

XUEXI ZHIDAO YONGSHU



生物

学 习 指 导 用 书

创新课时训练

七年级 下册

凤凰出版传媒集团
江苏教育出版社
JIANGSU EDUCATION PUBLISHING HOUSE

生物学习指导用书 创新课时训练
课标苏教版 七年级下册

主 编 李可祥

责任编辑 周立平

目录

CONTENTS

第4单元 生物圈中的人

第8章 人的生殖和发育 001

第1课时	精卵结合孕育新的生命(1)	001
第2课时	精卵结合孕育新的生命(2)	003
第3课时	人的生长发育和青春期	005
第4课时	人体概述	007
第5课时	单元评估	009

第9章 人的食物来自环境 013

第1课时	人体需要的主要营养物质(1)	013
第2课时	人体需要的主要营养物质(2)	015
第3课时	人体需要的主要营养物质(3)	017
第4课时	人体的消化与吸收(1)	019
第5课时	人体的消化与吸收(2)	021
第6课时	膳食指南与食品安全	023
第7课时	单元评估	025

第10章 人体内的物质运输和能量供给 029

第1课时	血液和血型(1)	029
第2课时	血液和血型(2)	031
第3课时	血液循环(1)	033
第4课时	血液循环(2)	035
第5课时	血液循环(3)	037
第6课时	人体和外界环境的气体交换(1)	039
第7课时	人体和外界环境的气体交换(2)	041
第8课时	人体内的气体交换	043

第 9 课时	人体能量的供给	045
第 10 课时	单元评估	047

第 11 章 人体内的废物排入环境 051

第 1 课时	人体泌尿系统的组成	051
第 2 课时	人体废物的排出(1)	053
第 3 课时	人体废物的排出(2)	055
第 4 课时	单元评估	057

第 12 章 人体生命活动的调节 059

第 1 课时	激素调节	059
第 2 课时	神经调节(1)	061
第 3 课时	神经调节(2)	063
第 4 课时	感知信息(1)	065
第 5 课时	感知信息(2)	067
第 6 课时	感知信息(3)	069
第 7 课时	单元评估	071

第 13 章 人是生物圈中的一员 075

第 1 课时	关注生物圈——环境在恶化(1)	075
第 2 课时	关注生物圈——环境在恶化(2)	077
第 3 课时	保护生物圈——从自身做起(1)	079
第 4 课时	保护生物圈——从自身做起(2)	081
第 5 课时	单元评估	083

期中评估 087

期末评估 093

答案与提示 099



第4单元 生物圈中的人

第8章 人的生殖和发育

第1课时 精卵结合孕育新的生命(1)



问题引领

男性生殖系统和女性生殖系统分别是由哪些器官组成的？为什么说睾丸和卵巢分别是男女生殖系统中的主要器官？你能说出精子和卵子的产生部位及它们成熟后的排出路线吗？雄性激素或雌性激素在人体相关器官的发育和有关特征的维持上，起着怎样的作用？



实例示范

例题 一个成年女性的性激素分泌量在整个月经周期中会发生变化，见下表。请据表回答：

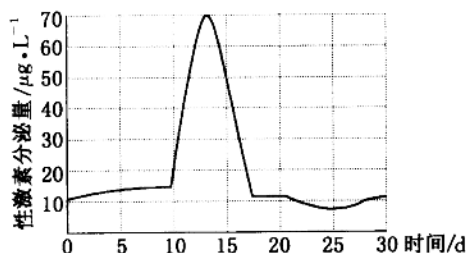
时间/d	1	5	9	13	17	21	25
性激素分泌量/ $\mu\text{g} \cdot \text{L}^{-1}$	12	14	14	70	12	12	8

(1) 请根据表中的数据绘制一幅折线图。(横轴表示天数，纵轴表示性激素的分泌量)

(2) 当性激素的分泌量达到最高水平时，会发生什么现象？当性激素的分泌量达到最低水平时，又会发生什么现象？

解析 可根据表中所给数据对应画出折线图(如右图)。当性激素的分泌量不断增多至最大时，促进了卵细胞的形成，并由输卵管排出。当性激素的分泌量不断减低，卵细胞又未受精，这时子宫内膜脱落，形成月经。

答案 (1) 如右图 (2) 排卵，月经。



随堂练习

1. 男性生殖系统是由_____、_____、_____、_____等器官组成的，其中_____是男性的主要生殖器官。女性生殖系统是由_____、_____、_____、_____等器官组成的，其中_____是女性的主要生殖器官。

- 人类卵巢产生卵子的活动具有_____的特性,每个_____中往往只有_____个卵子发育成熟。
- 下列激素中,能刺激女性相关器官的发育,维持女性特征和正常的性周期的是 ()
A. 生长激素 B. 雌性激素 C. 胰岛素 D. 甲状腺激素

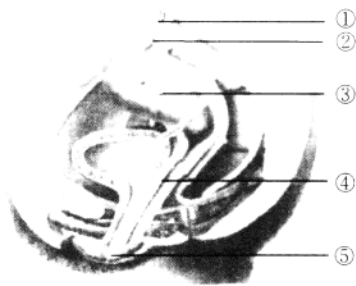


分层训练

- A 下列选项中,不属于男性生殖系统功能的是 ()
A. 产生精子 B. 将精子输送到女性阴道中
C. 分泌雄性激素 D. 维持正常的性周期
- A 附睾与精囊腺的主要功能分别是 ()
A. 产生精子,输送精子 B. 产生精子,分泌精液
C. 贮存和输送精子,分泌黏液 D. 贮存和输送精子,分泌激素
- A 胚胎和胎儿发育的场所是 ()
A. 子宫 B. 卵巢 C. 阴道 D. 输卵管
- A 卵子由_____产生后,沿着这样的路线排出:_____→_____→_____→_____。
- B 正常男子体内的睾丸和正常女子体内的卵巢数目分别是 ()
A. 1个,2个 B. 2个,1个 C. 1对,1对 D. 2对,2个

- B 右图为女性生殖系统示意图,请据图回答:

- 图中①是_____,功能是输送_____。
- 图中②是_____,它是女性_____的生殖器官,具有产生_____和分泌_____的功能。
- 图中③是_____,它能为_____提供良好的发育环境,胎儿发育成熟后由④_____产出体外。



拓展视野

科学研究发现,各种电子设备,包括空调、电脑、电冰箱、电视机及电热毯等,在使用过程中,都有可能大量地产生各种不同波长和频率的电磁波——“电子雾”。“电子雾”容易引起人体各项功能紊乱,导致头痛、失眠、健忘,对“电子雾”敏感的人还可导致睾丸内生精细胞严重异常,精液中精子数量减少以致出现无精症。因此,“电子雾”已成为当今社会的“隐形杀手”,威胁着年轻人的生育能力。专家建议:①在看电视、玩游戏机、听收录机时,不要距离这些电器太近,时间也不宜太长;②孕妇和儿童在睡觉时更不宜使用电热毯;③平时应多吃些水果和新鲜蔬菜,以增强人体对“电子雾”的抵抗能力。

[查一查] 手机对人的生育能力有没有伤害?



第2课时 精卵结合孕育新的生命(2)



问题引领

显微镜下观察到的精子和卵子各具有怎样的形态特征？发育成熟的精子和卵子是如何结合形成受精卵的？结扎输卵管或输精管是常用的节育方式之一，这种方法会伤害人体生殖器官正常的生理功能吗？你能结合教科书中图 8-6 描述一下胚胎在母体的子宫里经历了怎样的发育过程吗？



实例示范

例题 下面这张数据表显示了怀孕期间，发育中的胎儿身体长度的变化。请据表回答：

怀孕期/星期	平均体长/mm	怀孕期/星期	平均体长/mm
4	7	24	300
8	30	28	350
12	75	32	410
16	180	36	450
20	250	38	500

(1) 胎儿在哪 4 个星期里的体长增加得最快？

(2) 在受精卵发育到第 12 周时，胎儿的体长大约为 75 mm，那么何时胎儿的体长是这个体长的 4 倍？何时是 6 倍？

解析 由表中数据逐项相减得知每 4 周胎儿平均体长的增加值。自第 12 周至第 16 周，胎儿体长增加 105 mm，为最多。24 周时体长达 300 mm，36 周时体长达 450 mm。

答案 (1) 第 12 周至第 16 周 (2) 24 周，36 周。



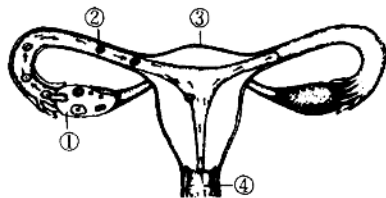
随堂练习

- 下列关于结扎的叙述中，错误的是 ()
 - 能够阻止生殖细胞的结合
 - 可以结扎输卵管，也可以结扎输精管
 - 会伤害人的生殖器官的正常功能
 - 是常用的节育方式之一
- 人的胚胎在发育时，所需氧气直接来自 ()
 - 母体血液
 - 胎盘
 - 胎儿肺部
 - 脐动脉
- 在胚胎发育的过程中，开始呈现出人的形态(即胎儿)的时期是 ()
 - 第 5 周
 - 第 8 周
 - 第 10 周
 - 第 12 周



分层训练

1. A 人体发育的起点是 ()
A. 精子 B. 卵细胞 C. 胚胎 D. 受精卵
2. A 胎儿与母体进行物质交换的结构是 ()
A. 胎盘 B. 胎儿血液
C. 母体 D. 胎儿消化道
3. A 人的胚胎在母体子宫里发育的时间一般约为 ()
A. 120 天 B. 365 天 C. 180 天 D. 280 天
4. A 受精卵分裂开始于 ()
A. 卵巢 B. 输卵管 C. 子宫 D. 阴道
5. B 准妈妈常会感到被腹中胎儿“踢”了一下,这种现象被我们称为“胎动”。其通常会在胚胎发育的 ()
A. 第 6 周 B. 第 8 周 C. 第 10 周 D. 第 20 周
6. B 精子很小,长约 60 微米,只有用显微镜才能看到。精子的形状似_____,有_____,能游动。
7. B 右图为女性内生殖器示意图,图中表示出了排卵、受精、受精卵发育等过程,请据图回答([]内填序号):
(1) 卵细胞成熟后,由[]_____输送,进入[]_____。
(2) 精子通过[]_____和[]_____,到达[]_____,在那里与卵细胞结合,形成受精卵。
(3) 受精卵经_____形成胚胎,胚胎在[]_____中继续发育,发育成熟后,从[]_____产出。



拓展视野

胆碱有益胎儿大脑发育

蛋黄和动物肝脏,由于其胆固醇含量高,是人们现在不愿食用的食物。但是,美国科学家的最新研究表明,蛋黄、动物肝脏中所含的胆碱可能对胎儿的大脑发育有益,孕妇应该适当多吃。科学家在大鼠实验中发现,雌鼠如果在孕期补充胆碱,所产的后代记忆力好、学习速度快,并且在老年阶段记忆力衰减程度比较轻微。科学家相信,这一发现同样适用于人类,而且有望对与年龄有关的记忆力衰退症状有所帮助。

[查一查] 还有哪些食物有益于胎儿大脑发育?



第3课时 人的生长发育和青春期



问题引领

我们可以将人的一生分为几个阶段？到什么时候人体才发育成熟？在人生的每一个阶段，我们的身体会发生怎样的变化？你现在正处在青春期吗？请你说出处在青春期的人，身体会表现出哪些特征？为什么会发生“遗精”和“月经”这样的现象？此时应从哪些方面注意保持身体和心理的健康？



实例示范

例题 小丽进入青春期后，有了独立意识，常常根据自己的想法行事。你认为小丽的下列想法和做法中哪些是不对的？

小丽的想法	小丽的做法
(1) 经期一定要预防感染	① 不清洗外阴
(2) 要保持心情舒畅	② 主动帮助他人
(3) 青春期是智力发育的高峰期	③ 每天都学习到很晚

解析 经期时应每天用温水擦洗外阴部，并采用淋浴洗澡。青春期也是人体其他系统生长发育的高峰期，更应注意饮食和充分的休息。

答案 小丽的想法都是正确的，小丽的做法中①和③不正确。



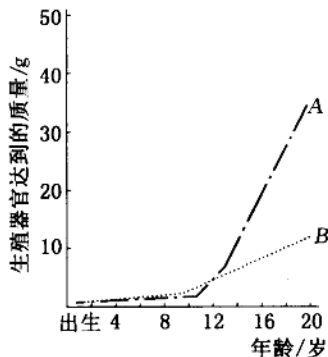
随堂练习

- 人的生长发育从_____开始，经过_____、_____、_____等漫长的生长发育过程，人体才发育成熟。
- 下列对青春期的概念的叙述中，不正确的是 ()
 - 指生殖器官从开始发育到发育成熟的阶段
 - 指神经系统从开始发育到发育成熟的阶段
 - 指从童年到成年的过渡阶段
 - 指人体的形态和功能都出现显著变化的阶段
- 下列经期卫生的做法中，不正确的是 ()
 - 舒畅心情、稳定情绪、平衡心理
 - 用干净、专用的卫生巾
 - 不受寒着凉、不淋雨
 - 随时用卫生纸擦干净就可以了



分层训练

1. A 青春期发育的显著特点是 ()
A. 身高、体重的迅速增长 B. 性发育和性成熟
C. 身高、体重的迅速增长和性发育 D. 身高、体重的迅速增长和性成熟
2. A 女性的月经是指下列哪种器官每月一次的出血现象 ()
A. 卵巢 B. 输卵管 C. 子宫 D. 阴道
3. A 下列现象中,不属于第二性征的是 ()
A. 喉结突出 B. 乳房增大 C. 月经初潮 D. 胡须生长
4. A 下列关于青春期卫生的叙述中,错误的是 ()
A. 保持舒畅的心情、平稳的情绪 B. 注意个人清洁卫生
C. 尽量设法回避性知识教育 D. 参加适当的体育锻炼
5. B 遗精是指男子进入青春期以后,有时在睡梦中_____自尿道排出的现象。遗精通常是一种正常的_____现象。
6. B 月经是指女子进入青春期以后,每月一次的_____现象。月经的形成,与_____和_____的周期性变化有关系。
7. B 右图是男女主要生殖器官发育趋势示意图,请据图回答:
(1) 图中表示男性主要生殖器官_____的发育趋势的是_____曲线,表示女性主要生殖器官_____的发育趋势的是_____曲线。
(2) 由图可知,女子青春期发育大约开始于_____岁,男子青春期发育大约开始于_____岁。



拓展视野

青春期少吃快餐

现代社会中的青年人生活节奏快,许多人更愿意选择方便面或是快餐作为正餐,长此以往易引起维生素缺乏症,使机体内许多酶的代谢活性下降,从而导致人的免疫力低下,抗病能力差。因为快餐食品中,最为缺少的就是各种维生素、矿物质和微量元素。维生素C和维生素A是增强机体抵抗力的重要物质,维生素C不足,人体会特别容易疲乏,会导致坏血病、皮肤溃疡等。在人体中起着重要抗氧化作用,延缓衰老的物质,也是以 β -胡萝卜素、维生素C、维生素E等为代表的维生素一族。专家们建议,每人每天应食用500克水果和蔬菜,以保证维生素C和 β -胡萝卜素等维生素的摄入量。

我国传统的以谷物、蔬菜为主的高纤维、高碳水化合物、低脂肪的膳食结构是较为科学的,在此基础上稍微补充优质蛋白质即可满足人体的代谢需要。西方国家那种高脂肪、高蛋白、高热量、低纤维的膳食结构,已被证明是对人体有害的。

所以,正处在生长发育期的青少年最好还是远离快餐食品,因为若长此下去,迟早会疾病缠身的。

[查一查] 青春期多吃快餐,会引起哪些疾病?

第4课时 人体概述



问题引领

人体包括哪些主要的系统？你能说出每个系统又是由哪些主要器官构成的吗？通过“骨的成分与骨的特性之间的关系”这一实验，你能说明骨内含有什么成分吗？各成分有什么特征？人体各个系统分别具有什么功能？人为什么能适应环境，使生命活动有序地进行？



实例示范

例题 在鉴定骨成分的实验中：

(1) 将大鱼的一根肋骨浸泡于质量分数为 10% 的盐酸中，经一段时间后，骨变得柔软。这是因为骨成分中的 _____ 溶解于盐酸中，剩余的成分是 _____。

(2) 将一段骨放到酒精灯上煅烧至灰白色，轻敲这段骨，它便会粉碎。这是因为骨中的 _____ 燃烧掉后，剩下的是脆而硬的 _____。

解析 质量分数为 10% 的盐酸可以使骨中的无机物（主要是含钙无机盐）被分解。而煅烧可以烧掉骨中的有机物，主要是蛋白质。

答案 (1) 含钙无机盐 有机物 (2) 有机物（主要是蛋白质） 无机物



随堂练习

- 人体有 4 种基本组织，它们是 _____、_____、_____ 和 _____。几种不同的组织按照一定的次序结合在一起，构成具有一定形态和功能的 _____，如人的脑、_____、_____ 等。
- 人体之所以成为一个统一的整体，是由于 _____ 和 _____ 系统的调节作用，成为一个 _____、_____、_____ 的整体，使各种生命活动能够 _____ 地进行。
- 下列器官中，不属于消化系统的是 _____ ()
A. 食道 B. 气管 C. 胃 D. 肛门



分层训练

- A 下列各项中，不属于内分泌系统的是 _____ ()
A. 胰岛 B. 甲状腺
C. 肝脏 D. 睾丸
- A 运送氧气和养料、运走二氧化碳和废物，是下列哪种系统的功能 _____ ()
A. 呼吸系统 B. 循环系统
C. 泌尿系统 D. 消化系统

3. A 下列关于人体构成层次的描述中,正确的是 ()
- A. 细胞→器官→组织→系统→人体
B. 组织→细胞→器官→系统→人体
C. 细胞→组织→系统→器官→人体
D. 细胞→组织→器官→系统→人体
4. A 人骨的成分中,有机物主要是 ()
- A. 脂肪 B. 纤维素 C. 蛋白质 D. 淀粉
5. A 人体尿液的产生和排出依次经过下列器官:
_____→_____→_____→_____。
6. B 人体由_____个系统构成,它们分别是_____,_____,_____,_____,_____,_____,_____和_____。
7. B 在你参加剧烈运动时,会感到呼吸、心跳明显加快了,虽然有些疲劳,但动作还是协调统一的。试分析主要有哪一些系统参与了上述过程,它们都起到了什么作用?
8. B 根据教科书第 16 页“思维拓展”中的表格,你能说出为什么儿童需要补钙吗?



拓展视野

目前,家庭装修中污染室内环境的污染物主要是四大毒气。比较常见的一种是甲醛,这种物质主要是从人造板里释放出来的,它会对呼吸系统造成伤害,可能有致癌和致畸的作用,现已被世界卫生组织确认为可疑致癌物质。第二种污染物是苯和苯系列,它们是从胶漆涂料里面释放出来的,也已被确认为致癌物质,而且它是四大毒气中危害最大的,它的主要危害是会导致血友病、再生障碍性贫血和白血病。第三种污染物是氨,它主要是从冬季施工用的防冻剂里面加的氨水中释放出来的,其主要危害是如果直接呼吸到肺里容易导致肺癌。第四种污染物是放射性物质,如石材瓷砖的放射性,它会对人体神经系统、生殖系统造成伤害。

装修原本是件好事,但是一旦装修对家人的健康产生不利影响就得不偿失了。所以我们对装修带来的室内环境污染不能掉以轻心。

[查一查] 家庭装修污染最易对人体的哪些系统造成伤害?



第5课时 单元评估

一、我来决策

1. 女性子宫的功能是 ()
 - A. 分泌雌性激素
 - B. 产生卵细胞
 - C. 是受精作用的场所
 - D. 为胚胎发育提供良好环境
2. 从受精卵到胎儿发育成熟,最后从母体中产出,这个过程一般需要经过多长时间 ()
 - A. 120 天
 - B. 180 天
 - C. 280 天
 - D. 320 天
3. 消化系统的主要功能是 ()
 - A. 运输体内物质
 - B. 消化食物、吸收营养
 - C. 吸入氧气,呼出二氧化碳
 - D. 泌尿和排尿
4. 人体发育是从 ()
 - A. 卵细胞形成开始
 - B. 受精卵分裂开始
 - C. 胚胎发育开始
 - D. 胎儿从母体分娩出开始
5. 从什么时候开始,胚胎“初现人形”,称为“胎儿” ()
 - A. 第1个月末
 - B. 第2个月末
 - C. 第3个月末
 - D. 第4个月末
6. 下列关于月经来潮时的做法中,不妥当的是 ()
 - A. 选用洁净的卫生巾
 - B. 不要参加过于剧烈的运动
 - C. 可以采用盆浴洗澡,放松身体
 - D. 注意保暖及饮食的营养
7. 下列对增强体质、保持健康的主要途径的叙述中,不正确的是 ()
 - A. 锻炼身体
 - B. 合理的营养和讲究卫生
 - C. 预防疾病
 - D. 多睡觉

8. 卵子一般会在下列哪个器官中与恰好游动到此的精子结合形成受精卵 ()
A. 卵巢 B. 输卵管
C. 子宫 D. 阴道
9. 人进入青春期后,身体的形态和功能都出现显著变化的原因是 ()
A. 生殖器官的发育和成熟
B. 神经系统和激素的调节作用
C. 第二性征的出现
D. 同化作用强于异化作用
10. 出现遗精时,下列做法不妥当的是 ()
A. 保持平常的心态
B. 穿稍微紧身些的内裤
C. 早睡早起
D. 每天用温水清洗阴部
11. 当骨的煅烧完成时,鱼肋骨的颜色最终变成 ()
A. 红色 B. 黑色
C. 灰白色 D. 棕色
12. 骨组织是人体最坚硬的组织,它属于下列哪种基本类型的组织 ()
A. 上皮组织 B. 结缔组织
C. 肌肉组织 D. 神经组织
13. 下列各项中,哪一项是常用的节育方式 ()
A. 切除卵巢 B. 切除子宫
C. 结扎输精管 D. 切除睾丸
14. 胚胎细胞继续分裂并发生分化,进一步形成各种 ()
A. 组织 B. 器官
C. 系统 D. 生物个体
15. “试管婴儿”技术为很多不能正常生育孩子的家庭实现了拥有自己亲生孩子的梦想。下面哪一过程不是在试管中完成的 ()
A. 精卵结合 B. 受精作用
C. 形成早期胚胎 D. 胎儿发育成熟

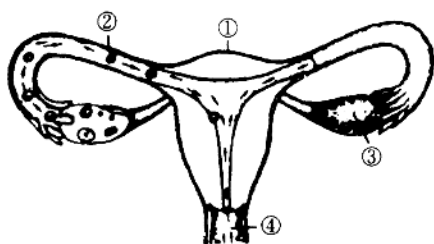
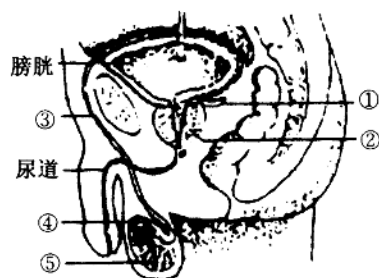
二、对错抉择

16. 双胞胎可以分为同卵双胞胎和异卵双胞胎两种。 ()
17. 人体内最大的细胞是巨噬细胞。 ()
18. 当受精卵到达子宫后即开始进行细胞分裂。 ()
19. 遗精是一种正常的生理现象,但若过于频繁应及时就医。 ()
20. 结扎输精管或输卵管必然会伤害人的生殖器官的正常生理功能。 ()
21. 大约在怀孕第 21 周时,胎儿毛发形成,脸部特征明显。 ()
22. 人体的 8 个系统各自具有不同的结构和功能,因而是彼此独立,没有联系的。 ()
23. 人体神经系统的发育高峰要早于生殖系统的发育高峰。 ()



三、想想填填

24. 男性在青春时期各项功能发育显著,如_____的力量突增,_____的收缩能力大大提高,_____显著增大,_____的结构和功能不断分化发展,其调节能力大大增强。
25. 受精卵在经过输卵管进入子宫的过程中,不断地进行_____,形成_____,并且埋入_____。
26. 左下图为男性生殖系统示意图,请据图回答([]内填序号):
- (1) 图中②是_____,它的功能是_____。
 - (2) 男性的主要生殖器官是[]_____,其功能主要是_____和_____。
 - (3) ③和④的名称分别是_____和_____。



27. 右上图为女性生殖器官示意图,请据图回答([]内填序号):
- (1) 卵子成熟后,从[]_____排出,由[]_____输送。
 - (2) 精子通过[]_____和[]_____进入[]_____,并在此处与卵子结合形成受精卵。
 - (3) 受精卵在[]_____处即开始细胞分裂,慢慢移入[]_____内继续发育,发育成熟的胎儿最终从[]_____产出体外,称为分娩。
28. 我们每天都必须从食物中获取各种营养物质,食物从_____进入,经过食道到达_____,_____是食物消化吸收的主要场所,不能被消化的食物残渣最后由_____排出体外。

四、思维拓展

29. 你能说出人体中最大的细胞是什么吗? 在它的细胞质中有丰富的营养物质,这些营养物质有什么作用?

30. 古人有一种说法叫做“精满自溢”，请试着用自己的话解释这种现象。

31. 正值青春期的你，是不是发现父母的话时常那么“刺耳”，而你的父母也总是唠叨，“这孩子，逆反心理真是越来越强了。”这是怎么回事？你觉得应该如何缓解这种矛盾？



第 9 章 人的食物来自环境

第 1 课时 人体需要的主要营养物质(1)



问题引领

你能说出几种常见食物的营养成分吗？不同的食物中所含的营养物质是否相同？食物中一般含有哪些人体必需的营养物质？



实例示范

例题 以下是小明同学一顿午餐所吃的食物：米饭、山芋、鱼、猪肉、青菜、大豆、橘子。请你分析一下，小明同学从这份午餐中主要获得了哪些营养物质？

解析 米饭和山芋的主要营养成分是淀粉，属于糖类；鱼含有丰富的蛋白质；猪肉、大豆含有较多的蛋白质、脂肪和无机盐（铁较多）；青菜和橘子富含维生素；山芋、青菜和橘子还含有较多的纤维素；所有的食物中都多多少少含有水。

答案 糖类、蛋白质、脂肪、无机盐、维生素、纤维素、水。



随堂练习

- 食物中的营养成分主要有_____、_____、_____以及_____、_____、_____和_____等。
- 判断：蛋白质、糖类、脂肪都是人体中主要的供能物质。 ()
- 判断：维生素和无机盐在人体内含量虽不多，但作用都很大。 ()



分层训练

- A 牛奶、米饭、肥肉里含有的主要营养物质依次为 ()
 A. 淀粉、蛋白质、脂肪 B. 蛋白质、淀粉、脂肪
 C. 脂肪、淀粉、蛋白质 D. 淀粉、脂肪、蛋白质
- A “日啖荔枝三百颗，不辞长作岭南人。”这句诗中提到的食物是_____，其中富含_____、_____和_____。
- A 从你常吃的零食中任选 3~4 种，将其主要营养成分、生产原料等内容填入下表。