**Тема 2. Питание как фактор здорового образа жизни**

1. ОЦЕНКА ПИТАНИЯ В ОРГАНИЗОВАННЫХ ДЕТСКИХ КОЛЛЕКТИВАХ БУДЕТ ПРОВОДИТЬСЯ НА ОСНОВАНИИ ДАННЫХ
2. 7- и 10-дневной меню раскладки
3. Накопительной ведомости
4. Расспроса поваров о расходе продуктов
5. Верно 1,2,3
6. Верно 1,2
7. КРИТЕРИЯМИ ДОСТАТОЧНОГО И ПОЛНОЦЕННОГО ПИТАНИЯ НА 1-ОМ ГОДУ ЖИЗНИ ЯВЛЯЮТСЯ
8. Достаточная прибавка в массе
9. Низкий тургор тканей
10. Хорошее психомоторное развитие ребенка
11. Преобладание положительного эмоционального комплекса у ребенка
12. Верно 1,3,4
13. В ПОНЯТИЕ РЕЖИМ ПИТАНИЯ ВХОДЯТ
14. Точное соблюдение времени приема пищи
15. Кратность питания в течение суток
16. Интервалы между отдельными приемами
17. Правильно 1,2
18. Все ответы правильны
19. ЕЖЕДНЕВНЫЙ КОНТРОЛЬ ЗА НАЛИЧИЕМ ИЛИ ОТСУТСТВИЕМ ГНОЙНИЧКОВЫХ И ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ПЕРСОНАЛА ПИЩЕБЛОКА ПРОВОДИТСЯ
20. Медицинской сестрой ДОУ
21. Каждым сотрудником пищеблока (самооценка) с записью в официальном журнале
22. Заведующим учреждения
23. Любым из перечисленных
24. Контроль необязателен

5. ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОПАГАНДЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ УСТНЫМ МЕТОДОМ ИСПОЛЬЗУЮТ

* 1. лекции
	2. научно-популярные книги, журналы
	3. консультации
	4. теле- и радиопередачи
	5. плакаты, малые формы
	6. СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПИТАНИЯ ИЗУЧАЮТ
	7. весовым методом
	8. анкетным методом
	9. опросно-весовым методом
	10. 4) бюджетным методом
	11. 5) лабораторным методом
	12. ДЛЯ ГРУППОВОЙ ПРОПАГАНДЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ УСТНЫМ МЕТОДОМ ИСПОЛЬЗУЮТ
1. лекции
2. научно-популярные книги, журналы
3. консультации
4. теле - и радиопередачи
5. плакаты, малые формы
	1. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОНЯТИЯ "МЕНЮ - РАКЛАДКА"
6. наименование блюда с указанием его веса
7. наименование блюда и его химический состав
8. наименование блюда, его выход и перечень сырых продуктов с указанием их веса (брутто или нетто)
9. наименование блюда с перечнем входящих продуктов, количества которых представлены в весе - нетто
	1. НАИБОЛЕЕ УСТОЙЧИВОЙ К ВОЗДЕЙСТВИЮ ПИЩИ ЯВЛЯЕТСЯ ПОСУДА
10. оцинкованная металлическая
11. эмалированная
12. из пластмасс
13. гончарная
14. деревянная

10. КАКОЙ ПОЛИМЕРНЫЙ МАТЕРИАЛ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ДЛЯ ПРОИЗВОДСТВА РАЗНООБРАЗНОЙ ПОСУДЫ ПИЩЕВОГО НАЗНАЧЕНИЯ

* 1. полиолефины
	2. поливинилхлорид
	3. поликарбонат (дифлон)
	4. аминопласты (молодит и др.)
1. БАЛЛАНСОВЫЙ МЕТОД ОТНОСИТСЯ К ГРУППЕ МЕТОДОВ ИЗУЧЕНИЯ
2. индивидуального питания
3. питания в коллективах
4. социально-экономических основ питания
5. МЕТОД ИЗУЧЕНИЯ ПИТАНИЯ, ТРЕБУЮЩИЙ НАИБОЛЬШЕЙ РАЗЪЯСНИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СРЕДИ НАСЕЛЕНИЯ ПЕРЕД ОБСЛЕДОВАНИЕМ
6. баллансовый
7. бюджетный
8. опросно-весовой
9. весовой
10. анкетный
11. ФОРМУЛИРОВКА, НАИБОЛЕЕ ПОЛНО ОТРАЖАЮЩАЯ ПОНЯТИЕ «СТАТУС ПИТАНИЯ» ИЛИ «ПИЩЕВОЙ СТАТУС»
12. состояние фактического питания отдельных групп населения
13. состояние физического развития в зависимости от питания
14. различные варианты режима питания отдельных групп населения
15. состояние здоровья отдельных групп населения в зависимости от пи тания

14. МЕТОД ИЗУЧЕНИЯ ПИТАНИЯ, ПОЗВОЛЯЮЩИЙ ОХВАТИТЬ ОБСЛЕДОВАНИЕМ ЗНАЧИТЕЛЬНУЮ ГРУППУ ЛЮДЕЙ ЗА СРАВНИТЕЛЬНО КОРОТКИЙ СРОК

* 1. опросно-весовой
	2. весовой
	3. анкетный
	4. опросно-анкетный
	5. лабораторный
1. СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПИТАНИЯ ИЗУЧАЮТ
2. весовым методом
3. балансовым методом
4. опросно-весовым методом
5. анкетным методом
6. лабораторным методом

16. ТЕРМИН "БИОЛОГИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ", ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ ПРИ ОЦЕНКЕ ПРОДОВОЛЬСТВЕННОГО СЫРЬЯ И ПРОДУКТОВ, ОТРАЖАЕТ

* 1. аминокислотный состав
	2. химический состав и энергоценнсть
	3. содержание полиненасыщенных жирных кислот
	4. уровень содержания ксенобиотиков и биологических контаминантов
	5. органолептические свойства, химический состав и энергоценность, безвредность, надежность в отношении стабильности состава

17.ОСНОВНЫЕ СТРУКТУРНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ В РАЦИОНЕ НАСЕЛЕНИЯ РАЗВИТЫХ СТРАН, ПРОИЗОШЕДШИЕ ЗА ПОСЛЕДНИЕ 50-100 ЛЕТ

1. существенное увеличение количества жира, моно- и дисахаридов при значительном снижении доли крахмальных полисахаридов, пищевыхволокон, кальция, ряда витаминов
2. существенное увеличение количества ПНЖК при значительном снижении доли моно- и дисахаридов, поваренной соли, кальция, ряда витаминов

18. ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ (ОПРЕДЕЛЕНИЕ)

1. вещества, специально вводимые в пищевые продукты в процессе изготовления в целях придания им заданных свойств или сохранения их качества
2. вещества, специально вводимые в пищевые продукты для повышения их пищевой ценности и придания функциональных свойств

19. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СИНТЕТИЧЕСКИХ ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК НЕ ДОПУСКАЕТСЯ ПРИ ПРОИЗВОДСТВЕ

1. заменителей женского молока
2. продуктов прикорма для здоровых детей 1 года жизни
3. продуктов питания детей в возрасте от 1 до 3 лет
4. все перечисленное верно

20. РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ (ОПРЕДЕЛЕНИЕ)

1. питание, организованное в соответствии с реальными потребностями человека и обеспечивающее оптимальный уровень обмена веществ
2. питание, обеспечивающее минимальный физиологический уровень поступления в организм пищевых веществ и энергии
3. питание, организованное в соответствии с рекомендуемым режимом и условиями

21. ПРИ АНАЛИЗЕ ПИЩЕВОГО СТАТУСА ОЦЕНИВАЮТ

1. нутриентный состав рациона, жалобы со стороны желудочно-кишечного тракта, наличие хронических патологий
2. данные физического развития, симптомы микронутриентного дисбаланса, лабораторные и клинические маркеры обеспеченности организма нутриентами
3. данные физического развития, лабораторные показатели обмена веществ, жалобы со стороны желудочно-кишечного тракта

22. МЕТОДЫ ОЦЕНКИ ОРГАНИЗОВАННОГО ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ

1. анкетный, методы записи, методы воспроизведения
2. анализ меню-раскладок, анкетный, лабораторный
3. методы записи, методы воспроизведения, лабораторный

23. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ В КОНКРЕТНОМ НУТРИЕНТЕ

1. равна величине минимальной физиологической потребности
2. больше физиологической потребности на величину кулинарных потерь
3. определяется как сумма величины физиологической потребности и дополнительных адаптационных затрат
4. ПРИЕДАЕМОСТЬ ПИЩЕВОГО ПРОДУКТА (ОПРЕДЕЛЕНИЕ)
5. скорость наступления субъективного насыщения в процессе еды
6. скорость выработки отрицательного динамического стереотипа выбора и употребления пищевого продукта
7. скорость формирования благоприятного отношения к органолептическим характеристикам пищевого продукта

25. БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ДОБАВКИ К ПИЩЕ (ОПРЕДЕЛЕНИЕ)

1. природные (идентичные природным) компоненты, предназначенные для употребления одновременно с пищей или введения в состав пищевых продуктов с целью обогащения рациона дефицитными нутриентами, биологически активными соединениями, пробиотиками и пребиотиками
2. компоненты, идентичные природным, предназначенные для употребления одновременно с пищей с целью придания рациону лечебной направленности за счет увеличения в нем нутриентов выше физиологической потребности
3. искусственные компоненты, предназначенные для введения в состав пищевых продуктов с целью улучшения органолептических свойств, продления сроков хранения, оптимизации технологических процессов

26. ВСЕ ДЕТИ ПРИ ДНЕВНОМ (10 Ч.) ПРЕБЫВАНИИ В ДОУ ДОЛЖНЫ ПОЛУЧАТЬ

а) трехразовое питание, обеспечивающее 75-80% суточной потребности в нутриентах и энергии

б) двухразовое питание, обеспечивающее 50-60% суточной потребности в нутриентах и энергии

в) трехразовое питание, обеспечивающее 90-100% суточной потребности в нутриентах и энергии

1. С ЦЕЛЬЮ ПРОФИЛАКТИКИ АЛИМЕНТАРНЫХ ДИСБАЛАНСОВ У ДЕТЕЙ В ШКОЛЬНЫХ БУФЕТАХ НЕЛЬЗЯ РЕАЛИЗОВЫВАТЬ
2. конфеты, шоколад, чипсы, соленые орехи, кремовые кондитерские из­делия, сладкие прохладительные напитки, кофе
3. скоропортящиеся продукты, овощные салаты, питьевые молочные продукты, бутилированную негазированную воду

28. ФАКТОРЫ (ДОКАЗАННЫЕ), ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ФОРМИРОВАНИЕ ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА И ОЖИРЕНИЯ

1. низкий гликемический индекс пищи, увеличение дробности питания, длительный нервно-эмоциональный стресс
2. низкая физическая активность, регулярное употребление высококалорийных продуктов (сладких и жирных)

29. ФАКТОРЫ (ДОКАЗАННЫЕ), ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПОВЫШЕННЫЙ РИСК РАЗВИТИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

1. избыточная масса тела и ожирение, низкая двигательная активность, избыточное употребление НЖК, транс-изомеров жирных кислот и натрия
2. дефицит массы тела, большие физические нагрузки, избыточное употребление ПНЖК, МНЖК и калия

30. ВЕДУЩИЙ АЛИМЕНТАРНЫЙ ФАКТОР РИСКА РАЗВИТИЯ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ

1. высокое содержание поваренной соли (натрия) и калия в рационе (соотношение K:Na> 2)
2. высокое содержание поваренной соли в рационе при низком уровне калия (соотношение K:Na < 1)

31. НОРМИРУЕМЫЕ В ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТАХ ВЕЩЕСТВА, ОБЛАДАЮЩИЕ ПОТЕНЦИАЛЬНОЙ КАНЦЕРОГЕННОЙ АКТИВНОСТЬЮ

1. свинец, нитраты, гексахлорциклогексан, антибиотики, ртуть
2. афлатоксины, мышьяк, кадмий, полихлорированные бифенилы, нитрозамины
3. НЕ ДОПУСКАЕТСЯ ПРИМЕНЯТЬ ПИЩЕВЫЕ КРАСИТЕЛИ В СЛЕДУЮЩИХ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТАХ
4. соки фруктовые
5. кондитерские изделия
6. прохладительные напитки
7. СУТОЧНЫЕ ПРОБЫ ГОТОВОЙ ПИЩИ
8. оставляются ежедневно в количестве двух порций каждого второго блюда и хранятся в отдельном холодильнике в течение суток
9. оставляются ежедневно в количестве одной порции каждого блюда и хранятся в отдельном холодильнике в течение двух суток
10. оставляются ежедневно в количестве одной порции каждого первого блюда и хранятся в отдельном холодильнике в течение трех суток