授班(随书配有圣才学习卡，网络班与面授班的详细介绍参见本书最后内页)。公共营养师等各种国家职业资格考试网名师网络班与面授班、历年真题、在线考试等增值服务，详情请登录网站：

圣才学习网 www.100xuexi.com

国家职业资格考试网 www.100zyzg.com

圣才考研网 www.100exam.com

圣才学习网编辑部

目 录

第一部分 指定教材章节配套习题与详解

第1章 膳食调查和评价	(1)
第1节 食物摄入量调查	(1)
第2节 膳食调查结果的计算与评价	(13)
第2章 人体营养状况测定和评价	(28)
第1节 人体体格测定	(28)
第2节 实验室指标收集和判断	(37)
第3节 营养不良的症状和体征判别	(43)
第3章 营养咨询和教育	(59)
第1节 营养与食品安全知识咨询	(59)
第2节 营养教育	(73)
第4章 膳食指导和评估	(87)
第1节 营养和食物需要目标设计	(87)
第2节 食谱编制	(94)
第3节 食谱营养评价和调整	(100)
第5章 食品营养评价	(113)
第1节 食品营养标签的制作	(113)
第2节 食品营养价值分析	(125)
第3节 食品营养资料编辑	(142)
第6章 社区营养管理和干预	(148)
第1节 营养与健康信息的收集	(148)
第2节 营养与健康档案的建立和管理	(156)
第3节 营养干预方案设计和实施	(163)

第二部分 模拟试题

公共营养师(国家职业资格三级)模拟试题(一)	(172)
答案及详解	(181)
公共营养师(国家职业资格三级)模拟试题(二)	(193)
答案及详解	(203)
公共营养师(国家职业资格三级)模拟试题(三)	(214)
答案及详解	(224)

次总数 × 晚餐餐次比 = 40 × 30% + 50 × 40% + 30 × 30% = 41 人日。

7. 下列关于 24h 回顾法的叙述, 错误的是()。
- 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, 其中最典型的方法是使用开放式调查表进行面对面的询问
 - D. 在实际工作中一般选用 3 天连续调查方法

【答案】B

【解析】无论是大型的全国膳食调查, 还是小型的研究课题, 都可以采用 24h 回顾法来评估个体的膳食摄入情况。

8. 膳食史法是一种()的调查方法。
- A. 费用较高
 - B. 具体
 - C. 抽象
 - D. 形象

【答案】C

【解析】与 24h 回顾法相比, 膳食史法是一种抽象的方法, 进行这样的调查需要营养专家的指导。

9. 我国开展的四次全国营养调查中, 均采用()进行膳食摄入量调查。
- A. 记账法
 - B. 称重法
 - C. 24h 回顾法
 - D. 称重记账法

【答案】D

【解析】称重记账法是称重法和记账法相结合的一种膳食调查方法。这种膳食调查方法兼具了称重法的准确和记账法的简便, 是目前应用非常广泛的一种膳食调查方法。在我国开展的四次全国营养调查中, 均采用了该方法。

10. 在计算标准人折合系数时, 是以()为标准人。
- A. 体重 60kg 从事轻体力劳动的成年男子
 - B. 体重 65kg 从事轻体力劳动的成年男子
 - C. 体重 60kg 从事轻体力劳动的成年女子
 - D. 体重 60kg 从事中体力劳动的成年男子

【答案】A

【解析】标准人折合系数的计算方法是以体重 60kg 成年男子从事轻体力劳动者为标准人, 以其能量供给量 10.03MJ(2400kcal)作为 1, 其他各类人员按其能量推荐量与 10.03MJ 之比得出各类人的折合系数。

11. 一个 20 岁的中体力活动男子的标准人系数是()。
- A. 1.33
 - B. 1.0
 - C. 1.21
 - D. 1.13

【答案】D

【解析】中国居民能量参考摄入量及标准人系数如表 1-1 所示。

表 1-1 中国居民能量参考摄入量及标准人系数

年龄/岁	男		女	
	RNI(kcal/日)	标准人系数	RNI(kcal/日)	标准人系数
2~	1200	0.50	1150	0.48
3~	1350	0.56	1300	0.54

续表

年龄/岁	男		女	
	RNI(kcal/日)	标准人系数	RNI(kcal/日)	标准人系数
4~	1450	0.60	1400	0.58
5~	1600	0.67	1500	0.63
6~	1700	0.71	1600	0.67
7~	1800	0.75	1700	0.71
8~	1900	0.79	1800	0.75
9~	2000	0.83	1900	0.79
10~	2100	0.88	2000	0.83
11~	2400	1.0	2200	0.83
14~	2900	1.21	2400	1.0
18~轻体力活动	2400	1.0	2100	0.88
中体力活动	2700	1.13	2300	0.96
重体力活动	3200	0.33	2700	1.13
孕妇4~6个月			2900	1.21
7~9个月			2900	1.21
乳母			3200	1.33
50~轻体力活动	2300	0.96	1900	0.79
中体力活动	2600	1.08	2000	0.83
重体力活动	3100	1.29	2200	0.92
60~轻体力活动	1900	0.79	1800	0.75
中体力活动	2200	0.92	2000	0.83
70~轻体力活动	1900	0.79	1700	0.71
中体力活动	2100	0.88	1900	0.79
80~	1900	0.79	1700	0.71

12. 一个怀孕7~9个月的孕妇的标准人系数是()。

- A. 1.21 B. 0.888 C. 0.96 D. 0.85

【答案】A

【解析】请参考表1-1。

13. 一个55岁重体力活动的妇女的标准人系数为()。

- A. 1.21 B. 0.83 C. 0.92 D. 0.85

【答案】C

【解析】请参考表1-1。

14. 混合系数是指()。

- A. 全天个人总餐数之和
 B. 所调查的家庭中每个标准人的标准人日数之和除以全家总人日数
 C. 家庭标准人系数之和
 D. 全家总标准人日数

【答案】B

【解析】标准人日 = 标准人系数(混合系数) × 人日数。

15. 在进行 24h 回顾法调查时()调查在外就餐的食物及摄入量。

- A. 需要
- B. 不需要
- C. 都可以
- D. 视被调查者的记忆情况而定

【答案】A

【解析】在进行 24h 回顾法调查时需要调查在外就餐的食物及摄入量, 否则无法获得个人全部的食物摄入量数据。

16. 在进行家庭称重法数据统计时, 计算人日数时在外就餐者()计算在内。

- A. 需要
- B. 不需要
- C. 两者都可以
- D. 视情况而定

【答案】B

17. 在所用的膳食调查方法中, 最准确并常用做金标准的方法是()。

- A. 称重法
- B. 食物频率法
- C. 24h 回顾法
- D. 24h 回顾结合称重法

【答案】A

18. 食物频率法的目的是()。

- A. 获得被调查者的膳食模式
- B. 便于研究营养相关慢性病
- C. 采用多种调查方式, 结果更加准确
- D. 验证 24h 回顾法的准确性

【答案】A

【解析】食物频率法的目的是获得被调查者的膳食模式, 方便今后研究膳食模式与营养相关慢性病的关系。

二、多项选择题(下列每题的 5 个选项中, 至少有 2 个是正确的, 请将其代号填在括号内)

1. 膳食调查通常采用的方法有()。

- A. 记账法
- B. 称重法
- C. 24h 回顾法
- D. 机体营养状况检查
- E. 化学分析法

【答案】ABCE

【解析】膳食调查通常采用的方法有: 称重法、记账法、化学分析法、询问法和食物频率法等。

2. 24h 回顾法的优点是()。

- A. 需要有账目
- B. 所用时间短
- C. 只能得到群体的食物摄取情况
- D. 应答者不需要较高文化
- E. 只要进行 1 天调查就可以了

【答案】BD

【解析】24h 回顾法的主要优点是所用时间短、应答者不需要较高文化, 能得到个体的膳食营养素摄入状况, 便于与其他相关因素进行比较, 这种膳食调查结果对于人群营养状况的原因的分析也是非常有价值的。24h 回顾调查法一般选用 3 天连续调查方法。

3. 下列关于 24h 回顾法的叙述, 正确的是()。

- A. 24h 回顾法不存在人日数问题

- B. 所需时间短, 应答者不需要较高文化
- C. 适用于个体的膳食调查, 不适用于大范围人群的膳食调查
- D. 询问时, 调查员不但要专业技巧熟练, 还要态度诚恳
- E. 24h 回顾法调查时应同时调查进餐地点

【答案】BDE

【解析】24h 回顾法存在人日数问题; 24h 回顾法适用于个体的膳食调查, 也适用于大范围人群的膳食调查。

4. 24h 膳食回顾调查表的内容包括()。

- A. 原料重量
- B. 食物名称
- C. 原料编码
- D. 原料名称
- E. 进餐时间、地点

【答案】ABCDE

【解析】24h 膳食回顾调查表主要包括: 食物名称、原料名称、原料编码、原料重量、进餐时间和进餐地点。

5. 下列关于 24h 回顾法的叙述, 错误的是()。

- A. 24h 回顾法不存在人日数计算的问题
- B. 24h 回顾法适合于 75 岁及以上的老人
- C. 24h 回顾法既可用于评价人群的膳食摄入量, 也适合描述不同个体的膳食平均摄入量
- D. 3 天 24h 回顾法不必包括休息日
- E. 24h 回顾法对调查员的要求较高

【答案】ABD

【解析】24h 回顾法存在人日数计算的问题; 24h 回顾法不适合于 75 岁及以上的老人; 3 天 24h 回顾法调查通常选择两个工作日和一个休息日进行。

6. 下列关于膳食史法的叙述, 正确的是()。

- A. 与 24h 回顾法结合使用能较全面地反映出人群的膳食摄入情况
- B. 膳食史法可用于慢性病的营养流行病学调查
- C. 膳食史法调查可以将调查表发给调查对象自己填写, 对调查员的要求不高
- D. 可以进行具有代表性膳食模式的调查
- E. 膳食史法属于开放式的调查

【答案】ABDE

【解析】膳食史法调查不可以将调查表发给调查对象自己填写, 对调查员的要求较高。

7. 膳食史法的优点包括()。

- A. 使用人力多
- B. 可以进行具有代表性的膳食模式的调查
- C. 费用低
- D. 样本量大
- E. 不会影响调查者的膳食习惯和进餐方式

【答案】BCDE

【解析】膳食史法的优点是: 可以进行具有代表性膳食模式的调查, 并且样本量大, 费用低, 使用人力少, 一般不影响被调查者的膳食习惯和进餐方式。

8. 回顾法调查存在的误差来源包括()。
- A. 调查员缺乏积极性
 - B. 膳食摄入量的漏报
 - C. 未对食物的大小或多少进行准确估计
 - D. 膳食摄入量的低估
 - E. 调查员缺乏耐心

【答案】ABCDE

【解析】回顾法调查的误差来源包括：膳食摄入量的漏报或低估、对食物大小或多少进行估计、调查对象的主观因素

9. 下列属于记账法优点的是()。
- A. 不可分析个体膳食摄入情况
 - B. 操作比较简单
 - C. 费用高
 - D. 所需人力少
 - E. 可调查长时期的膳食摄入

【答案】ABDE

【解析】记账法的操作较简单，费用低，所需人力少，适用于大样本膳食调查，且易于为膳食管理人员掌握，使调查单位能定期地自行调查计算，并可作为改进膳食质量的参考。该法适合于家庭调查，也适合于幼儿园、中小学校或部队的调查。与其他方法相比较，记账法不但可以调查长时期的膳食，而且适合于进行全年不同季节的调查。缺点是调查结果只能得到全家或集体中人均的膳食摄入量，难以分析个体膳食摄入情况。

10. 下列关于记账法注意事项的叙述，正确的是()。
- A. 记账法可以调查调味品包括油、盐、味精等的摄入量。
 - B. 如果被调查人员的劳动强度、性别、年龄等组成不同，则必须用混合系数的折算
 - C. 记账法中注意要称量各种食物的可食部
 - D. 在调查过程中，要注意自制的食品也要登记原料、产品及其食用量方法算出相应的“标准人”的每人每日营养素摄入量，再做比较与评价
 - E. 在调查期间，不要疏忽各种小杂粮和零食的登记

【答案】BCDE

【解析】记账法一般不能调查调味品包括油、盐、味精等的摄入量，通常可结合食物频率法来调查这些调味品的消费种类和量。

11. 下列属于称重记账法特点的是()。
- A. 适合进行全年不同季节的调查
 - B. 该法较称重法操作复杂，所需费用多，但适合大样本的调查
 - C. 此法较少依赖记账人员的记忆，食物遗漏少
 - D. 记录较单纯记账法精确，能够得到较准确的结果
 - E. 可用于分析个体膳食摄入情况

【答案】ACD

【解析】称重记账法较称重法操作简单，所需费用低，人力少，适合于大样本调查。同时，记录较单纯记账法精确，能够得到较准确的结果。此法较少依赖记账人员的记忆，食物遗漏少。这种方法适合进行全年不同季节的调查。但是这种方法只能得到全家或集体中人均的摄入量，难以分析个体膳食摄入情况。

12. 关于膳食摄入量调查中常用公式的描述，正确的是()。
- A. 标准人日 = 标准人系数 × 人日数

- B. 家庭每种食物实际消耗量 = 食物结存量 + 购进食物总量 - 剩余总量
- C. 家庭平均每人每日每种食物摄入量 = 实际消耗量 ÷ 家庭总人数
- D. 食物中某营养素含量 = [食物量(g) ÷ 100 × 可食部比例] × 每百克食物中营养素含量
- E. 标准人的平均每日某营养素摄入量 = 平均每人每日某营养素摄入量 ÷ 混合系数

【答案】ADE

【解析】家庭每种食物实际消耗量 = 食物结存量 + 购进食物总量 - 废弃食物总量 - 剩余总量；家庭平均每人每日每种食物摄入量 = 实际消耗量 ÷ 家庭总人数。

13. 称重记账法的注意事项包括()。
- A. 家庭食物称重法中在外就餐也要计算在餐次总数中
 - B. 尽量注意称量各种食物的可食部，如果称到的为市品毛重，则应根据可食部比例折算成可食部数量
 - C. 要特别注意油、盐、酱、醋等调味品的实际称量重量
 - D. 在调查期间不要忽略各种小杂粮和零食的登记
 - E. 要考虑人日数和总人日数的计算问题

【答案】BCDE

【解析】家庭食物称重法中在外就餐不计算在餐次总数。

三、判断题(下列判断正确的请打“√”，错误的打“×”)

1. 24h 回顾法既可用于家庭中个体的食物消耗状况调查，也适用于描述不同人群个体的食物摄入情况。()

【答案】√

2. 24h 膳食回顾法中的 24h 一般是指从最后一餐吃东西开始向前推 24h。()

【答案】√

【解析】24h 膳食回顾要求每个调查对象回顾和描述 24h 内摄入的所有食物的种类和数量。24h 一般是指从最后一餐吃东西开始向前推 24h。

3. 通常膳食史的调查是利用频率法来询问和记录的。()

【答案】√

4. 24h 膳食回顾调查法适合于年龄 7 岁以下的儿童。()

【答案】×

【解析】由于 24h 膳食回顾调查法主要依靠应答者的记忆能力来回忆、描述他们的膳食，因此不适合于年龄在 7 岁以下的儿童和年龄在 75 岁及以上的老人。

5. 24h 回顾法需要询问摄入的调味品的种类和数量，但不需要询问摄入的饮料的种类和数量。()

【答案】×

【解析】24h 回顾法需要询问摄入的饮料的种类和数量，但不需要询问摄入的调味品的种类和数量。

6. 24h 回顾法需要询问在外用餐的种类和数量以及零食。()

【答案】√

【解析】24h 回顾法需要询问在外(餐馆、单位或学校食堂等)用餐的种类和数量以及零食。

7. 3 天回顾法调查通常选择一个工作日和两个休息日进行。()

【答案】×

【解析】3天回顾法调查通常选择两个工作日和一个休息日进行。

8. 24h回顾法对调查员的要求不高。()

【答案】×

【解析】24h回顾法多用于家庭中个体的食物消耗状况调查，对调查员的要求比较高，需要掌握一定的调查技巧，并加上诚恳的态度，才能获得准确的食物消耗资料。

9. 回顾法和膳食史法都是开放式的调查，可以容纳被调查对象所提到的任何一种食物或食物组合。()

【答案】√

【解析】回顾法和膳食史法都是开放式的调查，可以容纳被调查对象所提到的任何一种食物或食物组合，并对有关食物的种类、来源、加工方法、处理方法、对食物的详细描述以及食物量等反映食物特性的信息都有限定。

10. 膳食史法对那些饮食中每天有较大变异的个体是不适宜的。()

【答案】√

【解析】膳食史法是调查被调查者在过去一段时间的习惯性膳食模式和摄入量，因此，对那些在饮食中每天有较大变异的个体是不适宜的。

11. 记账法的操作较简单，费用低，所需人力少，适用于大样本膳食调查。()

【答案】√

12. 记账法适合于进行全年不同季节的调查，并能分析个体膳食摄入情况。()

【答案】×

【解析】与其他方法相比较，记账法不但可以调查长时期的膳食，而且适合于进行全年不同季节的调查。缺点是调查结果只能得到全家或集体中人均的膳食摄入量，难以分析个体膳食摄入情况。

13. 标准人的折合方法是以体重60kg成年男子从事中体力劳动者作为标准人的。()

【答案】×

【解析】标准人的折合方法是以体重60kg成年男子从事轻体力劳动者作为标准人的。

14. 在调查期间，记账法可以忽略各种小杂粮和零食的摄入量。()

【答案】×

【解析】在调查期间，记账法不要疏忽各种小杂粮和零食的摄入量。

15. 记账法一般能够调查调味品包括油、盐、味精等的摄入量。()

【答案】×

【解析】记账法一般不能调查调味品包括油、盐、味精等的摄入量，通常可结合食物频率法来调查这些调味品的消费种类和量。

16. 称重记账法进行膳食调查时适合于大规模的营养调查。()

【答案】√

【解析】称重记账法较称重法操作简单，所需费用低，人力少，适合于大样本调查。

17. 称重记账法可以进行个体膳食摄入情况的分析。()

【答案】×

【解析】称重记账法只能得到全家或集体中人均的摄入量，难以分析个体膳食摄入情况。

18. 家庭每种食物实际消耗量 = 食物结存量 + 购进食物总量 - 剩余总量。()

【答案】×

【解析】家庭每种食物实际消耗量 = 食物结存量 + 购进食物总量 - 剩余总量 - 废弃食物总量。

19. 为了使调查结果具有良好的代表性和真实性, 最好在不同的季节分次进行调查, 一般每年应进行4次, 至少应在春夏季和秋冬季各进行一次。()

【答案】×

【解析】为了使调查结果具有良好的代表性和真实性, 至少应在春冬季和夏秋季各进行一次。

专业技能部分

一、简答题

1. 回顾法、记账法、称重法各自的优缺点以及应用范围是什么?

答: (1) 回顾法

24h 回顾法是通过询问被调查对象过去 24h 实际的膳食情况, 对其食物摄入量进行计算和评价的一种方法。

①优点。所用时间短、应答者不需要较高文化, 能得到个体的膳食营养素摄入状况, 便于与其他相关因素进行分析比较, 这种膳食调查结果对于人群营养状况的原因分析也是非常有价值的。

②缺点。应答者的回顾依赖于短期记忆, 对调查者要严格培训, 不然调查者之间的差别很难标准化。

③应用范围。24h 回顾法可用于家庭中个体的食物消耗状况调查, 也适用于描述不同人群个体的食物摄入情况, 包括一些散居的特殊人群调查。在实际工作中一般选用 3 天连续调查方法。最典型的方法是使用开放式调查表进行面对面的询问。

(2) 记账法

记账调查法是根据伙食账目来获得被调查对象的膳食情况, 从而得到在一定期限内的各种食物消耗总量和就餐者的人日数, 计算出平均每人每日的食物消耗量, 再按照食物成分表计算这些食物所供给的能量和营养素数量的一种膳食调查方法。

①优点。操作较简单, 费用低, 所需人力少, 适用于大样本膳食调查, 且易于为膳食管理人员掌握, 使调查单位能定期地自行调查计算, 并可作为改进膳食质量的参考。与其他方法相比较, 不但可以调查长时期的膳食, 而且适合于进行全年不同季节的调查。

②缺点。记账法的调查结果只能得到全家或集体中人均的膳食摄入量, 难以分析个体膳食摄入情况。

③应用范围。记账调查法适合于家庭调查, 也适合于托幼机关、中小学校或部队等建有伙食账目的集体单位的调查。记账法可以调查较长时期的膳食, 如 1 个月或更长。有些研究为了了解慢性病与饮食的关系, 可采用长达一年的膳食记录方法, 时间长短根据研究项目的需求而定。

(3) 称重法

称重法是常用的一种膳食调查方法, 称重时要准确掌握两方面的资料, 一是厨房中每餐所用各种食物的生重和烹调后的熟食重量, 从而得出各种食物的生熟比值。二是称量个人所摄入熟食的重量, 然后按照上述生熟比值算出每人各种生食物的重量, 再计算出每人每日各