遂昌县教育局关于开展2018年全县中小学生食品安全知识知晓率抽检的通知

县属学校，各乡镇（街道）中小学：

根据《浙江省千万学生饮食放心工程学校食品安全教育活动方案》《遂昌县深化学生饮食放心工程建设工作方案》和《遂昌县深化学生饮食放心工程任务落实方案》的文件精神及要求，经决定开展2018年全县中小学生食品安全知识知晓率抽测，现将相关事宜通知如下：

一、抽测内容

初中一年级抽测小学年段内容，高中一年级抽测初中年段的内容。问卷测试内容依据《浙江省中小学生食品安全知识要点》（见附件1）规定范围，结合学校学科课程教学的内容进行。测试卷题型分两类：单项选择题和判断题。试卷共20道题，其中单项选择题12道，判断题8道；每小题5分，选择题共60分，判断题共40分，满分100分。

二、抽测方式

采用书面问卷方式，对学校相应学生进行抽测，核查学生食品安全知识知晓率，以下为抽测人数：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 抽测学校名称 | | 样本人数（人） |
| 1 | 高中 | 遂昌中学 | 一个班级 |
| 2 | 遂昌县中等职业学校 | 一个班级 |
| 3 | 初中 | 遂昌县第三中学 | 一个班级 |
| 4 | 遂昌县育才中学 | 一个班级 |
| 5 | 遂昌县民族中学 | 一个班级 |
| 6 | 遂昌县万向中学 | 一个班级 |
| 7 | 遂昌县云峰中心学校 | 一个班级 |

三、抽测对象

初中一年级及高中一年级学生

四、知晓率测定

知晓率=参测学生得分总和/（参测学生数×100）×100%

五、其他

测试练习题及模拟卷（见附件2）。小学六年级学校自行组织测试，试卷及成绩留档备查；初中一年级和高中一年级学校自行测试后，将所有学生成绩于12月25日前发到安全科邮箱（sc8132577@163.cim）,并将试卷存档备查，成绩登记表（见附件3）。县教育局将在2019年1月份抽测初中一年级和高中一年级的一个班级。

附件：1.浙江省中小学生食品安全教育知识要点

2.测试练习题及模拟卷

3.成绩登记表

遂昌县教育局

2018年11月28日

(此件公开发布)

**附件1**

**浙江省中小学生食品安全教育知识要点**

**小学阶段**：

1.讲究卫生，饭前洗手，饭后漱口，不用手抓食物。

2.吃饭要细嚼慢咽，不要狼吞虎咽。专心吃饭，不说笑打闹。

3.不在街头无证小摊点购买食品。

4.不购买来历不明的产品或过期食品。

5.生吃瓜果、蔬菜要洗净。带皮的水果和蔬菜应尽量削皮吃。

6.长期挑食、偏食不利于健康，往往会造成营养不良、缺铁性贫血等。

7.一日三餐要合理，饮食要有度，吃饭有规律。不挑食、不偏食、不暴饮暴食。

8.贪吃使能量和营养摄入过量，容易造成肥胖，影响人的健康。

9.饮食要清淡少盐，过多吃过咸的食品加大得高血压的风险。

10.膨化食品如薯片、雪饼等，属于高油脂、高热量、低粗纤维类食品，不能经常食用。

11.冷饮不要贪吃，多吃冷饮会使消化道内温度骤降，导致胃肠功能紊乱，遏制胃酸分泌。

12.吃零食要有选择、适时、适量。不要在接近正餐时吃，临睡前和看电视时吃零食都不是好习惯。

13.花生、核桃等坚果类食品含较多的蛋白质、植物油、磷脂、维生素、铁锌等矿物质，有助大脑发育，增强记忆力，是较好的小零食。

14.少吃肥肉、盐腌、烟熏和油炸的食品。

15.巧克力不是营养品。巧克力热量高，但营养价值较低，吃巧克力太多容易出现胃肠道症状，影响胃口，不能多吃。

16.每天适量饮水有益健康，白开水是最好的饮用水。多喝白开水，少喝甜饮料。

17.学生每天饮水要做到多次少量，每次200毫升左右，不要等口渴了再喝水。

18.长期大量饮用含糖饮料可能造成青少年身材矮小、骨折、龋齿、肥胖的危险，别把饮料当作白开水。

19.人体所需的营养素主要包括：蛋白质、脂类、碳水化合物、矿物质、维生素和水六大类。现代营养学把膳食纤维列为第七大营养素。

20.蔬菜可供给人体维生素、矿物质、膳食纤维素等，因此我们需要每天摄取蔬菜。

21.蛋白质的食物来源主要是鱼虾、肉、蛋、奶、大豆及其制品。

22.奶是人体钙的最好来源，奶中的钙极易被人体吸收，是促进青少年骨骼和牙齿发育的理想食品。

23.长期坚持喝牛奶，能增强免疫力，达到预防减少疾病的目的。

24.有的人体内乳糖酶含量少，喝牛奶后出现腹泻或腹胀的症状，医学上称“乳糖不耐受症”。

25.牛奶如果出现胀包、结块或者分层等现象，不可以食用。

26.乳糖不耐者享用乳制品的最好方式是酸奶或奶酪，也可以改喝豆浆。

27.大豆（黄豆）是植物中含蛋白质最丰富的食品，营养价值高，被称为绿色牛奶。

28.食用油分为植物油和动物油两大类，油的主要成分是脂肪。

29.人体消化道包括口腔、咽、食管、胃、小肠和大肠、肛门。

30.腐烂、变质和受污染的食物不能吃。

31.发芽或变绿的土豆含有有毒的龙葵素，不能吃。

32.野生蘑菇不能随便采来吃，有毒蘑菇误食会发生严重的中毒，甚至危及生命。

33.不要随便在路边、树木、河沟边采摘野果吃。

34.桃、李、杏、梅等果仁，含有植物毒素，严禁食用。

35.经过化冻的鱼肉类，不宜再次冷冻保存。

36.吃剩的饭菜要尽早放入冰箱中保存，保存时间不宜太长，再吃时要彻底加热。

37.镀锌的容器不能存放酸性食品或饮料。

38.购买食品要仔细辨认生产日期和保质期，不购买来历不明的产品或过期食品。

39.保健食品一般只适用于特定人群食用，人参、蜂王浆、鹿茸等不适宜少年儿童吃。

40.认识了解相关标识：无公害农产品标志、绿色食品标志、有机食品标志、食品安全质量标志（QS）。

**初中阶段**：（在小学的基础上增加以下内容）

1.饮食要节制，暴饮暴食影响人的消化功能，严重的可能造成急性胃肠炎、急性胃扩张等疾病。

2.早餐非常重要，理想的早餐要谷类、动物性食物、奶类、蔬果搭配吃，不吃早饭易造成血糖不足，使人反应迟钝、注意力不集中。

3.从营养学角度食物分为五类：谷类及薯类；动物性食物；豆类和坚果；蔬菜水果和菌藻类；纯能量食物。

4.蛋白质在人体中的作用：（1）构成人体组织；（2）构成抗体，维持体内免疫功能；（3）调节生理功能。

5.脂肪在人体中的作用：（1）供给能量；（2）促进脂溶性维生素被人体吸收；（3）维持体温、保护脏器。

6.钙在人体中作用：（1）构成骨骼；（2）调节生命活动，维持机体细胞正常功能；（3）维持正常的肌肉伸缩与舒张功能以及神经肌肉传导功能。

7.钙是组成人体骨骼和牙齿不可缺少的元素，缺钙小孩会得佝偻病，成人会得软骨病或致骨质疏松。

8.青少年常见营养不良性疾病：缺铁性贫血，佝偻病，发育迟缓，青春期甲状腺肿大。

9.人体铁质缺乏易导致缺铁性贫血。食物中含铁最多的是动物肝脏及其它内脏，瘦肉和蛋黄。维生素C可促进铁的吸收。

10.缺铁性贫血预防：多吃动物肝脏、瘦肉、猪血、鸡血等；多吃豆腐、芝麻、绿叶蔬菜、蘑菇、木耳、虾皮、鱼等含铁量丰富的食品。

11.奶和奶制品是钙的最好来源，豆制品、虾皮、芝麻酱中也含有丰富的钙质。

12.牛奶营养成分齐全，含有优质蛋白质，易被人体吸收的脂肪，人体必需的维生素A、D等，丰富的钙、磷、钾等无机盐和其他微量元素及多种免疫球蛋白。

13.碳水化合物又称糖类，是人体最主要的热能来源。膳食中的碳水化合物主要是淀粉，其来源主要是谷类、薯类、豆类、坚果、食糖。

14.维生素是维护人体健康的必需物质，分为脂溶性维生素和水溶性维生素两大类。

15.维生素A一般在动物肝脏、蛋黄里含量较高，胡萝卜中含有的胡萝卜素在人体内可转化生成维生素A。人体缺少维生素A，会得夜盲症。

16.绿色、黄色、红色的蔬菜中含有较多的胡萝卜素。胡萝卜、菠菜、小青菜、蕃茄、大蒜等都含有丰富的胡萝卜素。

17.维生素C一般在新鲜水果和蔬菜中含量丰富，能增强抵抗力，促进铁质的吸收。缺少维生素C，会得坏血酸病，造成牙龈出血、萎缩。

18.含维生素C丰富的蔬菜有：香菜、生菜、豌豆苗、圆白菜、萝卜、辣椒等；水果有：鲜枣、猕猴桃、山楂、柑、橙、桔等。

19.肉类食品中含有胆固醇最高的部分是内脏。

20.新生儿缺碘易引起智力低下“呆小症”；成人缺碘会引起“大脖子病”（甲状腺肿大）。

21.碘遇热易挥发，碘盐保存要注意密封，避免受热和久存。烹调时加盐不要过早，以减少碘的损失。

22.碘的良好食物来源是海带、紫菜、鱼类、海盐，食用加碘盐可以防治碘缺乏病。

23.人体消化系统由消化道和消化腺两大部分组成。消化腺包括唾液腺、胃腺、肝脏、胰腺、肠腺。其主要功能是分泌消化液，参与代谢，肝脏是消化系统中最大的消化腺。

24.消化系统的主要功能：（1）将食物分解为能被人体所利用的小分子化合物；（2）将这些小分子化合物吸收到血液中；（3）将消化后产生的残渣排出体外。

25.消化系统各主要器官的功能，小肠是人体最主要的消化和吸收器官。

26.常见的食品污染主要有三种：生物性污染、化学性污染、放射性污染。

27.没有煮熟的四季豆含有皂素和血球凝集素，吃了不熟的四季豆会发生中毒，一定要烧烂了吃。

28.霉变的花生、玉米等含有大量黄曲霉素，可引起慢性中毒，同时有明显的致癌作用，对人危害大，不能食用。

29.河豚鱼是带毒的鱼，河豚毒素有剧毒，防止误食第一关。

30.在生大豆和豆浆中含有多种不利于消化吸收的“抗营养因子”，这些物质必须经过充分的煮沸处理才能被破坏，大豆制品必须熟食。

31.豆浆必须煮透后喝。豆浆加热出现泡沫后，要再充分煮沸10分钟才算好。

32.烧开水以煮沸5分钟为佳，反复烧开的水和长时间煮沸的水含亚硝酸盐，危害人体健康，不宜饮用。

33.生熟食品要分开，生熟案板分开有利于防止细菌交叉污染食品，冰箱中生熟食品要分别包装、分开存放。

34.不买病死、毒死或死因不明的禽类、畜类和水产类食品。不买死的黄鳝、甲鱼、河蟹和贝类。

35.食物中毒后的应对：饮水稀释、催吐减毒、联系急救、封存食物。

36.去除蔬菜中的残留农药的方法：流水冲洗、碱水浸泡法、削皮、储存、加热。

37.食物的保存方法：隔离空气；减少水分；低温冷冻，抑制微生物生长；加热高温杀菌。

38.冰箱中生熟食品分开放；要将食物包裹存放，防止脱水、串味或相互污染；食物要凉透了再放入冰箱。

39.冰箱只是一个低温环境，只能延缓或阻止细菌等微生物的生长繁殖，但并不能杀灭它们，冰箱不是“保险箱”。冰箱不宜长时间存放食品，特别是鱼、肉等动物性食品需要长时间存放时，要放于冷冻室。

40.保健食品不是药品是食品，可能会有一定的保健作用但不会有治疗作用。

**高中阶段**：（在小学、初中的基础上增加以下内容）

1.合理的膳食结构：

（1）保持热量均衡分配，饥饱不宜过度，不要偏食，切忌暴饮暴食或塞饱式进餐。

（2）主食应以谷类为主，粗细搭配。

（3）增加豆类食品，提高蛋白质利用率。

（4）在动物性食物的结构中，增加含脂肪酸较低而蛋白质较高的动物性食物，如鱼、禽、瘦肉等。

（5）食用油保持以植物油为主，每人每日用量以25—30 克为宜。

（6）膳食成分中应减少饱和脂肪酸，增加不饱和脂肪酸。

（7）保证每人每日摄入的新鲜水果及蔬菜达400 克以上，并注意增加深色或绿色蔬菜比例。

（8）减少精制米、面、糖果、甜糕点的摄入，以防摄入热量过多。

（9）膳食成分中应含有足够的维生素、矿物质、植物纤维及微量元秦，但应适当减少食盐摄入量。

2.了解中国居民“平衡膳食宝塔”五层结构及内容，各层的位置和面积反映出的各类食品在膳食中的地位和应占的比重。

3.三大营养素：蛋白质、糖类、脂类在人体内的转换和代谢过程。

4.豆奶是素食中的“佼佼者”。在植物性食品中，豆奶是唯一的完全蛋白质食品。它含有人体所必需的8种必需氨基酸，还含有大量的不饱和脂肪酸，易被人体消化吸收。黄豆中富含磷脂，磷脂是构成人体细胞膜的重要组成部分，对生长发育和神经活动具有重要作用。

5.谷物加工越精细，各种营养素丢失越多，所以糙米、粗面比精米、细面更有营养。

6.多数水果中的胡萝卜素、维生素B族及其他矿物质的含量远远不及蔬菜，所以认为水果的营养价值高于蔬菜、多吃水果可以代替蔬菜的观点是错误的。

7.良好的烹饪能减少食物营养损失。选择不同食品正确的烹饪方式：煮、蒸、烘烤、微波加热、炖闷、烧烤、油炸（煎）、快炒、生食各有特点。

8.脂肪属于高能量食物，一天摄入量以不超过25克为宜，植物油与动物油的比例以2：1较为合适。

9.世界卫生组织“通缉”的十种垃圾食品：油炸类食品、腌制类食品、加工类肉食品（肉干、肉松、香肠等）、饼干类食品（不含低温烘烤和全麦饼干）、汽水可乐类食品、方便类食品（速食面和膨化食品）、罐头类食品（包括鱼肉类和水果类）、话梅蜜饯类食品、冷冻甜品类食品、烧烤类食品。

10.含咖啡因的饮料青少年儿童不宜多喝。咖啡因是一种兴奋剂，对人的中枢神经产生作用，过多摄入咖啡因，会影响睡眠。

11.茶有兴奋神经作用，所含单宁酸和茶油，对口腔和消化道粘膜有刺激作用，中学生不能喝太浓或太多的茶。

12.油炸类食品所含热量与脂肪极高，长期摄取会导致肥胖或一些相关疾病，如糖尿病、冠心病和高脂血症等。

13.淀粉类食品在超过120℃高温的烹调下容易产生丙烯酰胺，丙烯酰胺是一种致癌物，要特别警惕油炸淀粉类食品。

14.食源性疾病主要包括食物中毒、经食物而感染的肠道传染病、食源性寄生虫病等。

15.食物中毒是由于摄入含有生物性、化学性有毒有害物质的食品，或把有毒有害物质直接当作食品食用，引起的非传染性急性、亚急性疾病。

16.沙门氏菌属是细菌性食物中毒中最常见的致病菌。常见引起中毒的食品有被其污染的肉类、鱼类、蛋类和乳类，其中以肉类占多数。

17.变质食品的辨别：（1）色泽的改变；（2）气味的改变；（3）口味的变化；（4）组织状态的变化等。

18.海产中青皮红肉鱼如金枪鱼、秋刀鱼、鲭鱼、沙丁鱼等体内组氨酸含量较高，当这类鱼贮存不当、鱼不新鲜时，组胺积蓄到一定量进食后会使人产生过敏性中毒。

19.使用农药后的蔬菜水果要待安全间隔期满后方能上市食用；小心蔬菜农药残留，蔬菜食用前用清水浸洗15分钟以上。

20.贮存过久的生蔬菜、放置过久的熟蔬菜、刚腌不久的腌菜，以及误用亚硝酸盐当食盐等，都易引起亚硝酸盐中毒。

21.粮食也有保质期。粮食应当保存在阴凉、通风、干燥，能防潮、防霉、防鼠、防虫的地方。

22.荧光增白纸、彩色包装纸的油彩面、再生纸等，不能用于食品的包装。

23.内面绘有彩色图案的陶瓷用具，多含有铅、砷等重金属物质，要尽量避免饮食使用。

24.转基因食品是以转基因生物为原料加工生产的食品，转基因食品必须作出标注，消费者对转基因食品有知情权和选择权。

25.激素是一种具有调节生物体生长、发育、繁殖功能的微量物质。动植物激素对人体是否有害，与残留量、摄入量及毒性三大因素有关。

26.食品添加剂是指为改善食品品质和色、香、味以及为防腐、保鲜和加工工艺的需要而加入食品中的人工合成或天然的物质。现代食品加工离不开添加剂。

27.每一种食品添加剂都被严格规定了使用范围和比例，不能随便添加，更不能加得太多，如果超过国家标准，就不安全了。

28.购买预包装食品时，要注意产品的标签。标签应标明下列事项：名称、规格、净含量、生产日期；成分或配料表；生产者的名称、地址、联系方式；保质期；产品标准代号；贮存条件；生产许可证编号等。

29.进口的预包装食品应当有中文标签、中文说明书，并符合我国相关法律、法规和标准的要求。

30.餐饮服务提供者必须依法取得《餐饮服务许可证》，按照许可范围依法经营，并在就餐场所醒目位置悬挂或者摆放《餐饮服务许可证》。

**附件2**

遂昌县中小学生食品安全知识知晓率测试题(小学参考)

学校 班级 姓名 得分

**一、单项选择题**

1.以下哪位小朋友的做法是正确的( )

A.小明食用校园周边流动摊贩上购买的肉串

B.小红直接食用未经清洗的苹果

C.小丽放学回到家后先洗手再吃饼干

2.儿童不宜经常食用哪种食品( 　)

A.五谷杂粮　 B.坚果类的零食 C.各种保健品 D.自然食物

3.以下哪种行为对胃的保健有损害？（ ）

A.定时定量进食，不偏挑食，不暴饮暴食 B.吸烟和酗酒

C.不吃腌制、熏制、油煎的食物

4.食盐的摄入量与哪种疾病关系密切（ ）

A .糖尿病 B.高血压 C.心脏病 D .胃溃疡

5. 下列防范食品污染采取的错误措施是　 （ ）

A.饮用洁净的水，把水烧开了再喝 B.吃饭前可以不先洗手，饭后洗也可以 C.菜刀、菜板用前都应清洗干净

6.多吃糖可能容易引起的疾病是（ ）

A.肥胖 B.糖尿病 C.龋齿 D.高血压

7.下列哪些零食含较多的营养，有助大脑发育，增强记忆力。（ ）

A.花生、核桃等坚果 B.膨化食品 C.巧克力

D.油炸、烧烤类食品

8.下面哪种说法正确 （ ）

A.穿了“衣服”（有包装）的食品比裸露的食品更安全

B.粉丝越白越好 C.香肠颜色越红越好

9.食用油分为植物油和动物油两大类，油的主要成分是（ ）

A. 脂肪 B.蛋白质 C．碳水化合物

10.绿色食品标志是（ ）

A．  B.  C. 

11.在下列产品的标识上，哪种产品必须注明生产日期和安全使用期或失效日期？ （ ）

A．学习文具 B．五金制品 C．食品 D.日常生活用品

12. 选购食品时最好选取用带有什么标志的食物（ ）

A．AS B.AQ C.QS D.SQ

13.哪种食品我们学生不宜常吃 ( )

A.油炸类食品 B.膨化食品 C.烧烤类食品 D.以上都是

14.为什么不能过度喝饮料 （ ）

A.多喝饮料会产生饱腹感，妨碍正常食欲 B.有的饮料用了人工合成的甜味剂、香精、色素、碳酸水等，多喝对身体没好处

C.饮料含有一定的热量，多喝可能导致身体发胖、矮小、骨折、龋齿等危险 D.以上都是

15. 人体所需的营养素主要包括（ ）

A.蛋白质、脂类 B.碳水化合物、矿物质

C.维生素、水和膳食纤维列 D.以上都是

16.含丰富蛋白质的食物有（ ）

A.鱼虾、肉 B.蛋、奶 C大豆及其制品 D.以上都是

17.人体消化道包括（ ）

A.口腔、咽 B.食管、胃 C.小肠和大肠、肛门 D.以上都是

18.下面哪种食品是有毒食品 （ ），不宜食用。

A.发芽的土豆 B.未彻底煮熟的四季豆 C.发霉的花生

D.以上都是

19.下面哪些（ ）野生的食物不能随便采来吃，误食会发生严重的中毒，甚至危及生命。

A.野生蘑菇 B.路边、树林、河沟边野果 C.不知名的野菜

D.以上都是

20.食品标签上必须标注的主要内容是什么？ ( )

A.生产日期 B.详细的厂址及企业名称 C.QS标志

D.保质期 E.以上都必须具有

二、判断题

1.吃饭要细嚼慢咽，不要狼吞虎咽；专心吃饭，不说笑打闹。（ ）

2.长期挑食、偏食不利健康，易造成营养不良、缺铁性贫血等。（ ）

3.贪吃使能量和营养摄入过量，易造成肥胖，影响人的健康。（ ）

4.多吃冷饮会使消化道内温度骤降，导致胃肠功能紊乱，遏制胃酸分泌。（ ）

5.食品加工的过程中人员操作不当、原料生熟不分、工器具混用均可造成交叉污染。（ ）

6.白开水是最好的饮用水，每天饮水要做到多次少量，但要等口渴了再喝水。（ ）

7.蔬菜可供给人体维生素、矿物质、膳食纤维素等，但缺少蛋白质、脂类等，因此我们每天要少吃蔬菜。（ ）

8.生吃瓜果、蔬菜要洗净，带皮的水果和蔬菜削皮吃浪费。（ ）

9.霉烂水果食用时将腐烂部分挖除还能吃。（ ）

10.牛奶如果出现胀包、结块或者分层等现象，还可以食用。（ ）

11.奶是人体钙的最好来源，奶中的钙极易被人体吸收，能增强免疫力，预防减少疾病，是促进青少年骨骼和牙齿发育的理想食品。（ ）

12.桃、李、杏、梅等果仁，含有植物毒素，严禁食用。（ ）

13.镀锌的容器不能存放酸性食品或饮料。（ ）

14.大豆（黄豆）是植物中含蛋白质最丰富的食品，营养价值高，被称为绿色牛奶。（ ）

15.冰箱内的食物都可以存放较长时间，因为冰箱中温度低，所以不必担心食物变质。（ ）

16.食用食品将其从冰箱中取出，不需要加热可以直接食用。（ ）

17.冰冻的鱼肉等化冻后吃不完，可以反复多次冷冻保存。（ ）

**说明：**1.测试内容以《浙江省中小学生食品安全教育知识要点》为依据；

2.市县不统一对小学生进行抽测调查，要求学校自行对六年级学生进行抽测调查，成绩和试卷学校留档备查；

3.建议将所有试题印发给六年级学生练习，再抽测；

4.各校自行编制抽测卷，试卷单项选择题12道，判断题8道，每小题5分，合计100分。

5.参考答案：

一.C C B B B A A A A A C C D D D D D D D E

二、√ √ √ √ √ X X X X X

√ √ √ √ X X X

遂昌县中小学生食品安全知识知晓率测试题(初中参考)

学校 班级 姓名 得分

**一、单项选择题**

1.以下哪位小朋友的做法是正确的( )

A.小明食用校园周边流动摊贩上购买的肉串

B.小红直接食用未经清洗的苹果

C.小丽放学回到家后先洗手再吃饼干

2.儿童不宜经常食用哪种食品( )

A.五谷杂粮　 B.坚果类的零食 C.各种保健品 D.自然食物

3.以下哪种行为对胃的保健有损害？（ ）

A.定时定量进食，不偏挑食，不暴饮暴食 B.吸烟和酗酒

C.不吃腌制、熏制、油煎的食物

4.食盐的摄入量与哪种疾病关系密切（ ）

A.糖尿病 B.高血压 C.心脏病 D.胃溃疡

5.下列防范食品污染采取的错误措施是　 （ ）

A.饮用洁净的水，把水烧开了再喝 B.吃饭前可以不先洗手，饭后洗也可以 C.菜刀、菜板用前都应清洗干净

6.多吃糖可能容易引起的疾病是（ ）

A.肥胖 B.糖尿病 C.龋齿 D.高血压

7.下列哪些零食含较多的营养，有助大脑发育，增强记忆力。（ ）

A.花生、核桃等坚果 B.膨化食品 C.巧克力

D.油炸、烧烤类食品

8.下面哪种说法正确 （ ）

A.穿了“衣服”（有包装）的食品比裸露的食品更安全

B.粉丝越白越好 C.香肠颜色越红越好

9.食用油分为植物油和动物油两大类，油的主要成分是（ ）

A. 脂肪 B.蛋白质 C．碳水化合物

10.绿色食品标志是（ ）

A．  B.  C. 

11.在下列产品的标识上，哪种产品必须注明生产日期和安全使用期或失效日期？ （ ）

A.学习文具 B.五金制品 C.食品 D.日常生活用品

12.选购食品时最好选取用带有什么标志的食物（ ）

A．AS B.AQ C.QS D.SQ

13.哪种食品我们学生不宜常吃 ( )

A.油炸类食品 B.膨化食品 C.烧烤类食品 D.以上都是

14.为什么不能过度喝饮料 （ ）

A.多喝饮料会产生饱腹感，妨碍正常食欲 B.有的饮料用了人工合成的甜味剂、香精、色素、碳酸水等，多喝对身体没好处

C.饮料含有一定的热量，多喝可能导致身体发胖、矮小、骨折、龋齿等危险 D.以上都是

15.人体所需的营养素主要包括（ ）

A.蛋白质、脂类 B.碳水化合物、矿物质

C.维生素、水和膳食纤维列 D.以上都是

16.含丰富蛋白质的食物有（ ）

A.鱼虾、肉 B.蛋、奶 C.大豆及其制品 D.以上都是

17.人体消化道包括（ ）

A.口腔、咽 B.食管、胃 C.小肠和大肠、肛门 D.以上都是

18.下面哪种食品是有毒食品 （ ），不宜食用。

A.发芽的土豆 B.未彻底煮熟的四季豆 C.发霉的花生

D.以上都是

19.下面哪些（ ）野生的食物不能随便采来吃，误食会发生严

重的中毒，甚至危及生命。

A.野生蘑菇 B.路边、树林、河沟边野果 C.不知名的野菜

D.以上都是

20.食品标签上必须标注的主要内容是什么？ ( )

A.生产日期 B.详细的厂址及企业名称 C.QS标志

D.保质期 E.以上都必须具有

21.饮食要节制，暴饮暴食影响人的消化功能，严重的可能造成（ ）

等疾病。

A.急性胃肠炎 B.急性胃扩张 C.以上都是

22.早餐非常重要，理想的早餐要谷类、动物性食物、奶类、蔬果搭

配吃，不吃早饭易造成（ ）等现象。

A.血糖不足 B.使人反应迟钝 C.注意力不集中 D.以上都是

23.蛋白质在人体中的作用是（ ）

A.构成人体组织 B.构成抗体，维持体内免疫功能

C.调节生理功能 D.以上都是

24.脂肪在人体中的作用是（ ）。

A.供给能量 B.促进脂溶性维生素被人体吸收

C.维持体温、保护脏器 D.以上都是

25.钙是组成人体骨骼和牙齿不可缺少的元素，缺钙小孩会得佝偻病，成人会得软骨病或致骨质疏松，下列哪类食物含钙最丰富（ ）

A.米饭 B.水果 C.蔬菜 D.牛奶和豆类

26.人体铁质缺乏易导致（ ），食物中含铁最多的是动物肝脏及其血，瘦肉和蛋黄，绿叶蔬菜等，维生素C可促进铁的吸收。

A.缺铁性贫血 B.佝偻病 C.骨质疏松

27.维生素C一般在新鲜水果和蔬菜中含量丰富，能增强抵抗力，促

进铁质的吸收，若缺少会得（ ）病，造成牙龈出血、萎缩。

A.佝偻病 B.坏血酸病 C. 脚气病

28.新生儿缺碘易引起智力低下“呆小症”，成人缺碘会引起“大脖

子病”（甲状腺肿大），碘盐避免受热和久存，海带等食物含碘丰

富， 预防缺碘最好的方法（ ）。

A.吃肉 B.吃碘盐 C.吃蔬菜 、水果 D.吃药

29.何种开水对健康有益？（ ）

A.反复烧开的水 B.自然冷却到20℃—25℃的温凉白开水

C.搁置三天以上的开水

30.促进儿童少年发育最积极的因素是（ ）。

A.遗传　　B.营养和体育锻炼　　C.生活习惯　　D.疾病

31.人体消化系统由消化道和消化腺组成，肝脏是消化系统中最大的

消化腺，（ ）是人体最主要的消化和吸收器官。

A.肝脏 B.胃 C.小肠 D.大肠

32.维生素A一般在动物肝脏、蛋黄里含量较高，胡萝卜中含有的胡萝卜素在人体内可转化生成维生素A，维生素A缺乏可引起（ ）。

A.脚气病 B.地方性甲状腺肿 C.夜盲症 D.骨质疏松症

33.大豆、大豆制品及豆浆必须煮透后才可食，以下食用豆浆的方法

中正确的是（ ）

A.喝没有煮沸的豆浆 B.豆浆中冲入鸡蛋

C.喝豆浆时搭配其他食物 D.用保温瓶长时间储存豆浆

34.（ ）体内含有剧毒，防止误食是第一关。

A.草鱼 B.鲤鱼 C.河豚鱼 D.甲鱼

35.冰箱不是“保险箱”，不能杀灭细菌等微生物，正确使用是确保食品安全的重要措施，下列关于使用冰箱的说法，错误的是（ ）

A.不要将冰箱塞满，将冰箱塞得过满会导致冰箱内温度不均

B.不要食用在冰箱里放置较久的食品 C.建议在食用食品时

才将其从冰箱中取出，不需要加热可以直接食用

D.至少每3个月将整个冰箱进行清洁消毒。在清理过程中，将食品放在恒温袋里，不要把已经化了的食品重新放入冰箱

36.碳水化合物又称糖类（主要是淀粉），是人体最主要的热能来源，

其来源主要是（ ）。

A.谷类、薯类 B.豆类、坚果 C.食糖 D.以上都是

37.常见的食品污染主要有三种（ ）。

A.生物性污染 B.化学性污染 C.放射性污染 D.以上都是

38.食物中毒后的应对措施是（ ）。

A.饮水稀释 B.催吐减毒 C.联系急救、封存食物 D.以上都是

39.去除蔬菜中的残留农药的方法有（ ）

A.流水冲洗 B.碱水浸泡 C.削皮、储存、加热 D.以上都是

40.食物的保存方法有（ ）

A.隔离空气 B.减少水分 C.低温冷冻、高温杀菌 D.以上都是

**二、判断题**

1.吃饭要细嚼慢咽，不要狼吞虎咽；专心吃饭，不说笑打闹。（ ）

2.长期挑食、偏食不利健康，易造成营养不良、缺铁性贫血等。（ ）

3.贪吃使能量和营养摄入过量，易造成肥胖，影响人的健康。（ ）

4.多吃冷饮会使消化道内温度骤降，导致胃肠功能紊乱，遏制胃酸分

泌。（ ）

5.食品加工的过程中人员操作不当、原料生熟不分、工器具混用均可

造成交叉污染。（ ）

6.白开水是最好的饮用水，每天饮水要做到多次少量，但要等口渴了

再喝水。（ ）

7.蔬菜可供给人体维生素、矿物质、膳食纤维素等，但缺少蛋白质、

脂类等，因此我们每天要少吃蔬菜。（ ）

8.生吃瓜果、蔬菜要洗净，带皮的水果和蔬菜削皮吃浪费。（ ）

9.霉烂水果食用时将腐烂部分挖除还能吃。（ ）

10.牛奶如果出现胀包、结块或者分层等现象，还可以食用。（ ）

11.奶是人体钙的最好来源，奶中的钙极易被人体吸收，能增强免疫力，预防减少疾病，是促进青少年骨骼和牙齿发育的理想食品。（ ）

12.桃、李、杏、梅等果仁，含有植物毒素，严禁食用。（ ）

13.镀锌的容器不能存放酸性食品或饮料。（ ）

14.大豆（黄豆）是植物中含蛋白质最丰富的食品，营养价值高，被

称为绿色牛奶。（ ）

15.冰箱内的食物都可以存放较长时间，因为冰箱中温度低，所以不

必担心食物变质。（ ）

16.食用食品将其从冰箱中取出，不需要加热可以直接食用。（ ）

17.冰冻的鱼肉等化冻后吃不完，可以反复多次冷冻保存。（ ）

18.牛奶营养成分齐全，含有优质蛋白质，易被人体吸收的脂肪，人

体必需的维生素A、D等，丰富的钙、磷、钾等无机盐和其他微量

元素及多种免疫球蛋白。（ ）

19.维生素又名[维他命](http://baike.baidu.com/view/72570.htm)，是维持生命的物质，主要是参与机体代谢的

调节，在体内的含量很少，但不可或缺。（ ）

20.绿色、黄色、红色的蔬菜中含有较多的胡萝卜素。（ ）

21.肉类食品中含有胆固醇最高的部分是内脏。（ ）

22.反复烧开的水和长时间煮沸的水含亚硝酸盐高，不宜饮用。（ ）

23.轻微霉变的花生、玉米等含大量黄曲霉素，有明显的致癌作用，

但炒熟后仍可以食用。（ ）

24.病毒死或死因不明的禽畜类和水产类食品便宜，可购买。（ ）

25.保健食品也是食品，有一定的保健和治疗作用。（ ）

**说明：**1.测试内容以《浙江省中小学生食品安全教育知识要点》为依据；

2.对初一年级学生进行抽测调查，成绩和试卷学校留档备查，县教育局、食安办将进行督查抽查；

3.建议学校将所有题目印发给学生练习，再进行抽测；

4.各校自行编制抽测卷，试卷单项选择题12道，判断题8道，每小题5分，合计100分。

5.参考答案：

一.C C B B B ，A A A A A ，C C D D D ，D D D D E，

C D D D D, A B B B B, C C C C C , D D D D D.

二、√ √ √ √ √ , X X X X X,

√ √ √ √ X , X X √ √ √,

√ √ X X X.

遂昌县中小学生食品安全知识知晓率测试题(高中参考)

学校 班级 姓名 得分

**一、单项选择题**

1.以下哪位小朋友的做法是正确的( )

A.小明食用校园周边流动摊贩上购买的肉串

B.小红直接食用未经清洗的苹果

C.小丽放学回到家后先洗手再吃饼干

2.儿童不宜经常食用哪种食品( 　)

A.五谷杂粮　 B.坚果类的零食 C.各种保健品 D.自然食物

3.以下哪种行为对胃的保健有损害？（ ）

A.定时定量进食，不偏挑食，不暴饮暴食 B.吸烟和酗酒

C.不吃腌制、熏制、油煎的食物

4.食盐的摄入量与哪种疾病关系密切（ ）

A.糖尿病 B.高血压 C.心脏病 D.胃溃疡

5.下列防范食品污染采取的错误措施是　 （ ）

A.饮用洁净的水，把水烧开了再喝 B.吃饭前可以不先洗手，饭后洗也可以 C.菜刀、菜板用前都应清洗干净

6.多吃糖可能容易引起的疾病是（ ）

A.肥胖 B.糖尿病 C.龋齿 D.高血压

7.下列哪些零食含较多的营养，有助大脑发育，增强记忆力。（ ）

A.花生、核桃等坚果 B.膨化食品 C.巧克力

D.油炸、烧烤类食品

8.下面哪种说法正确 （ ）

A.穿了“衣服”（有包装）的食品比裸露的食品更安全

B.粉丝越白越好 C.香肠颜色越红越好

9.食用油分为植物油和动物油两大类，油的主要成分是（ ）

A. 脂肪 B.蛋白质 C．碳水化合物

10.绿色食品标志是（ ）

A．  B.  C. 

11.在下列产品的标识上，哪种产品必须注明生产日期和安全使用期或失效日期？ （ ）

A.学习文具 B.五金制品 C.食品 D.日常生活用品

12.选购食品时最好选取用带有什么标志的食物（ ）

A．AS B.AQ C.QS D.SQ

13.哪种食品我们学生不宜常吃 ( )

A.油炸类食品 B.膨化食品 C.烧烤类食品 D.以上都是

14.为什么不能过度喝饮料 （ ）

A.多喝饮料会产生饱腹感，妨碍正常食欲 B.有的饮料用了人工合成的甜味剂、香精、色素、碳酸水等，多喝对身体没好处

C.饮料含有一定的热量，多喝可能导致身体发胖、矮小、骨折、龋齿等危险 D.以上都是

15.人体所需的营养素主要包括（ ）

A.蛋白质、脂类 B.碳水化合物、矿物质

C.维生素、水和膳食纤维列 D.以上都是

16.含丰富蛋白质的食物有（ ）

A.鱼虾、肉 B.蛋、奶 C.大豆及其制品 D.以上都是

17.人体消化道包括（ ）

A.口腔、咽 B.食管、胃 C.小肠和大肠、肛门 D.以上都是

18.下面哪种食品是有毒食品 （ ），不宜食用。

A.发芽的土豆 B.未彻底煮熟的四季豆 C.发霉的花生

D.以上都是

19.下面哪些（ ）野生的食物不能随便采来吃，误食会发生严重的中毒，甚至危及生命。

A.野生蘑菇 B.路边、树林、河沟边野果 C.不知名的野菜

D.以上都是

20.食品标签上必须标注的主要内容是什么？ ( )

A.生产日期 B.详细的厂址及企业名称 C.QS标志

D.保质期 E.以上都必须具有

21.饮食要节制，暴饮暴食影响人的消化功能，严重的可能造成（ ）等疾病。

A.急性胃肠炎 B.急性胃扩张 C.以上都是

22.早餐非常重要，理想的早餐要谷类、动物性食物、奶类、蔬果搭配吃，不吃早饭易造成（ ）等现象。

A.血糖不足 B.使人反应迟钝 C.注意力不集中 D.以上都是

23.蛋白质在人体中的作用是（ ）

A.构成人体组织 B.构成抗体，维持体内免疫功能

C.调节生理功能 D.以上都是

24.脂肪在人体中的作用是（ ）。

A.供给能量 B.促进脂溶性维生素被人体吸收

C.维持体温、保护脏器 D.以上都是

25.钙是组成人体骨骼和牙齿不可缺少的元素，缺钙小孩会得佝偻病，成人会得软骨病或致骨质疏松，下列哪类食物含钙最丰富（ ）

A.米饭 B.水果 C.蔬菜 D.牛奶和豆类

26.人体铁质缺乏易导致（ ），食物中含铁最多的是动物肝脏及其血，瘦肉和蛋黄，绿叶蔬菜等，维生素C可促进铁的吸收。

A.缺铁性贫血 B.佝偻病 C.骨质疏松

27.维生素C一般在新鲜水果和蔬菜中含量丰富，能增强抵抗力，促进铁质的吸收，若缺少会得（ ）病，造成牙龈出血、萎缩。

A.佝偻病 B.坏血酸病 C. 脚气病

28.新生儿缺碘易引起智力低下“呆小症”，成人缺碘会引起“大脖子病”（甲状腺肿大），碘盐避免受热和久存，海带等食物含碘丰富，预防缺碘最好的方法（ ）。

A.吃肉 B.吃碘盐 C.吃蔬菜 、水果 D.吃药

29.何种开水对健康有益？（ ）

A.反复烧开的水 B.自然冷却到20℃—25℃的温凉白开水

C.搁置三天以上的开水

30.促进儿童少年发育最积极的因素是（ ）。

A.遗传　　B.营养和体育锻炼　　C.生活习惯　　D.疾病

31.人体消化系统由消化道和消化腺组成，肝脏是消化系统中最大的消化腺，（ ）是人体最主要的消化和吸收器官。

A.肝脏 B.胃 C.小肠 D.大肠

32.维生素A一般在动物肝脏、蛋黄里含量较高，胡萝卜中含有的胡萝卜素在人体内可转化生成维生素A，维生素A缺乏可引起（ ）。

A.脚气病 B.地方性甲状腺肿 C.夜盲症 D.骨质疏松症

33.大豆、大豆制品及豆浆必须煮透后才可食，以下食用豆浆的方法中正确的是（ ）

A.喝没有煮沸的豆浆 B.豆浆中冲入鸡蛋

C.喝豆浆时搭配其他食物 D.用保温瓶长时间储存豆浆

34.（ ）体内含有剧毒，防止误食是第一关。

A.草鱼 B.鲤鱼 C.河豚鱼 D.甲鱼

35.冰箱不是“保险箱”，不能杀灭细菌等微生物，正确使用是确保食品安全的重要措施，下列关于使用冰箱的说法，错误的是（ ）

A.不要将冰箱塞满，将冰箱塞得过满会导致冰箱内温度不均

B.不要食用在冰箱里放置较久的食品 C.建议在食用食品时才将其从冰箱中取出，不需要加热可以直接食用

D.至少每3个月将整个冰箱进行清洁消毒。在清理过程中，将食品放在恒温袋里，不要把已经化了的食品重新放入冰箱

36.碳水化合物又称糖类（主要是淀粉），是人体最主要的热能来源，其来源主要是（ ）。

A.谷类、薯类 B.豆类、坚果 C.食糖 D.以上都是

37.常见的食品污染主要有三种（ ）。

A.生物性污染 B.化学性污染 C.放射性污染 D.以上都是

38.食物中毒后的应对措施是（ ）。

A.饮水稀释 B.催吐减毒 C.联系急救、封存食物 D.以上都是

39. 去除蔬菜中的残留农药的方法有（ ）

A.流水冲洗 B.碱水浸泡 C.削皮、储存、加热 D.以上都是

40.食物的保存方法有（ ）

A.隔离空气 B.减少水分 C.低温冷冻、高温杀菌 D.以上都是

41.合理营养是指膳食中所含的营养素种类齐全，数量充足，比例适当，并与身体的需要保持平衡。下列做法中不符合合理营养原则的是？ （ ）

A.食品要荤素、粗细搭配，多吃新鲜蔬菜水果

B.适当增加奶、蛋、瘦肉和豆类等优质蛋白

C.多食用盐、甜食品和动物脂肪

42.粮食不宜加工过细，原因是（ ）

A.加工过细，不利于人体消化吸收 B.加工过细，不易贮存 C.加工过细，营养素丢失严重 D.加工过细，不易煮烂

43.以下哪种烹调方式容易产生致癌物质 （ ）

Ａ.蒸　 Ｂ.煮　 Ｃ.油炸 D.炒 E.烘烧烤

44.辨别变质食品的方法有（ ）。

Ａ.看色泽和组织状态 Ｂ.闻气味、尝口味 Ｃ.以上都可以

45.消费者在消费食品过程中其合法权益受到侵害时，可以拨打全国消费者申诉举报统一电话。 （ ）

A.315 B.96311 C.12315

46.“平衡膳食宝塔”五层结构，各层的位置和面积反映出的各类食品在膳食中的地位和应占的比重，位居底层面积最大的是（ ）。

A.谷类 B.蔬果类 C.鱼肉蛋类 D.奶豆品 E.盐、油脂类

47.在食物加工、烹调过程中，以下四种营养素相比较，最容易损失的是（ ）。

A.维生素　 　B.蛋白质　　 C.矿物质　 　D.脂肪

48.以下哪种食品是国家明令禁止食用的 （ ）

Ａ.割香螺　 Ｂ.鲫鱼　 Ｃ.鲳鱼

49.科学选购水果蔬菜，以下做法正确的是（ ）

A.选购时令盛产的水果蔬菜 B.选购反季节水果蔬菜

C.整年选购一种特定的水果蔬菜

50.转基因食品必须作出标注，目前市场上较常见的含转基因的产品有（ ）

A.食用植物油 B.食醋 C.奶粉 D.蘑菇

51.肠道传染病是由于什么引起的？（ ）

A.吃了不清洁的食物   B.遗传   C.吃得太多

52.为预防食物中毒，应该做到什么？（ ）

A.少吃凉拌菜  B.多吃水果   C.多吃热的饭菜

53.纤维素是肠道的“清洁工”，它的主要来源是什么？（ ）

A.蔬菜   B.精细米面    C.肉类

54.安全食品应该包括？（ ）

A.无公害农产品、绿色食品、有机食品

B.草鸡蛋、牛奶、海产品   C.水果、蔬菜、面包

55.长期使用铝制品作为食品容器会引发下列哪种疾病。（ ）

A.老年痴呆症 B.甲状腺肿大 C.肠胃疾病

56.出现食物中毒症状或者误食化学品时，最先采取的急救措施是（ ）

A.吃止泻药 B.催吐 C.人工呼吸 D.向卫生防疫部门报告

57.以下属于食品范围的是（ ）

A.香烟 B.贸易市场上的蔬菜 C.治病的药品 D.白酒

58.加热时应使中心温度达到（ ）以上才能杀灭食品中的微生物或防止微生物生长繁殖。

A.60度 B.70度 C.80度 D.100度

59.下列烹调方法能更好地保存鱼肉中的营养成分的是( )。

A.红烧 B.清蒸 C.油煎

60.以下哪种食品含铅量最高( )。

A.黄瓜　　 B.松花蛋（皮蛋）　 c.面包

61.世界卫生组织“通缉”的十种垃圾食品是（ ）。

Ａ.油炸、腌制、加工类肉食品 Ｂ.饼干、汽水可乐、方便类

Ｃ.罐头、话梅蜜饯、冷冻甜品、烧烤类食品 D.以上都是

62.（ ）等都易引起亚硝酸盐中毒。

Ａ.贮存过久的生蔬菜 Ｂ.放置过久的熟蔬菜

Ｃ.刚腌不久的腌菜等 D.以上都是

63.以下哪种说法是正确的？ （ ）

A.绿色食品就是绿颜色的食品 B.天然的食品都是绿色食品

C.野生的食品就是绿色食品 D.绿色食品是经过专门机构认证的许可使用绿色食品标志的食品

64.下列食品中不得添加任何食品添加剂的品种是( )

A.火腿 B.酱油 C.奶油 D.纯牛奶

65.“三无”食品是指：（ ）

A. 无厂名厂址、无品名、无生产日期和保质期的食品

B.无厂名厂址、无配料表、无生产日期和保质期的食品

C.无厂名厂址、无生产批号、无生产日期和保质期的食品

D.无厂名厂址、无生产合格证、无生产日期和保质期的食品

66.水垢对人体的危害非常的大，对于保温瓶或陶瓷器皿，以下除去其上的水垢的方法正确的是？ （ ）

A.可用加入适量醋的水浸泡，使它慢慢溶解掉

B.可用加入适量小苏打的水浸泡，使它慢慢溶解掉

C.可用盐水浸泡，使它慢慢溶解掉

67.使用哪种材料的锅炒菜对健康最有益？( )

A.铝锅　　 B.不锈钢锅　　 C.铁锅

68.激素是一种具有调节生物体生长、发育、繁殖功能的微量物质，过度使用激素催生瓜果蔬菜的后果是什么？（ ）

A.使它们的营养价值更高　 B.使它们口感更好

C.会给人类发育带来异常

**二、判断题**

1.吃饭要细嚼慢咽，不要狼吞虎咽；专心吃饭，不说笑打闹。（ ）

2.长期挑食、偏食不利健康，易造成营养不良、缺铁性贫血等。（ ）

3.贪吃使能量和营养摄入过量，易造成肥胖，影响人的健康。（ ）

4.多吃冷饮会使消化道内温度骤降，导致胃肠功能紊乱，遏制胃酸分泌。（ ）

5.食品加工的过程中人员操作不当、原料生熟不分、工器具混用均可造成交叉污染。（ ）

6.白开水是最好的饮用水，每天饮水要做到多次少量，但要等口渴了再喝水。（ ）

7.蔬菜可供给人体维生素、矿物质、膳食纤维素等，但缺少蛋白质、脂类等，因此我们每天要少吃蔬菜。（ ）

8.生吃瓜果、蔬菜要洗净，带皮的水果和蔬菜削皮吃浪费。（ ）

9.霉烂水果食用时将腐烂部分挖除还能吃。（ ）

10.牛奶如果出现胀包、结块或者分层等现象，还可以食用。（ ）

11.奶是人体钙的最好来源，奶中的钙极易被人体吸收，能增强免疫力，预防减少疾病，是促进青少年骨骼和牙齿发育的理想食品。（ ）

12.桃、李、杏、梅等果仁，含有植物毒素，严禁食用。（ ）

13.镀锌的容器不能存放酸性食品或饮料。（ ）

14.大豆（黄豆）是植物中含蛋白质最丰富的食品，营养价值高，被称为绿色牛奶。（ ）

15.冰箱内的食物都可以存放较长时间，因为冰箱中温度低，所以不必担心食物变质。（ ）

16.食用食品将其从冰箱中取出，不需要加热可以直接食用。（ ）

17.冰冻的鱼肉等化冻后吃不完，可以反复多次冷冻保存。（ ）

18.牛奶营养成分齐全，含有优质蛋白质，易被人体吸收的脂肪，人体必需的维生素A、D等，丰富的钙、磷、钾等无机盐和其他微量元素及多种免疫球蛋白。（ ）

19.维生素又名[维他命](http://baike.baidu.com/view/72570.htm)，是维持生命的物质，主要是参与机体代谢的调节，在体内的含量很少，但不可或缺。（ ）

20.绿色、黄色、红色的蔬菜中含有较多的胡萝卜素。（ ）

21.肉类食品中含有胆固醇最高的部分是内脏。（ ）

22.反复烧开的水和长时间煮沸的水含亚硝酸盐高，不宜饮用。（ ）

23.轻微霉变的花生、玉米等含大量黄曲霉素，有明显的致癌作用，但炒熟后仍可以食用。（ ）

24.病毒死或死因不明的禽畜类和水产类食品便宜，可购买。（ ）

25.保健食品也是食品，有一定的保健和治疗作用。（ ）

26.水果的营养价值高于蔬菜，多吃水果可以代替蔬菜。（ ）

27.脂肪属于高能量食物，可多吃，且应以动物油为主。（ ）

28.咖啡因是一种兴奋剂，会对中枢神经产生作用，宜多喝。（ ）

29.荧光纸、彩色纸、再生纸等不易破，可用于食品的包装。（ ）

30.内面绘有彩色图案的陶瓷用具,好看,可以用来装食品。( ）

31.茶有兴奋神经作用，对口腔和消化道粘膜有刺激作用，中学生不宜多喝。（ ）

32.油炸类食品含热量与脂肪极高，长期摄取会导致肥胖或糖尿病、冠心病、高脂血症等。（ ）

33.淀粉类食品在超过120℃高温的烹调下容易产生丙烯酰胺，丙烯酰胺是一种致癌物。（ ）

34.沙门氏菌属是细菌性食物中毒中最常见的致病菌。常见引起中毒的食品有被其污染的肉类、鱼类、蛋类和乳类。（ ）

35.小心蔬菜农药残留，蔬菜食用前用清水浸洗15分钟以上。（ ）

36.现代食品加工离不开添加剂，每一种食品添加剂都被严格规定了使用范围和比例，如果超过国家标准，就不安全了。（ ）

37.食品加工、烹调过程中致癌物苯并芘的污染主要发生在烟熏和烘烤食品中。（ ）

38.豆奶是素食中的“佼佼者”,含有人体所必需的8种氨基酸，其中磷脂是构成人体细胞膜的重要组成部分，对生长发育和神经活动具有重要作用。（ ）

39.经营食品的经营户应该具有卫生许可证和营业执照。（ ）

40.进口的有包装的食品不需要有中文标签、中文说明书。（ ）

**说明：**1.测试内容以《浙江省中小学生食品安全教育知识要点》为依据；

2.对高一年级学生进行抽测调查，成绩和试卷学校留档备查，县教育局、食安办将进行督查抽查；

3.请各校将所有题目印发给学生练习，再进行抽测；

4.各校自行编制抽测卷，试卷单项选择题12道，判断题8道，每小题5分，合计100分。

5.参考答案：

一.C C B B B ，A A A A A ，C C D D D ，D D D D E，

C D D D D， A B B B B, C C C C C , D D D D D，

C C C C C， A A A A A， A A A A A， B B B B B，

D D D D D， A C C。

二、√ √ √ √ √ , X X X X X,

√ √ √ √ X , X X √ √ √,

√ √ X X X， X X X X X，

√ √ √ √ √， √ √ √ √ X

附件3

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2018年学生食品安全知识测试成绩登记表 | | | | | | | | |
|
| 校名： 登记人： | | | | | | | | |
| 序号 | 学生姓名 | 班级 | 成绩 |  | 序号 | 学生姓名 | 班级 | 成绩 |
| 1 |  |  |  | 28 |  |  |  |
| 2 |  |  |  | 29 |  |  |  |
| 3 |  |  |  | 30 |  |  |  |
| 4 |  |  |  | 31 |  |  |  |
| 5 |  |  |  | 32 |  |  |  |
| 6 |  |  |  | 33 |  |  |  |
| 7 |  |  |  | 34 |  |  |  |
| 8 |  |  |  | 35 |  |  |  |
| 9 |  |  |  | 36 |  |  |  |
| 10 |  |  |  | 37 |  |  |  |
| 11 |  |  |  | 38 |  |  |  |
| 12 |  |  |  | 39 |  |  |  |
| 13 |  |  |  | 40 |  |  |  |
| 14 |  |  |  | 41 |  |  |  |
| 15 |  |  |  | 42 |  |  |  |
| 16 |  |  |  | 43 |  |  |  |
| 17 |  |  |  | 44 |  |  |  |
| 18 |  |  |  | 45 |  |  |  |
| 19 |  |  |  | 46 |  |  |  |
| 20 |  |  |  | 47 |  |  |  |
| 21 |  |  |  | 48 |  |  |  |
| 22 |  |  |  | 49 |  |  |  |
| 23 |  |  |  | 50 |  |  |  |
| 24 |  |  |  | 51 |  |  |  |
| 25 |  |  |  | 52 |  |  |  |
| 26 |  |  |  | 53 |  |  |  |
| 27 |  |  |  | 54 |  |  |  |
| 此表于12月25日前发安全科邮箱（初中和高中一年级所有学生填报） | | | | | | | | |
|