



国家职业技能鉴定考试指导

国家职业资格培训教程配套辅导练习

公共营养师

杨月欣 主编

人力资源和社会保障部教材办公室组织编写

(国家职业资格三级)

 中国劳动社会保障出版社



国家职业技能鉴定考试指导

国家职业资格培训教程配套辅导练习

第1版 (2011年11月)

公共营养师

(国家职业资格三级)

主 编 杨月欣

副主编 孙贵菊 马爱国 蔡云清

编 者 蔡云清 孙长颢 向雪松 周昇昇 王 竹

孙贵菊 马爱国 杨月欣

图书在版编目(CIP)数据

公共营养师：国家职业资格三级/杨月欣主编；人力资源和社会保障部教材办公室组织编写. —北京：中国劳动社会保障出版社，2009

国家职业资格培训教程配套辅导练习

ISBN 978-7-5045-7856-3

I. 公… II. ①杨…②人… III. 营养学-技术培训-习题 IV. R151-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 113499 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

*

新华书店经销

北京新华印刷厂印刷 北京密云青云装订厂装订

787 毫米×1092 毫米 16 开本 17 印张 328 千字

2009 年 8 月第 1 版 2009 年 8 月第 1 次印刷

定价：29.00 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

编写说明

《国家职业资格培训教程辅导练习》(以下简称《辅导练习》)是《国家职业资格培训教程》(以下简称《教程》)的配套辅助教材,每本《教程》对应配套编写一册《辅导练习》。《辅导练习》共包括两部分:

第一部分:鉴定指导。此部分内容按照《教程》章的顺序,对照《教程》各章内容编写。每章包括五项内容:考核要点、重点复习提示、理论知识辅导练习题、专业能力辅导练习题、参考答案及说明。

——考核要点是依据国家职业标准、结合《教程》内容归纳出的该职业从基础知识到《教程》各章内容的考核要点,以表格形式叙述。表格由考核范围、理论知识考核要点及专业能力考核要点三部分组成。

——重点复习提示为《教程》各章内容的重点提炼,使读者在全面了解《教程》内容基础上重点掌握核心内容,达到更好地把握考核要点的目的。

——理论知识辅导练习题题型采用三种客观性命题方式,即判断题、单选题和多选题,题目内容、题目数量严格依据理论知识考核要点,并结合《教程》内容设置。

——专业能力辅导练习题题型按职业实际情况安排了实际操作题、模拟操作题、案例选择题、案例分析题、情景题、写作题等,部分职业还依据职业特点及实际考核情况采用了其他题型。专业能力题目针对不同题型均给出了答案。

——参考答案及说明中,除答案外对题目还配有简要说明,重点解读出题思路、答题要点等易出错的地方,目的是完成解题的同时使读者能够对学过的内容重新进行梳理。

第二部分:模拟试卷。包括该级别理论知识考核模拟试卷和专业能力考核模拟试卷若干套,并附有参考答案。理论知识考核模拟试卷体现了本职业该级别大部分理论知识考核要点的内容;专业能力考核模拟试卷完全涵盖了专业能力考核范围,体现了专业能力考核要点的内容。

本职业《辅导练习》共包括5本,即基础知识、国家职业资格四级、国家职业资格三级、国家职业资格二级和国家职业资格一级,本书是其中的一本,适用于对三级公共营养师的职业技能培训和鉴定考核。

本书在编写过程中得到了卫生部人才交流服务中心和中国 CDC 营养与食品安全所的大力支持与协助,在此一并表示衷心的感谢。

编写《辅导练习》有相当的难度,是一项探索性工作。由于时间仓促,缺乏经验,不足之处在所难免,恳切欢迎各使用单位和个人提出宝贵意见和建议。

目 录

第一部分 鉴定指导

第一章 膳食调查和评价	(1)
考核要点.....	(1)
重点复习提示.....	(1)
理论知识辅导练习题.....	(6)
专业能力辅导练习题.....	(22)
参考答案及说明.....	(27)
第二章 人体营养状况测定和评价	(36)
考核要点.....	(36)
重点复习提示.....	(36)
理论知识辅导练习题.....	(39)
专业能力辅导练习题.....	(52)
参考答案及说明.....	(61)
第三章 营养咨询和教育	(72)
考核要点.....	(72)
重点复习提示.....	(72)
理论知识辅导练习题.....	(77)
专业能力辅导练习题.....	(91)
参考答案及说明.....	(95)
第四章 膳食指导和评估	(101)
考核要点.....	(101)
重点复习提示.....	(101)
理论知识辅导练习题.....	(103)
专业能力辅导练习题.....	(117)

参考答案及说明.....	(124)
第五章 食品营养评价	(131)
考核要点.....	(131)
重点复习提示.....	(131)
理论知识辅导练习题.....	(136)
专业能力辅导练习题.....	(157)
参考答案及说明.....	(162)
第六章 社区营养管理和干预	(171)
考核要点.....	(171)
重点复习提示.....	(171)
理论知识辅导练习题.....	(177)
专业能力辅导练习题.....	(192)
参考答案及说明.....	(199)

第二部分 模拟试卷

理论知识考核模拟试卷（一）.....	(210)
理论知识考核模拟试卷参考答案及说明（一）.....	(225)
理论知识考核模拟试卷（二）.....	(226)
理论知识考核模拟试卷参考答案及说明（二）.....	(239)
专业能力考核模拟试卷（一）.....	(240)
专业能力考核模拟试卷参考答案及说明（一）.....	(247)
专业能力考核模拟试卷（二）.....	(253)
专业能力考核模拟试卷参考答案及说明（二）.....	(258)

第一部分 鉴定指导

第一章 膳食调查和评价

考核要点

考核范围	理论知识考核要点	专业能力考核要点
食物摄入量调查	<ol style="list-style-type: none">1. 掌握 24 h 回顾法、记账法、称重记账法的基本特点和适用范围2. 掌握 24 h 回顾法、记账法、称重记账法调查表的设计要求3. 掌握膳食史法调查的误差来源4. 掌握食物实际消耗量、每人每日各种食物的摄入量的计算5. 熟悉标准人的概念及计算方法6. 掌握人日数的计算公式	<ol style="list-style-type: none">1. 掌握 24 h 膳食回顾调查程序2. 掌握记账法调查的程序和注意事项
膳食调查结果的计算与评价	<ol style="list-style-type: none">1. 掌握膳食结构的概念、评价的依据2. 熟悉膳食结构分析评价注意事项3. 掌握膳食营养素计算的基本方法和评价4. 掌握产能营养素及其产热系数的概念, 供能比的计算公式5. 掌握混合系数的概念和计算方法6. 掌握膳食调查数据库的概念、构成7. 掌握膳食调查报告的主要内容和格式	<ol style="list-style-type: none">1. 掌握膳食结构分析与评价方法2. 掌握营养素摄入量的计算方法3. 掌握食物来源和能量来源的计算和评价方法4. 掌握三餐提供能量比例的计算和评价方法5. 掌握数据库和调查报告的撰写方法

重点复习提示

一、食物摄入量调查

1. 24 h 回顾法、记账法、称重记账法的基本特点和适用范围

(1) 24 h 回顾法

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

24 h 回顾法的技术要点：

- 1) 适用于描述不同人群个体的食物摄入情况。
- 2) 一般选用 3 天连续调查法。
- 3) 可面对面询问，也可用开放式表格或事先编码好的调查表通过电话、录音机等进行询问。
- 4) 询问时，调查员不但要专业技术熟练，还要态度诚恳。
- 5) 回顾后可用一个食物清单进行核对，因为一些食物或零食很容易被遗忘。
- 6) 询问一般要求在 15~40 min 内完成。
- 7) 调查表的设计是关系到调查质量的关键因素。

(2) 记账法

记账法是根据账目的记录得到调查对象的膳食情况进行营养评价的一种膳食调查方法，常和称重法一起应用。

记账法调查的基本方法和要点：

- 1) 记账法的基础是膳食账目，所以要求被调查单位的伙食账目完善，数据可靠。
- 2) 对于家庭，使用记账法进行调查时，可在调查开始前登记其所有储存的及新购进的食物种类和数量，以及调查期间购入的食物，在调查结束时再次称量全部剩余食物的重量，然后计算出调查期间消费的食品总量。

记账法的优缺点：

- 1) 记账法适合于家庭调查，也适合于幼儿园、中小学校或部队的膳食调查。
- 2) 记账法可以调查较长时期的膳食，如 1 个月或更长。
- 3) 在记录精确和每餐用餐人数统计确实的情况下，能够得到较准确的结果。
- 4) 与其他方法相比较记账法不但可以调查长时期的膳食，而且适合于在全年不同季节进行调查。
- 5) 记账法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) 称重记账法

称重记账法是由调查对象或研究者称量记录一定时期内的食物消耗总量，研究者通过查阅这些记录，并根据同一时期进餐人数，计算每人每日各种食物的平均摄入量。

称重记账法的特点是：

- 1) 操作简单，所需费用低，人力少，适合于大样本调查。

- 2) 记录比单纯记账法精确，能够得到较准确的结果。
- 3) 较少依赖记账人员的记忆，食物遗漏少。
- 4) 适合进行全年不同季节的调查。
- 5) 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。

2. 食物实际消耗量的计算

根据记账法中统计3天内家庭的食物结存量、购进食物总量、废弃食物总量和剩余总量来计算。公式为：

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

3. 每人每日各种食物的摄入量的计算

家庭平均每人每日每种食物摄入量 = 实际消耗量 ÷ 家庭总人日数

个人人日数 = 早餐餐次总数 × 早餐餐次比 + 中餐餐次总数 × 中餐餐次比 + 晚餐餐次总数 × 晚餐餐次比

全家总人日数 = 所有在家用餐个人的人日数之和

4. 每人每日各种营养素的摄入量的计算

平均每人每日营养素摄入量是根据食物成分表中各种食物的能量及营养素的含量来计算的。公式有：

食物中某营养素含量 = [食物量 (g) / 100 × 可食部分比例] × 每百克食物中营养素含量

家庭某种营养素的总摄入量 = 家庭摄入所有食物中的营养素的量累加

平均每人每日某营养素摄入量 = 家庭某种营养素摄入量 ÷ 家庭总人日数

5. 标准人的概念及计算方法

由于调查对象的年龄、性别和劳动强度有很大的差别，所以无法用营养素的平均摄入量进行相互间的比较。为此，一般将各个人群都折合成标准人进行比较。折合的方法是以体重60 kg成年男子从事轻体力劳动者为标准人，以其能量供给量10.03 MJ (2 400 kcal) 作为1，其他各类人员按其能量推荐量与10.03 MJ之比得出各类人的折合系数。

标准人日 = 标准人系数 × 人日数

全家的标准人日数 = 成员1标准人系数 × 人日数 + 成员2标准人系数 × 人日数……

混合系数 = 全家的标准人日数 ÷ 全家总人日数

该人群标准人的食物摄入量 = 人均食物摄入量 ÷ 混合系数

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

计算出人群标准人的食物和营养素摄入量后，就能够在不同年龄、性别和劳动强度的人群之间进行比较。

6. 人日数的计算

一个人吃早、中、晚三餐为一个人日数。全家总人日数为所有在家用餐个人的人日数之和。

在实际工作中，使用不同的膳食调查方法，个人人日数的计算有所不同，家庭食物称重法中在外就餐不计算在餐次总数，则个人的人日数和全家总人日数计算公式：

个人人日数 = 早餐餐次总数 × 早餐餐次比 + 中餐餐次总数 × 中餐餐次比 + 晚餐餐次总数 × 晚餐餐次比

在做集体膳食调查时，例如在某托儿所调查，早餐有 20 名儿童进餐、午餐有 30 名、晚餐有 25 名。人日数计算如下：

(1) 确定餐次比。餐次比的确定一般为 30%、40%、30% 左右为宜，也可按照儿童的三餐能量比各占 1/3 计算，儿童餐次比例不是一成不变的数值。

(2) 计算群体总人日数。总人日数： $(20+30+25) \times 1 \div 3 = 25$ 人日。

若该托儿所三餐能量分配比例为早餐 20%、午餐 40%、晚餐 40%，则总人日数计算为： $20 \times 0.2 + 30 \times 0.4 + 25 \times 0.4 = 26$ 人日。

二、膳食调查结果的计算与评价

1. 膳食模式评价依据

膳食模式评价的依据是中国居民平衡膳食宝塔。

2. 膳食模式分析报告的格式

根据 24 h 膳食调查结果将食物分为 9 类。统计各类食物的摄入总量。将被调查者的劳动强度按低、中、高的不同水平与平衡膳食宝塔建议的各类食物参考摄入量进行比较。分析判断各类食物摄入量是否满足人体需要。

3. 膳食能量评价指标

(1) 能量的食物来源。

(2) 能量的营养素来源。

(3) 三餐提供能量的比例。

4. 膳食营养素评价指标

结合不同被调查者的性别、年龄、体力活动水平，根据计算出的营养素摄入量与中国居民膳食营养素参考摄入量（RNI 或 AI）进行比较。分析个体膳食摄入的食物中含有的营养素是否达到了中国居民膳食营养素参考摄入量的要求。分析群体中各种营养素达到中国居民膳食营养素参考摄入量要求的人数百分比。

5. 膳食调查数据库的概念

膳食调查数据库是依照某种数据模型组织起来并存放在二级存储器中的数据集合。这种数据集合具有如下特点：尽可能不重复，以最优方式为某个特定组织的多种应用服务，其数据结构独立于使用它的应用程序，对数据的增、删、改和检索由统一软件进行管理和控制。数据库是数据管理的高级阶段，它是由文件管理系统发展起来的。

依据调查表建立的数据库，应该包括 5 个变量：

- (1) 被调查者编码，变量名为 ID，变量的长度为两位。
- (2) 食物编码，变量名为 D1，变量长度为 6 位。食物编码是在《食物成分表》中规定的编码，查《食物成分表》即可得到相应食物的食物编码。目前《食物成分表》中采用的是 6 位数字编码的方法，前 2 位数字是食物的类别编码，第 3 位数字是食物的亚类编码，最后 3 位数字是食物在亚类中的排列序号。
- (3) 食物的重量，变量名称 D2，变量长度为 6 位。
- (4) 进餐时间，变量名称 D3，变量长度为 1 位。
- (5) 进餐地点，变量名称 D4，变量长度为 1 位。

6. 膳食调查数据库的构成

数据库的基本结构分为三个层次，反映了观察数据库的三种不同角度。

(1) 原始数据

是用户加工的对象，由内部模式描述的指令操作处理的位串、字符和字组成。

(2) 概念数据层

它是数据库的中间一层，是数据库的整体逻辑表示，指出了每个数据的逻辑定义及数据间的逻辑联系，是存储记录的集合，它所涉及的是数据库所有对象的逻辑关系，而不是它们的物理情况，是数据库管理员概念下的数据库。

(3) 逻辑数据层

它是用户所看到和使用的数据库，表示了一个或一些特定用户使用的数据集合，即逻辑记录的集合。

7. 膳食调查报告的撰写

(1) 膳食调查报告的主体内容

- 1) 居民食物摄入状况。
- 2) 居民能量和主要营养素摄入状况。
- 3) 居民能量、蛋白质、脂肪的来源。
- 4) 居民膳食结构状况与膳食指南的比较。
- 5) 针对存在问题提出建议。

（2）调查报告的写法和格式

调查报告一般包括标题、署名、正文、参考文献。调查报告的格式内容包括：题目、报告撰写者姓名和单位、前言、主体（人群对象、材料、方法、结果）、讨论、结语、参考文献、致谢等。

理论知识辅导练习题

一、判断题（下列判断正确的请在括号中打“√”，错误的请在括号内打“×”）

1. 24 h 回顾法的优点是所用时间短，应答者和调查员不需要较高的文化程度和技巧。 ()
2. 24 h 回顾法既可用于评价全体人群的膳食摄入量，也适合描述不同组个体的膳食平均摄入量。 ()
3. 24 h 回顾法不存在人日数计算的问题。 ()
4. 24 h 回顾法中的 24 h 是指从调查前最后一餐吃东西开始向前推 24 h。 ()
5. 以家庭为单位进行 24 h 膳食调查时不需要记录调查对象在外用餐的情况。 ()
6. 回顾法对那些饮食中每天有较大变异的个体是不适宜的。 ()
7. 3 天回顾法调查通常选择 1 个工作日和 2 个休息日进行。 ()
8. 膳食史的调查是利用频率法来询问和记录的。 ()
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。 ()
10. 记账法的优点是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。 ()
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。 ()
12. 如果被调查单位人员的劳动强度、性别、年龄等组成不同，我们可以用人数的平均值作为每人每日营养素摄入水平。 ()
13. 记账法一般不能忽略各种小杂粮和零食的摄入量。 ()
14. 记账法不需要考虑零食的摄入。 ()
15. 家庭称重法中在外就餐也计算在餐次总数。 ()
16. 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 ()
17. 标准人的折合方法是以体重 60 kg 成年男子从事中体力劳动者作为标准人的。 ()
18. 对一个家庭的 2 名成员进行了 3 天的膳食调查，故总人日数为 6。 ()

19. 我国居民传统的膳食结构特点是高碳水化合物、高膳食纤维和低动物脂肪。()
20. 膳食结构评价的依据是中国居民膳食营养素参考摄入量。()
21. 将一个人摄入的所有豆制品的量相加即为豆类及其制品的摄入量。()
22. 膳食营养素摄入量结果分析与评价的主要依据是中国居民膳食营养素参考摄入量。()
23. 将被调查者 24 h 内对各类食物的消费量与相应的平衡膳食宝塔建议的量进行比较时,只需评价各类食物的消费量是否充足即可。()
24. 群体膳食营养素评价即分析群体中各种营养素达到中国居民膳食营养素参考摄入量要求的人数百分比。()
25. 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。()
26. 在家庭中,平均每人每日某营养素摄入量=全家某种营养素总摄入量÷标准人数。()
27. 平衡膳食宝塔建议的各类食物摄入量是一个平均值和比例,每日生活无须每天都照样照比,但是要经常遵循宝塔各层各类食物的大体比例。()
28. 被调查者编码,变量名为 ID,变量长度至少为 3 位。()
29. 《食物成分表 2002》中的食物编码的后 3 位是食物的亚类编码。()
30. 数据库的基本结构分为原始数据、数据共享、概念数据层和逻辑数据层 4 个部分。()
31. 膳食调查数据库不同层次之间的联系是通过映射进行转换的。()
32. 原始数据是用户加工的对象,由内部模式描述的指令操作处理的位串、字符和字组成。()
33. 数据录入软件允许限定变量的取值范围,这也需要在建立数据库的过程中加以设定。()
34. 人群膳食调查报告主体内容不包括居民能量和主要营养素摄入状况。()
35. 人群膳食调查报告中要进行居民膳食结构状况的分析,并与膳食指南比较,给出结论。()
36. 《食物成分表 2002》中采用的 6 位数字编码方法,前 2 位为食物的类别编码。()
37. 《食物成分表 2002》中采用的 6 位数字编码方法,第 4 位为食物的亚类编码。()
38. 建立数据库结构时设定取值范围的作用是避免数据录入错误,提高数据质量。()

39. 《食物成分表 2002》中的食物编码有 6 位, 代表食物类别编码的是前 3 位。()
40. 《食物成分表 2002》中的食物编码有 6 位, 代表食物在亚类中的排列序号是后 3 位。()
41. 称重法进行膳食调查的优点为适合于大规模的营养调查。()
42. 称重记账法难以进行个体膳食摄入情况的分析。()
43. 24 h 回顾法只需要进行 1 天就可以了。()
44. 混合系数是指所调查的家庭或单位每个标准人的标准人日数之和除以全家总人日数。()
45. 在进行能量食物来源计算时, 常把食物分为谷类、豆类、薯类、动物性食品、纯热能食物和其他六大类。()
46. 在进行能量食物来源计算时, 常把食物分为谷类、豆类、薯类、动物性食品、纯热能食物和蔬菜水果六大类。()
47. 称重法中食物生熟比值的计算是必需的。()
48. 建立膳食调查数据库时不同膳食调查方法的数据库结构是相同的。()
49. 数据库是数据管理的高级阶段。()
50. 应加大对中国居民膳食宝塔的宣传, 提倡人们每天严格按宝塔所建议的食物摄入量摄取食物。()

二、单项选择题(下列每题有 4 个选项, 其中只有 1 个是正确的, 请将其代号填写在横线空白处)

- 下列叙述正确的是_____。
 - 传统的 24 h 回顾法调查不统计调味品的摄入量
 - 膳食史法被广泛用于营养与慢性病的流行病学调查
 - 顾名思义, 24 h 回顾法只需要调查被调查者 1 天的膳食摄入就可以了
 - 记账法适用于幼儿园、学校等集体单位的膳食调查, 不适用于家庭
- _____年没有进行过全国性营养调查。

A. 1968	B. 1982
C. 1992	D. 2002
- 下面关于 24 h 回顾法的描述不正确的是_____。
 - 24 h 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
 - 在实际工作中一般选用 3 天连续调查方法
 - 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. 24 h 一般是指被调查者从最后一餐吃东西开始向前推 24 h
4. 早餐、中餐、晚三餐的适宜餐次比是_____。
- A. 20%、50%、30% B. 30%、40%、30%
- C. 30%、50%、20% D. 20%、60%、20%
5. 在某食堂的调查中,早餐有 40 名员工进餐、午餐有 50 名、晚餐有 30 名,三餐的能量分配比例为早餐 30%、午餐 40%、晚餐 30%,则总人数为_____。
- A. 40 B. 41
- C. 43 D. 45
6. 若规定餐次比是早餐占 20%,午餐、晚餐各占 40%,如果某一家庭成员某日记录到早餐、午餐,那么该成员的人日数为_____。
- A. 0.4 B. 0.6
- C. 0.8 D. 1.0
7. 关于 24 h 回顾法的优点描述错误的是_____。
- A. 所用时间短,应答者不需要较高文化
- B. 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
- C. 调查员不需要严格培训
- D. 其结果对于人群营养状况分析非常有价值
8. 我国在_____年进行的全国营养调查时开始对 24 h 回顾法进行改进,调味品的资料采用了称重法获得的调味品数据,即采用称重法修正的 24 h 回顾法。
- A. 1959 B. 1982
- C. 1992 D. 2002
9. 膳食调查报告主体内容不包括_____。
- A. 居民食物摄入状况 B. 居民能量和主要营养素摄入状况
- C. 居民的体格状况 D. 居民膳食结构的评价
10. 在计算标准人折合系数时,标准人是指_____。
- A. 体重 65 kg 从事轻体力劳动的成年男子
- B. 体重 60 kg 从事中体力劳动的成年男子
- C. 体重 60 kg 从事轻体力劳动的成年女子
- D. 体重 60 kg 从事轻体力劳动的成年男子
11. 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. 24 h 回顾法 B. 膳食史法
- C. 称重法 D. 称重记账法

12. 一个孕中期妇女的标准人系数为_____。
- A. 0.88 B. 0.85
C. 0.96 D. 1.21
13. 我国居民的膳食结构属于_____。
- A. 动植物食物平衡的膳食结构 B. 以植物性食物为主的膳食结构
C. 以动物性食物为主的膳食结构 D. 地中海膳食结构
14. 膳食结构评价的依据是_____。
- A. 中国居民膳食营养素参考摄入量 B. 健康人群的膳食模式
C. 地中海膳食模式 D. 中国居民平衡膳食宝塔
15. 膳食结构的评价方法：根据 24 h 膳食调查结果将食物按_____类进行分类，统计各类食物的摄入总量。
- A. 6 B. 7
C. 8 D. 9
16. 在进行膳食结构评价计算奶类的摄入量时，是按蛋白质的含量折算成_____的量进行计算的。
- A. 奶粉 B. 鲜牛乳
C. 配方奶粉 D. 母乳
17. 膳食营养素摄入量结果分析与评价的主要依据是_____。
- A. 中国居民膳食营养素参考摄入量 B. 健康人群的膳食模式
C. 地中海膳食模式 D. 中国居民平衡膳食宝塔
18. 每百克某品牌豆奶粉的蛋白质含量为 27.4 g，则 500 g 该豆奶粉折合成大豆的量是_____ g（每百克黄豆中蛋白质的含量为 35.1 g）。
- A. 260 B. 390
C. 420 D. 630
19. 每百克某品牌奶粉的蛋白质含量为 22 g，则 500 g 该奶粉折合成鲜奶的量是_____ g（每百克鲜奶中蛋白质的含量为 3 g）。
- A. 3 667 B. 4 210
C. 5 120 D. 6 550
20. 刘某一天摄入的蛋白质为 50.6 g，脂肪为 65.0 g，碳水化合物为 220.3 g，则刘某的全天总的能量摄入量为_____ kcal。
- A. 1 560 B. 1 669
C. 1 788 D. 1 789