



职业技术·职业资格培训教材

营养师

(国家职业资格二级)

职业技能鉴定辅导练习

劳动和社会保障部教材办公室 组织编写
上海市职业培训指导中心



中国劳动社会保障出版社

营养指导员

职业技术·职业资格培训教材

营养指导员(国家职业资格四级 三级 二级)上册

营养指导员(国家职业资格四级 三级 二级)下册

营养指导员(国家职业资格四级)职业技能鉴定辅导练习

营养指导员(国家职业资格三级)职业技能鉴定辅导练习

➔ 营养指导员(国家职业资格二级)职业技能鉴定辅导练习

责任编辑 / 张 莹
责任校对 / 邓 硕
封面设计 / 周小溪
责任美编 / 王利民
版式设计 / 崔俊峰

ISBN 978-7-5045-6748-2



9 787504 567482 >

定价: 9.00元

营养师

(国家职业资格二级)
职业技能鉴定辅导练习

VC

主 编 柳启沛
编 者 郭俊生 王晓黎



中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

营养指导员(国家职业资格二级)职业技能鉴定辅导练习/柳启沛主编. —北京: 中国劳动社会保障出版社, 2007

职业技术·职业资格培训教材

ISBN 978-7-5045-6748-2

I. 营… II. 柳… III. 饮食营养学-职业技能鉴定-习题 IV. R151-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 189385 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街1号 邮政编码: 100029)

出版人: 张梦欣

*

北京市艺辉印刷有限公司印刷装订 新华书店经销

787毫米×1092毫米 16开本 5.5印张 104千字

2007年12月第1版 2007年12月第1次印刷

定价: 9.00元

读者服务部电话: 010-64929211

发行部电话: 010-64927085

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话: 010-64954652

内 容 简 介

本辅导练习由劳动和社会保障部教材办公室、上海市职业培训指导中心依据上海 1+X 职业技能鉴定考核细目——营养指导员（国家职业资格二级）组织编写，是《1+X 职业技术·职业资格培训教材——营养指导员（国家职业资格四级 三级 二级）》（以下简称《教材》）的配套用书，为读者学习《教材》核心内容，检验所学知识 with 技能提供有益的帮助。

本辅导练习按章进行编写，每一章与《教材》中的相关内容对应，提供有针对性的辅导练习题。辅导练习题配有答案，便于读者检验和巩固所学的内容。为方便读者熟悉营养指导员（国家职业资格二级）的鉴定考核形式，本辅导练习最后设置了职业技能鉴定考试简介，并提供知识考核模拟试卷、技能考核模拟试卷及其答案或评分细则，以便读者对自己学习、掌握知识和技能的总体情况有一个正确的认识。

本辅导练习可作为营养指导员（国家职业资格二级）职业技能培训与鉴定考核辅导用书，也可供全国中、高等职业院校相关专业师生，以及相关从业人员参加岗位培训使用。

本书中提供的参考资料（附录、参考表格等）可在 <http://www.class.com.cn/datas/yyzds1x234.rar> 下载。

目 录

第一篇 食物选择

● 第1章 食品新资源

一、学习要求	3
二、职业鉴定考核要点	3
三、测试题	3
四、测试题答案	6

● 第2章 保健食品

一、学习要求	8
二、职业鉴定考核要点	8
三、测试题	8
四、测试题答案	10

● 第3章 植物化学物

一、学习要求	12
二、职业鉴定考核要点	12
三、测试题	12
四、测试题答案	15

第二篇 食谱编制

● 第4章 营养缺乏病人的合理营养与膳食

一、学习要求	19
二、职业鉴定考核要点	19



三、测试题 19

四、测试题答案 22

● 第6章 常见病人的合理营养与膳食

一、学习要求 24

二、职业鉴定考核要点 24

三、测试题 25

四、测试题答案 28

第三篇 营养评价

● 第8章 营养调查与评价

一、学习要求 31

二、职业鉴定考核要点 31

三、测试题 31

四、测试题答案 32

● 第7章 营养监测

一、学习要求 34

二、职业鉴定考核要点 34

三、测试题 34

四、测试题答案 36

第四篇 营养教育

● 第8章 营养教育与教育手段

- 一、学习要求 41
- 二、职业鉴定考核要点 41
- 三、测试题 41
- 四、测试题答案 42

● 第9章 食物营养规划与营养改善

- 一、学习要求 44
- 二、职业鉴定考核要点 44
- 三、测试题 44
- 四、测试题答案 46

● 第10章 食品安全与管理

- 一、学习要求 47
- 二、职业鉴定考核要点 47
- 三、测试题 47
- 四、测试题答案 48

● 第11章 食物与营养的政策和法规

- 一、学习要求 50
- 二、职业鉴定考核要点 50
- 三、测试题 50



四、测试题答案 52

营养指导员（国家职业资格二级）职业技能鉴定考试简介	54
知识考核模拟试卷（一）	56
知识考核模拟试卷（一）答案	63
知识考核模拟试卷（二）	64
知识考核模拟试卷（二）答案	72
技能考核模拟试卷	73
技能考核模拟试卷答案	75

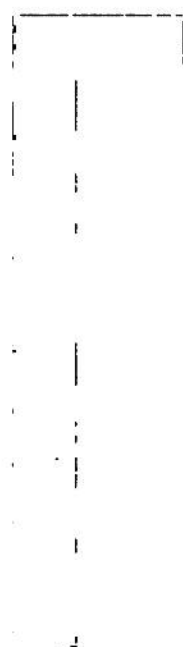


1

第一篇

食物选择

第 1 章	食品新资源	/3
第 2 章	保健食品	/8
第 3 章	植物化学物	/12



第1章 食品新资源

一、学习要求

通过本章的学习,使学员了解食品新资源的概念和种类,掌握各类食品新资源的营养与功能作用及其与人体健康的关系。

二、职业鉴定考核要点

鉴定范围	鉴定点	重要程度
食品新资源	食品新资源基础知识	★
	畜禽类动物新资源	★★★
	水生动物新资源	★★★
	昆虫类新资源	★★★
	植物新资源	★★★
	微生物新资源	★★★
	碳水化合物类新资源	★★★
	合成食物新资源	★★

三、测试题

● (一) 填空题 (请将正确答案填在横线空白处)

1. 新资源食品的非营养素的特殊主要成分是_____。
2. 鹌鹑肉中的氨基酸含量较高的是_____、_____。
3. 与茶油的化学组成和物理、化学常数极其相近的油是_____。
4. 棉籽蛋白中常含有的有害物质是_____。
5. 油茶饼中含有两种必须除去的成分是_____。
6. 酵母菌含有几乎所有的氨基酸,但也有较高的_____,对痛风病人不利,食用时应去除。



7. 木糖醇不会受_____和_____作用生成酸性物质, 固有防龋齿的作用。

● (二) 判断题 (下列判断正确的请打“√”, 错误的打“×”)

1. 对食品新资源的生产销售必须经过严格的毒理试验、经卫生行政部门审批后方可进行生产销售。 ()
2. 林蛙油中含量较高的脂肪酸是二十碳五烯酸和二十二碳六烯酸。 ()
3. 海产鱼中的含量高于淡水鱼类的脂肪酸是十六烯酸和十八碳二烯酸。 ()
4. 泥鳅体内含有泥鳅多糖, 所以有提高免疫力的作用。 ()
5. 昆虫油脂的脂肪酸组成最接近于谷类。 ()
6. 螺旋藻与豆类混合食用时, 能提高其蛋白质互补作用。 ()
7. 交联淀粉在食品工业中被用做增稠剂。 ()

● (三) 单项选择题 (下列每题选项中, 只有1个是正确的, 请将其代号填在横线的空白处)

1. 食品新资源开发的重点是_____。
A. 具有重要生理活性的非营养成分 B. 蛋白质
C. 维生素 D. 矿物质
2. 下列对功能性食品描述正确的是_____。
A. 蛋白质含量高 B. 膳食纤维含量高
C. 维生素含量丰富 D. 能够调节机体生理功能、起保健作用
3. 对食品新资源的生产销售描述不正确的是_____。
A. 必须经过严格的毒理试验
B. 必须经卫生行政部门审查
C. 可以宣传或暗示其疗效
D. 国家卫生部实施审批后方可进行生产销售
4. 黑猪肉口感特别鲜美, 不含腥膻味是因为含有较高量的_____。
A. 谷氨酸 B. 天门冬氨酸 C. 酪氨酸 D. 苯丙氨酸
5. 下列氨基酸在鹌鹑肉中的含量较其他畜禽肉高几倍的是_____。
A. 赖氨酸 B. 谷氨酸 C. 亮氨酸 D. 酪氨酸
6. 下列禽肉中, 胆固醇含量最低的是_____。
A. 鹌鹑 B. 火鸡 C. 鸵鸟 D. 鸽子
7. 鳗鱼脂肪酸组成中, 含量最多的是_____。
A. 软脂酸 B. 肉豆蔻酸 C. 硬脂酸 D. 十六烯酸
8. 泥鳅体内有提高免疫力作用的是_____。
A. 铁 B. 维生素B₁ C. 烟酸 D. 泥鳅多糖
9. 下列水生生物中可作为牛磺酸来源的是_____。
A. 柄海鞘 B. 鳗鱼 C. 泥鳅 D. 鳖

10. 下列食物中维生素 A 的含量高于蜂蛹的有_____。
A. 牛奶 B. 鸡蛋 C. 鱼肝油 D. 牛肉
11. 昆虫油脂的脂肪酸组成最接近于_____。
A. 肉类 B. 鱼油 C. 谷类 D. 蔬菜
12. 松子油中含量最高的维生素是_____。
A. 维生素 A B. 维生素 B₁ C. 维生素 B₂ D. 维生素 E
13. 棉籽蛋白氨基酸组成中, 含量低的氨基酸是_____。
A. 蛋氨酸 B. 赖氨酸 C. 苯丙氨酸 D. 亮氨酸
14. 下列食品中与螺旋藻混合食用时, 能起到蛋白质互补作用的是_____。
A. 豆类 B. 谷类 C. 肉类 D. 蔬菜
15. 姬松茸中对改善和防治骨质疏松症有重要作用的物质是_____。
A. 维生素 D B. 麦角甾醇 C. 钙 D. 磷
16. 下列比蔗糖甜的糖醇是_____。
A. 木糖醇 B. 麦芽糖醇 C. 山梨醇 D. 甘露醇
17. 木糖醇的生理功能是_____。
A. 降血压 B. 降血脂 C. 防龋齿 D. 预防骨质疏松症
18. 下列可治疗胃酸过多症和防治消化性胃溃疡的多糖是_____。
A. 茶多糖 B. 壳聚糖 C. 透明质酸 D. 海参多糖
19. 下列可用于新鲜水果的涂层, 防止水果腐烂的脂肪代用品是_____。
A. 蔗糖脂肪酸聚酯 B. 戊糖脂肪酸酯
C. 二元酸酯 D. 丙氧基甘油酯

● (四) 多项选择题 (下列每题选项中, 至少有 2 个是正确的, 请将其代号填在横线的空白处)

1. 新资源食品的主要成分有_____。
A. 蛋白质 B. 脂肪 C. 碳水化合物 D. 维生素
E. 矿物质
2. 火鸡肉的脂肪含有的脂肪酸主要为_____。
A. 软脂酸 B. 花生酸 C. 棕榈酸 D. 亚油酸
E. 硬脂酸
3. 哈士蟆油不具有的功能作用是_____。
A. 抗应激 B. 降血脂 C. 抗氧化 D. 抗疲劳
E. 延缓衰老
4. 下列食物中含钙量低于田螺肉的是_____。
A. 大豆 B. 鸡肉 C. 牛肉 D. 猪肉
E. 虾



5. 海产鱼中的含量高于淡水鱼类的脂肪酸是_____。
A. 十六烯酸 B. 十八碳二烯酸 C. 十八碳三烯酸 D. 二十碳五烯酸
E. 二十二碳六烯酸
6. 蚕蛹的功能作用有_____。
A. 降血脂 B. 提高免疫功能 C. 抗氧化 D. 抗肿瘤
E. 镇痛
7. 在将棉籽饼粕作为人类食品或单胃动物饲料前，必须除去棉籽中的有害物质是_____。
A. 皂素 B. 单宁 C. 棉酚 D. 环丙烯脂肪酸
E. 硫葡萄糖苷
8. 未处理的油茶饼中，含有的有害物质是_____。
A. 皂素 B. 单宁 C. 难水解多糖 D. 植酸
E. 芥子
9. 真菌蛋白不含的物质是_____。
A. 纤维 B. 核糖核酸 C. 维生素 A D. 植酸
E. 植酸盐
10. 下列属功能性低聚糖的是_____。
A. 低聚果糖 B. 低聚异麦芽糖 C. 帕拉金糖 D. 乳糖
E. 环糊精
11. 下列可在食品工业中用作增稠剂的多糖是_____。
A. 交联淀粉 B. 羟丙基淀粉 C. 环状糊精 D. 磷酸酯淀粉
E. 羧甲基淀粉

● (五) 名词解释

1. 食品新资源
2. 叶蛋白
3. 低聚糖

● (六) 简答题

如何保证新资源食品的安全性？

四、测试题答案

● (一) 填空题

1. 生物活性物质
2. 苯丙氨酸 酪氨酸
3. 橄榄油

4. 棉酚和环丙烯脂肪酸

5. 皂素和单宁

6. 核酸

7. 酵母 细菌

● (二) 判断题

1. √ 2. √ 3. × 4. √ 5. × 6. × 7. √

● (三) 单项选择题

1. A 2. D 3. C 4. A 5. B 6. B 7. A 8. D
9. A 10. C 11. B 12. D 13. A 14. B 15. B 16. A
17. C 18. B 19. B

● (四) 多项选择题

1. ABCDE 2. CD 3. ABDE 4. ABCDE
5. DE 6. ABCD 7. CD 8. AB
9. DE 10. ABC 11. ABDE

● (五) 名词解释

1. 食品新资源：是指新发现、新引进、新研制的无食用习惯或仅在个别地区有食用习惯，符合食品基本要求的物品。

2. 叶蛋白：也称维生素—蛋白质胶，一种植物食品新资源，其蛋白质含量丰富，氨基酸组成齐全且配比合理，有较高的生物学价值。此外，胡萝卜素、叶黄素、维生素 E、K、C 和 B 族维生素含量也较高。在我国资源丰富。常见的有大豆叶粉、荷叶粉、艾叶粉等。

3. 低聚糖：又称寡糖，是指 2~10 个单糖通过糖苷链连接形成的直链或分支链的一类低度聚合糖。低聚糖分为功能性低聚糖和普通型低聚糖两大类。功能性低聚糖已开发成功的有低聚果糖、大豆低聚糖、低聚半乳糖、低聚异麦芽糖、帕拉金糖、甲壳低聚糖、低聚木糖、乳酮糖、低聚乳果糖、低聚龙胆糖等 10 余种。

● (六) 简答题

新资源食品作为新的食品，为了保证其安全性，按国家《食品新资源卫生管理办法》的规定，新资源食品（含以此为原料的食品），必须经过严格的毒理试验，并向所在地省级卫生行政部门提出申请，经受理申请的卫生行政部门审查后，报国家卫生部审批后方可进行生产销售，并禁止以任何形式宣传或暗示其疗效。

第2章 保健食品

一、学习要求

通过本章的学习,使学员了解保健食品的概念和分类,掌握保健食品的营养作用及其功能成分与功能作用,熟悉对保健食品的要求与管理。

二、职业鉴定考核要点

鉴定范围	鉴定点	重要程度
保健食品	保健食品的概念	★
	保健食品分类和成分	★★★
	保健食品的管理	★★

三、测试题

● (一) 填空题 (请将正确答案填在横线空白处)

1. 保健食品的基本要求是_____、_____、_____。
2. 马钱子、洋金花、广防己是保健食品_____用物品。

● (二) 判断题 (下列判断正确的请打“√”,错误的打“×”)

1. 保健食品具有调节人体机能的功能,故可用于所有人群。 ()
2. 五味子素具有清除自由基的作用。 ()
3. 酪蛋白磷酸肽的主要功能是促进酪蛋白的分解代谢。 ()
4. 人参和人参叶都可用于保健食品。 ()
5. D-果糖为功能性单糖,甜度大,所以不适合糖尿病患者食用。 ()

● (三) 单项选择题 (下列每题选项中,只有1个是正确的,请将其代号填在横线的空白处)

1. 关于保健食品,下列描述不正确的是_____。
A. 保健食品是不以治疗为目的的食品