

《公共营养师》

图书基本信息

书名：《公共营养师》

13位ISBN编号：9787511415356

10位ISBN编号：7511415350

出版时间：2012-4

出版社：中国石化出版社有限公司

作者：圣才学习网 编

页数：219

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《公共营养师》

内容概要

书籍目录

第一部分 指定教材章节配套习题与详解

第1章 膳食调查和评价

第1节 食物摄入量调查

第2节 膳食调查结果计算与评价

第2章 人体营养状况测定和评价

第1节 人体营养状况测定

第2节 实验室指标收集和判断

第3节 营养不良的症状和体征判别

第3章 膳食指导和评估

第1节 营养需要和食物种类确定

第2节 食谱编制

第3节 食谱调整 and 评价

第4章 食品营养评价

第1节 食品样品收集和标签解读

第2节 食品营养价值分析

第5章 社区营养管理和营养干预

第1节 营养与健康信息的收集

第2节 营养与健康档案的建立和管理

第二部分 模拟试题

公共营养师(国家职业资格四级)模拟试题(一)

答案及详解

公共营养师(国家职业资格四级)模拟试题(二)

答案及详解

公共营养师(国家职业资格四级)模拟试题(三)

答案及详解

章节摘录

版权页：插图：技能操作部分一、简答题1.简述《中国食物成分表2002》的分类方法。答：《中国食物成分表2002》所列的食物采用了“食物类和亚类”的双级分类方法。它参照INFOODS（国际食品数据系统网络）的分类方法，结合我国营养学界以往的食物分类方法和食品行业的分类标准，将所有的食物分为21个食物类。对于一个食物类中的食物，根据其某一属性的不同，又分成不同的亚类，并将那些难以分配到某一具体亚类的食物一律归入相应食物类中的名为“其他”的亚类中。2.怎样进行食物成分表查询？答：（1）工作准备 准备《中国食物成分表2002》；设计查询食物成分的表格。一种食物有很多种食物成分，按照需要查询的食物成分预先设计好一份表格，设计此表的目的是用来记录查询结果。分别以小麦粉（标准粉）、马铃薯、猪肉（肥瘦）、荷兰豆、中华猕猴桃为例，通过查询食物成分表，将得到的结果记录在表格中；选择食物。以主要类别的5~10种食物作为查找对象。（2）工作程序 明确食物和分类。确定要查询的食物归属于哪一食物类和亚类。例如，小麦粉（标准粉）属于谷类，马铃薯属于薯类等；查询小麦粉。食物确定后，按照食品分类查找各种食物在食物成分表中的位置。如小麦粉，属于谷类，在食物成分表中找到“谷类及其制品”，可以在这里找到“小麦粉（标准粉）”。“小麦粉（标准粉）”这一页以及下一页都是小麦粉（标准粉）这种食物的一般营养成分，可以根据观察实际物品状况决定其所属品种。在膳食调查中，常根据被访者的描述来确定；查询马铃薯。同样地，马铃薯属于薯类、淀粉及其制品。查询其他。查询猪肉（肥瘦）属于畜肉类及其制品，荷兰豆属于蔬菜类及其制品，中华猕猴桃属于水果类及其制品；查询营养素含量。在食物名称后的各列就是各种营养素的含量数据。在列的表头找到需要的营养素，在行与列交叉位置的数据即为该食物的这种营养素含量；记录。最后将查询到的结果记录到设计好的食物成分查询表格内。3.简述使用《中国食物成分表2002》进行食物分类和食物营养素查询时的注意事项。答：（1）认真按《中国食物成分表2002》食物编码和分类，查询食物的成分。食物成分表中没有的，可以用相似食物代替，但是要注明；（2）有的食物有科学名称和地方俗名之分，要做到认真区分和查询，避免混淆；（3）设计表格时，可以根据需要来查询全部或几种营养成分，相应地设计所需表格。熟悉查询工作后，可不用表格；（4）由于《中国食物成分表2002》是以食物原料为基础的，因而在称重记录时，许多被调查的食物要利用生熟比值换算成原料量，来计算各种营养素摄入量。这就要求调查者能够准确掌握各种食物的生熟比值，并且了解被调查地区的食物供应情况，以便准确记录食物的重量；（5）食物成分表中数据的获得主要是采集有代表性的食物或食品，所检测的食物样品不一定是现在居民所消费的同种食品。因此，表中的数据与消费食物的营养素含量之间可能有一定的差距。通过食物成分表中的数据计算出来的膳食营养素含量只能看成是一个较为准确的估计值；（6）在表二、表三查找氨基酸、脂肪酸的含量时与上述方法相同。

《公共营养师》

精彩短评

- 1、不错，涉及的面很广，便于复习和记忆。
- 2、本书很好，但是邮递员服务态度很不好，居然把所有东西都撕了，我也没有签字，直接给我扔到楼下的超市了！让我去取一下就完事了！
- 3、蛮实用的，快递速度很快
- 4、书的印刷装订质量不好，只值定价的一半
- 5、里面的习题还算好。。。快考试啦
- 6、解答还蛮详细的
- 7、题型很全，讲解的也不错！
- 8、别买杨欣那个参考书,跟考试一点都不搭边
- 9、在网上找了很久才定下的这本。价格是便宜了不少，至于内容，因为我本身是食品专业出身，所以要求有点高。已经看了30页了，出现了一次对参考答案的质疑，我会认真求证后再来判断这本书
- 10、很好的一本公共营养师辅导书，考试，看他行！！
- 11、书本质量还算不错，值得推荐！

《公共营养师》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com