七年级生物下册第二章 人体的营养 测试题

（50分钟、100分）

一、选择题（每空2分，共60分）

1.青少年挑食、偏食，常导致某些疾病的发生，下列疾病与病因对应错误的是（ A   ）

A. 贫血—缺锌 B. 佝偻病—缺乏维生素D

C. 脚气病—缺乏维生素B1 D. 坏血病—缺乏维生素C

解析：贫血一般是因为缺铁引起，缺锌会生长发育不良，味觉发生障碍。

2.体育中考时，同学们需消耗较多的能量，所以当天的早餐要适当增加含\_\_\_\_\_较多的食物（  A  ）

A. 糖类     B. 水  C. 维生素     D. 无机盐

解析：人体生命活动所需要的能量，主要由糖类提供。

3.有些动物在饥饿或冬眠时，能量物质消耗的大致顺序是（  C  ）

A. 蛋白质→脂肪→糖类  B. 脂肪→糖类→蛋白质

C. 糖类→脂肪→蛋白质 D. 糖类→蛋白质→脂肪

解析：糖类是主要能源物质，首先进行消耗，冬眠的动物储存大量脂肪，其次消耗的是脂肪，最后是蛋白质

4.食物有六大营养物质，不能为生命活动提供能量的营养物质是（  A  ）

①蛋白质    ②糖类    ③脂肪    ④维生素    ⑤水    ⑥无机盐

A. ④⑤⑥      B. ②③⑤ C. ①②③      D. ①④⑥

5.某同学的奶奶经常一到傍晚就看不清东西，你建议她可以多吃一些（  C  ）

A. 鸡肉和鱼肉      B. 米饭和馒头 C. 猪肝和胡萝卜    D. 苹果和雪梨

6.下列食物中，含糖类较多的是( A )

A.馒头 B.大豆 C.瘦肉 D.鸡蛋

7.下列几种对维生素的说法不正确的是（ B ）

A.维生素不是构成细胞的主要原料，也不为人体提供能量

B.人体对维生素的需要量一般较大

C.维生素对人体的重要作用是其他营养物质所不能代替的

D.一旦缺乏维生素就会影响正常的生长发育，甚至患病

8.下列哪种维生素能促进骨骼的发育（ D ）

A.维生素A B.维生素 B1 C.维生素 C D.维生素 D

9.下列食物中含蛋白质较多的是（ D ）

①大豆 ②牛肉 ③花生 ④肥肉 ⑤土豆 ⑥鸡蛋 ⑦牛奶 ⑧鱼

A.①③④⑥⑦ B.②③④⑧ C.④⑤⑥⑦⑧ D. ①②⑥⑦⑧

10.在一日三餐中，哪类食物供给人体热能较多（ A ）

A.馒头 米饭 地瓜 玉米 B.胡萝卜 葡萄 西红柿 白菜

C.鱼 瘦肉 虾 鸡 D.牛奶 豆制品 蛋类

11.下列物质中，不能被消化道直接吸收的是（ B ）

A.水 B.淀粉 C.维生素 D.含铁的无机盐

12.下列哪项不是人体小肠结构与消化或吸收功能相适应的特点（ C   ）

A. 小肠长5~6米 B. 小肠内表面有皱襞和小肠绒毛

C. 食物中的营养物质都在小肠内消化 D. 小肠中有肠腺，有多种消化液

13.用放大镜观察小肠内表面，可以看到很多绒毛状的突起，这是（ B ）

A.肠腺 B.皱襞 C.小肠绒毛 D.血管

14.人体消化食物、吸收营养物质的主要场所是（ C ）

A.口腔 B.胃 C.小肠 D.大肠

15.淀粉经消化后，变成能够被人体吸收的小分子物质是（ A ）

A葡萄糖 B.麦芽糖 C.氨基酸 D.脂肪酸

16.在消化系统中，消化淀粉的起始器官是（ A ）

A.口腔 B.咽 C.胃 D.小肠

17.在消化系统中，消化蛋白质的起始器官是（ B ）

A.口腔 B.胃 C.小肠 D.大肠

18.与蛋白质的消化和吸收关系密切的是（ C ）

①唾液 ②胃液 ③小肠 ④大肠 ⑤胆汁 ⑥肠液 ⑦胰液

A.②④⑤⑦ B.①②③ C.②③⑥⑦ D.②④⑤⑥

19.在消化系统中既没有消化功能又没有吸收功能的器官是（ B ）

A.口腔 B.食道 C.胃 D.大肠

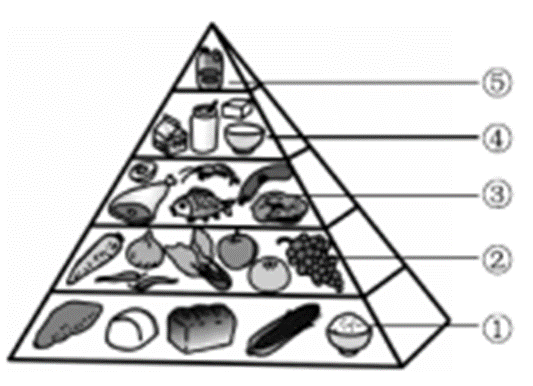
20.下列是“消化和吸收”的相关叙述,正确的是（ A ）

A.消化道包括口腔、咽、食道、胃、小肠、大肠、肛门等器官

B.人体维生素C缺乏时易患夜盲症

C.“馒头在口腔中的变化”实验表明,馒头变甜只与唾液的分泌有关

D.蛋白质在胃中初步分解成氨基酸

21.为了引导人们健康饮食,中国营养学会绘制了“平衡膳食宝塔”(如图)。下列有关平衡膳食的说法,正确的是（ A ）

A.每天摄入量最多的应该是①层的

食物

B.某同学为了减肥每天只吃②层的食物

C.③层中的营养物质在小肠中被初步消化

D.上班族健康三餐能量的比例应为2:3:5

22.2019 年央视 3·15 晚会中曝光的“辣条”事件,再度引发人们对食品安全的高度关注。下列关于食品安全的做法或说法,合理的是（ C ）

A.将苹果腐烂的部分削去后可食用 B.鲜艳漂亮的蘑菇都味美可口

C.买肉时一定要看肉是否检疫合格 D.经常喝可乐等饮料代替饮水

23.下列做法不属于食品安全的是（ A ）

A，生熟食品混装B，饭前后便洗手C，肉食完全煮熟D，果蔬吃前洗净

解析：生熟食品应该分开装，不然容易互相传染病菌。

24.下列关于合理膳食与食品安全的说法,正确的是（ C ）

A.绿色食品是指富含叶绿素和维生素的植物类食品

B.发芽的马铃薯去芽煮熟后再吃

C.青少年缺钙应适当增加动物肝脏、鸡蛋等食物的摄入量

D.刚过保质期、没有霉变的食品仍可食用

解析：绿色食品指没有使用化肥农药，没有添加剂等安全无公害，无污染的食品。

发芽的土豆或发绿的土豆龙葵碱的含量暴增，龙葵碱有毒，煮熟并不能将毒素去除，故发芽或发绿的土豆不可以吃。从食品安全角度来看，过保质期的食品不能食用。

25.食品安全关乎民生。购买食品时，要关注包装的（C ）

①保质期 ②包装图案 ③生产日期 ④食品生产许可证编号 ⑤厂家厂址

A.①②③④ B.②③④⑤ C.①③④⑤ D.①②④⑤

26.合理营养指的是（　C　）

A．多吃一些能为人体提供能量的糖类物质

B．多吃一些富含蛋白质的食物

C．均衡地摄入各类食物，比例合适，搭配合理

D．以肉、蛋、奶和水果为主

27.食品安全事关人的健康，下列说法不符合食品安全的是（　D　）。

A．购买方便面要看保质期 B．青菜买回时要清洗干净

C．购买经过检疫的猪肉 D．吃没有卫生许可证的包装食品

28.“某同学为妈妈设计了一份午餐食谱：米饭、素炒黄瓜、炒白菜。这个食谱营养不够全面，加上下列哪种食物后可以让这份食谱更为合理？（　A　）

A．红烧牛肉 　　　　　B．牛奶 C．鸡蛋西红柿汤 　　　 D．小米粥

29. 针对青少年的特殊需要，合理膳食是指（　D　）。

A．最容易消化，又最容易吸收的膳食

B．少而精细、能提供高能量的膳食

C．能供应高蛋白、高能量的膳食

D．含丰富的蛋白质及各种营养成分比例合适的膳食

30.绿色食品是指( D )

A.绿颜色的营养是食品 C.野生动、植物食品

B.有叶绿素的食品 D.安全、无公害的食品

二.非选择题（每空1分，共40分）

1·阅读材料，回答下列问题

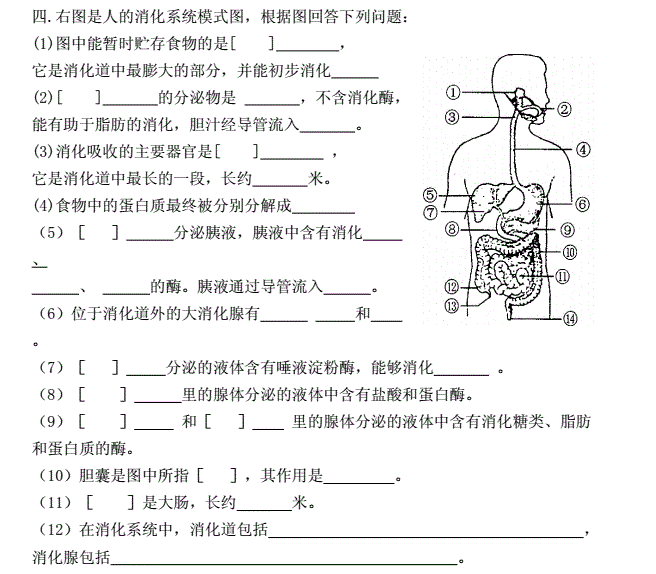
隋唐时期，我国医学家孙思邈在一个地区发现，当地的富人中有很多人患有脚气病，这种病的表现一般为食欲不振，消化不良，孙思邈把这种病称为富病”。而当地的穷人中，有许多人皮肤粗糙，患有“雀目”，孙思邈把这种病称之为“穷病”。后来，孙医生对这些病人通过食疗，治好了 “富病”和“穷病”

(1)“富病”主要是由于缺乏 维生素B1

引起的疾病食疗法应该多吃 猪肝 、 谷类 等食物。

(2)“穷病”主要是由于缺乏 维生素A 引起的疾病。“雀目”所指的疾病是夜盲症，食疗法应该多吃 猪肝、胡萝卜 等食物。

2.右图是人的消化系统模式图，根据图回答下列问题:

(1)图中能暂时贮存食物的是[ ⑥ ] 胃

它是消化道中最膨大的部分，并能初步消化 蛋白质

(2)[ ⑤ ] 肝脏 的分泌物是 胆汁 ，不含消化酶,但有助于脂肪的消化，胆汁经导管流入 十二指肠

(3)消化吸收的主要器官是[ ⑾ ] 小肠 它是消化道中最长的一段，长约 5-6 米

(4)食物中的蛋白质最终被分别分解成 氨基酸

(5) [ ⑨ ] 胰腺 分泌胰液，胰液中含有消化 淀粉 、 蛋白质 、 脂肪 的酶。胰液通过导管流入 十二指肠

(6)位于消化道外的大消化腺有 唾液腺 分泌的液体含有唾液淀粉酶，能够消化 淀粉 。

(8) 胃 里的腺体分泌的液体中含有盐酸和蛋白酶。

(9) [ ⑨ ] 胰 和[ 11 ] 小肠 里的腺体分泌的液体中含有消化糖类、脂肪和蛋白质的酶。

10)胆囊是图中所指⑦，其作用是 储藏胆汁

(11) [ ⑩ ] 是大肠，长约 1.5 米。

3.在古代有“民以食为天”，现在有“食以安为先”，食品安全始终是人们关注的重点，对于食品安全我们应考虑以下哪些方面 ②③④⑥ 。

①食物含营养成分高低 ②保质期 ③食物农药残留量 ④食物是否有毒

⑤食物含微量元素多少 ⑥食物是否发霉变质

4.李大爷的身体状况一直不太好，但工作又比较紧张，请你利用所学的知识，根据下表 A、B、C、D、E、5 种食物 (各 100 克，除水和无机以外)的主要成分，帮他拟定一个较为科学的膳食计划。[注 (1)、 (2)、(3)只填序号]



(1)为保证李大爷在紧张劳动时及时获得较多的能量，应该让李大爷多吃食物 B

(2)李大爷有时牙龈出血，那么他平时应多吃食物 E

(3)有时他晚上看不清东西，建议他应多吃食物 B或A或C或E 。(写出一种即可)

解析：晚上看不清东西，是缺乏维生素A，据表可知可以补充B或A，C，E，其中B含量高，是首选。

(4)李大爷若将食物 B 作为长期主要食物，将易患 骨质疏松

(5)可以为身体提供能量的三种营养物物有 糖类 、 蛋白质 、 脂肪 。