081. Под термином "рациональное питание " понимают:

а) питание, соответствующее по калорийности энергозатратам человека

б) питание, содержащее все пищевые вещества в необходимых количествах;

в) питание, сбалансированное по содержанию основных пи­щевых веществ;

г) питание, способствующее хорошему усвоению питательных веществ вследствие высоких органолептических свойств пищи;

д) питание, предусматривающее соблюдение определенного режима

082. Из каких величин складывается суточный расход энергии?

а) основного обмена;

б) специфически динамического действия пищи;

в) различных видов деятельности

083. Какие пищевые вещества характеризуют качественный состав пищи?

а) жиры;

б) белки;

в) витамины;

г) минеральные соли;

д) углеводы;

084. Биологическая роль белков:

а) являются пластическим материалом;

б) участвуют в синтезе гормонов;

в) участвуют в синтезе ферментов;

г) участвуют в синтезе антител

085. Наиболее дефицитные незаменимые аминокислоты:

А) триптофан;

б) аргинин;

в) лизин;

г) метионин

086. Нарушения, возникающие при белковой недостаточности:

а) развитие жировой инфильтрации печени;

б) изменение химического состава и морфологического стро­ения костей;

в) изменения в эндокринных железах и понижение их функци­ональной способности;

г) снижение иммунобиологической реактивности организма

087. Продукты, богатые источники полноценного белка:

а) злаковые и продукты их переработки;

б) мясо и мясные продукты;

в) молоко и молочные продукты;

г) рыба и рыбные продукты;

д) овощи и фрукты

088. Биологическая роль жиров:

а) являются важным источником энергии;

б) улучшают вкусовые свойства пищи;

в) являются источником фосфатидов и полиненасыщенных жирных кислот;

г) являются источником витаминов группы В;

д) являются источниками жирорастворимых витаминов

089. Пищевые вещества, поступающие в организм вместе с жирами:

а) полиненасыщенные жирные кислоты;

б) фосфатиды;

в) токоферолы и стерины;

г) соли кальция;

д) жирорастворимые витамины

090. Биологическая роль полиненасыщенных жирных кислот:

а) участвуют в углеводном обмене;

б) способствуют выведению холестерина из организма;

в) повышают эластичность стенок кровеносных сосудов;

г) снижают проницаемость стенок кровеносных сосудов

091. Продукты, являющиеся богатыми источниками полиненасыщенных жирных кислот:

а) сливочное масло;

б) растительные масла;

в) бараний жир;

г) рыбий жир

092. Доля растительных жиров в суточном содержании жира:

а) 10-15%;

б) 25-30%;

в) 40-50%

093. Биологическая роль углеводов:

а) являются богатым источником энергии;

б) являются структурным элементом клеток и тканей;

в) являются источником витамина С

094. Продукты - основные источники углеводов:

а) овощи и фрукты;

б) мясо и мясные продукты;

в) злаковые и продукты их переработки;

г) молоко и молочные продукты;

д) сахар и кондитерские изделия

095. Биологическая роль кальция:

а) участвует в формировании костей скелета;

б) участвует в процессе свертывания крови;

в) необходим для поддержания нормальной нервно-мышечной возбудимости;

г) способствует усвоению белков

096. Факторы, влияющие на усвоение кальция в организме человека:

а) соотношение кальция с жирами;

б) соотношение кальция с фосфором;

в) соотношение кальция с углеводами;

г) соотношение кальция с магнием

097. Продукты - богатые источники хорошо усвояемого кальция:

а) молоко и молочные продукты;

б) овощи и фрукты;

в) зернобобовые продукты;

г) мясо и мясные продукты;

д) рыба и рыбные продукты

098. Что следует понимать под режимом питания?

а) кратность приемов пищи;

б) соблюдение интервалов между приемами пищи;

в) распределение калорийности между приемами пищи

099. Рекомендуемая кратность приемов пищи для взрослых людей:

а) пять;

б) четыре;

в) три;

г) два

100. Оптимальное распределение калорийности пищи по отдельным приемам при трехразовом питании (в процентах):

а) 30-45-25;

б) 15-50-35;

в) 20-60-20

***101. Сезоны года, в которых чаще наблюдаются С - гиповитаминозы:***

а) осенний;

б) зимний;

в) весенний

102. Причины, приводящие к возникновению С - гиповитаминоза в зимне- весеннее время:

а) снижение сопротивляемости организма;

б) уменьшение содержания витамина С в продуктах питания;

в) увеличение весной ультрафиолетового облучения

103. Потребность людей в витамине С повышается при заболеваниях:

а) инфекционных заболеваниях;

б) туберкулезе;

в) желудочно-кишечных;

г) сердечно-сосудистых

104. Продукты с содержанием витамина С свыше 100 мг %:

а) клубника;

6} лимоны;

в) шиповник;

г) черная смородина;

д) облепиха

105. Условия, способствующие разрушению витамина С в продуктах:

а) щелочная среда;

б) кислая среда;

в) доступ кислорода;

г) аскорбиназа;

д) соли тяжелых металлов

106. Условия, способствующие сохранению витамина С в первых блюдах:

б) наличие солей тяжелых металлов;

в) длительное нагревание продуктов;

г) добавление белка яиц;

д) кислая среда

107. Средняя величина потерь витамина С при кулинарной обработке продуктов:

а) 10-15%;

б) 30 %;

в) 50 %

108. Продукты - основные источники витамина Р:

а) клюква;

б) картофель;

в) брусника;

г) черноплодная рябина;

д) слива

***109. Продукты животного происхождения - богатые источники витамина В1:***

а) свинина;

б) печень;

в) сливочное масло;

г) яйца;

д) говядина

***110. Заболевания, связанные с В1 - витаминной недостаточностью:***

а) цинга;

б) рахит;

в) алиментарный полиневрит;

г) жировая инфильтрация печени;

д) гемералопия

***111. Продукты - источники витамина В2***

а) печень;

б) гречневая крупа;

в) томаты;

г) зеленый горошек;

д) яйца

***112. Причины нарушения синтеза витаминаB6 в организме:***

а) лечение сульфаниламидами;

б) лечение антибиотиками;

в) заболевания кишечника;

г) острые респираторные заболевания

***113. Продукты животного происхождения - источники витамина РР;***

а) мясо;

б) рыба;

в) молоко;

г) картофель;

д) печень

114. Продукты растительного происхождения - хорошие источники витамина РР:

а) хлеб;

б) овощи;

в) бобовые;

г) крупы;

д) фрукты

115. Продукты - источники витамина А:

а) морковь;

б) красный перец;

в) томаты;

г) яйца;

д) печень

116. Продукты - источники каротина:

а) морковь;

б) красный перец;

в) томаты;

г) яйца;

д) печень

117. Укажите причины возникновения А- гипервитаминоза:

а) при приеме больших доз ретинола;

б) при приеме больших доз (большого количества) обычного рыбьего жира;

в) при приеме больших количеств морковного сока;

г) при приеме больших количеств печени морских рыб

118. Продукты - источники витамина Д:

а) овощи;

б) зерновые;

в) молоко и молочные продукты;

г) печень морских рыб;

д) яйца

119. Заболевания, связанные с недостаточностью витамина Д в организме:

а) рахит;

б) остеопороз;

в) остеомаляция;

г) цирроз печени

***120. Назовите условия, при которых возможно возникновение Д - гипервитаминоза:***

а) при приеме больших доз витамина Д;

б) при приеме большого количества обычного рыбьего жира;

в) при приеме большого количества печени морских рыб

121. Как поступить со свининой, если при исследовании на компрессориуме обнаружены 2 трихинеллы?

а) признать мясо непригодным для целей питания;

б) направить на техническую утилизацию;

в) признать годным без ограничений

122. Признаки свежести рыбы:

а) розово - красный цвет жабр;

б) наличие прозрачной слизи на поверхности;

в) прозрачность роговиц;

г) плотная консистенция;

д) вздутие брюха

123. Какие санитарные правила необходимо соблюдать для устранения эпидемиологической опасности молока?

а) предупреждение заражения и загрязнения молока при удое, •хранении и транспортировке;

б) транспортировка молока при температуре +15°С;

в) механизированное доение, процеживание молока через ткань;

г) бактофугирование молока

***124. Как поступить с партией мяса крупного рогатого скота, если на 40 см2 обнаружено более 3 финн?***

а) использовать для целей питания после обезвреживания варкой в автоклаве в течение 1, 5 часов;

б) использование для целей питания без ограничения;

в) передать на техническую утилизацию;

г) использовать для целей питания после замораживания до 12°С в толще мускулатуры

125. Как изменится удельный вес снятого молока?

а) не изменится;

б) повысится;

в) уменьшится

126. Как обезвредить мясо больных бруцеллезом животных?

а) автоклавировать в течение 1,5 часов;

б) заморозить при температуре -18°С;

в) направить на приготовление вареных колбас;

г) автоклавировать при 0,5 атм. кусками до 2 кг в течение 2,5 часов;

д) проваривать кусками до 2 кг толщиной 8 см в течение 3 часов

127. Рекомендуемая температура хранения молока ("С):

а)+12-+15;

б) +4 - +6;

в) 0 - -2

128. По каким показателям оценивается свежесть молока?

а) по органолептическим свойствам;

б) по кислотности;

в) по сухому остатку;

г) по редуктазной пробе;

д) по свертываемости при кипячении

***129. Как поступить с партией мяса крупного рогатого скота, если на 40 см2 обнаруживаются 3 фины?***

а) использовать для целей питания после обезвреживания с проваркой в автоклаве в течение 1, 5 часов;

б) использовать для целей питания без ограничения;

в) передать на техническую утилизацию;

г) использовать для целей питания после замораживания до 12°С в толще мускулатуры;

д) использовать для целей питания после обезвреживания проваркой кусками до 2 кг в течение 2 часов

130. Какие гельминтозы могут передаваться человеку с рыбой?

а) дифиллоботриоз;

б) описторхоз;

в)тенниидоз

131. Какое соотношение в молоке между кальцием и фосфором?

а) 1:2;

б) 1:4;

в) 1:0,8

132. Какие показатели будут главными при решении вопроса о продлении сроков реализации партии творога?

а) содержание влаги;

б) содержание жира;

в) кислотность;

г) консистенция;

д) запах и вкус

133. Как поступить с партией мяса, полученной от животных, подозреваемых на заражение ящуром?

а) признать партию мяса условно годной для целей питания;

б) направить на техническую утилизацию;

в) направить на изготовление консервов, вареных колбас

134. Допускается ли в пищу молоко от животных с выраженными клиническими симптомами туберкулеза вымени и других органов?

а) допускается после кипячения;

б) допускается после пастеризации;

в) не допускается

135. Как оценить партию свежей рыбы, при обнаружении единичных плероцеркоидов в мышечной ткани?

а) не годна для целей питания, списать на корм скоту;

б) годна для целей питания при условии тщательной терми­ческой обработки;

в) не годна для целей питания, направить на техническую утилизацию

136. Какие гельминтозы могут передаваться человеку с мясом свиней?

а) тенниидоз (финноз);

б) трихинеллез;

в) эхинококкоз;

г) дифиллоботриоз;

д) описторхоз

137. Микроорганизмы - возбудители пищевых токсикоипфекции:

а) энтеротоксигенный стафилококк;

б) сальмонеллы;

в) Е. coli;

г) микроорганизмы группы протея; •

д) Cl. Perfringens

е) Klebsiella

138. Микроорганизмы - возбудители пищевых интоксикаций:

а) энтеротоксигенный стафилококк 6} С1. perfringens

в) Е. coli

г) С1. botulinum

д) сальмонеллы

е) микроскопические грибки

***139. Признаки, характерные для пищевой токсикоипфекции***

а) массовость;

б) контагиозность;

в) внезапное начало заболевания;

г) острое течение болезни;

д) связь заболевания с приемом пищи

***140. Продукты и блюда, с которыми наиболее часто связано возникновение сальмонеллезной*** ***токсикоипфекции:***

а) мясо животных;

б) студни, зельцы, заливные блюда;

в) яйца водоплавающей птицы;

г) салаты, винегреты;

д) изделия из мясного фарша

141. В каких случаях мясо животных может быть инфицировано сальмонеллами?

а) при вынужденном убое в связи с заболеванием животного;

б) во время транспортировки мяса;

в) при нарушении целостности кишечника во время разделки туши;

г) при разделке мяса на инфицированном оборудовании;

д) при контакте с грызунами

142. Бактериологическому исследованию при сальмонеллезной токсикоипфекции следует подвергать:

а) промывные воды желудка больного;

б) кал больного;

в) мочу больного;

г) санитарные смывы с рук работников пищеблоков и обору­дования;

д) мазки из зева работников пищеблоков

***143. Продукты, с которыми наиболее часто связано возник­новение пищевой токсикоинфекций, вызываемой CI. perfringens типа А:***

а) мясные продукты;

б) кондитерские изделия с кремом;

в) рыба;

г) салаты и винегреты;

д) овощные консервы

***144. Пищевые продукты, с которыми наиболее часто связано возникновение пищевых токсикоинфекций, вызываемых Вас. cereus:***

а) салаты и винегреты;

б) мясные и рыбные полуфабрикаты;

в) яйца птиц;

г) молоко и молочные продукты;

д) овощные консервы;

145. Продукты и блюда, с которыми наиболее часто связано возникновение стафилококковой интоксикации:

а) яйца;

б) мясные изделия из фарша;

в) торты и пирожные с заварным кремом;

г) молоко и молочные продукты;

д) рыбные консервы в масле с рядовой укладкой

146. Источники инфицирования молока стафилококками на молочно-товарной ферме:

а) доярки с гнойничковыми поражениями рук;

б) здоровые люди - носители энтеротоксигенных стафилокок­ков;

в) животные, больные маститом;

г) животные, больные бруцеллезом;

д) работники фермы, больные ангиной

147. Места постоянного обитания возбудителей ботулизма:

а) почва;

б) вода рек, озер, открытых водоемов;

в) кишечник животных;

г) кишечник рыб;

д) кишечник человека

148. Продукты, с которыми наиболее часто связано возникновение ботулизма:

а) грибы баночного домашнего консервирования;

б) молоко и молочные продукты;

в) мясные консервы;

г) рыба холодного копчения;

д) овощные и фруктовые консервы домашнего приготовления

149. Причиной каких пищевых отравлений могут служить ожоги, инфицированные ранки на руках работников пищеблоков?

а) ботулизма;

б) стафилококковой интоксикации;

в) токсикоинфекций, вызываемой Cl. perfringens;

г) сальмонеллеза

150. Общие меры профилактики пищевых отравлений бактериального происхождения:

а) предупреждение попаданий микроорганизмов, возбудителей пищевых отравлений в продукты;

б) предупреждение их размножения в продуктах путем хранения в условиях холода;

в) уничтожение микроорганизмов в пище термической обработкой