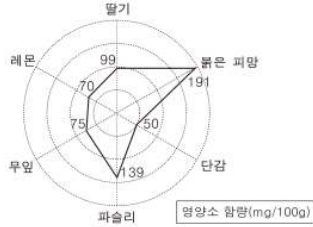


6. 그래프는 각 식품에 들어있는 어떤 영양소의 함량을 나타낸 것이다. 이 영양소의 기능으로 가장 적절한 것은?



- ① 체온을 조절한다.
- ② 뼈와 이를 구성한다.
- ③ 혈액의 산과 알칼리 균형을 조절한다.
- ④ 신체 조직에 산소를 원활하게 공급한다.
- ⑤ 콜라겐(collagen)을 합성해 상처 회복을 돕는다.

7. 그림과 같이 밥을 보관했을 때 일어나는 전분의 변화에 대한 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은?

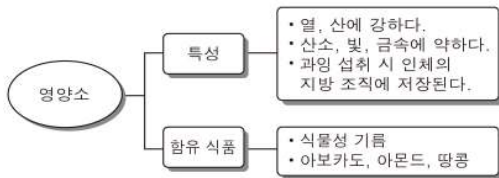


< 보기 >

- ㄱ. 노화가 일어난다.
- ㄴ. 점성이 증가한다.
- ㄷ. β-전분으로 변한다.
- ㄹ. 소화되기 쉬운 상태로 변한다.

- ① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄷ ③ ㄴ, ㄷ
- ④ ㄴ, ㄹ ⑤ ㄷ, ㄹ

8. 다음에 해당하는 영양소의 기능으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은? [3점]

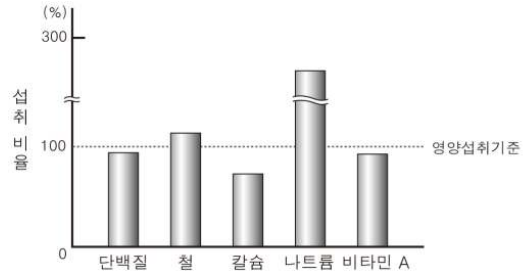


< 보기 >

- ㄱ. 항산화제 역할을 한다.
- ㄴ. 혈액 응고를 촉진시킨다.
- ㄷ. 세포의 노화를 지연시킨다.
- ㄹ. 에너지 대사의 조효소로 사용된다.

- ① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄷ ③ ㄴ, ㄷ
- ④ ㄴ, ㄹ ⑤ ㄷ, ㄹ

9. 그래프는 우리나라 노년기의 영양 섭취 실태를 나타낸 것이다. 이를 근거로 한 식사 관리 방법으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은?



- 보건복지가족부, 「국민영양건강조사」 -

< 보기 >

- ㄱ. 뼈 건강을 돕는 음식의 섭취를 줄인다.
- ㄴ. 혈압을 높이는 음식의 섭취를 줄인다.
- ㄷ. 조절 작용을 돕는 음식의 섭취를 늘린다.
- ㄹ. 야맹증을 예방하는 음식의 섭취를 늘린다.

- ① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄷ ③ ㄴ, ㄷ
- ④ ㄴ, ㄹ ⑤ ㄷ, ㄹ

10. 표의 건강 검진 결과를 근거로 이 남성에게 권할 수 있는 식사 요법을 <보기>에서 고른 것은?

건강 검진 결과					
등록 번호	0000	성명	000	성별/나이	남/55
검 사 명	결과	정상 기준	단위		
Glucose, PP1(식후 1시간 혈당)	200	140 미만	mg/dL		
HbA1c(당화혈색소)	7.0	4.2 ~ 5.9	%		
Urine Glucose(요당)	+(양성)	-(음성)			

< 보기 >

- ㄱ. 포도보다 토마토를 먹는다.
- ㄴ. 삼겹살은 삶기보다 구워서 먹는다.
- ㄷ. 흰 쌀보다 잡곡으로 지은 밥을 먹는다.
- ㄹ. 두부 대신 유부를 넣은 찌개를 먹는다.

- ① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄷ ③ ㄴ, ㄷ
- ④ ㄴ, ㄹ ⑤ ㄷ, ㄹ

11. 그림과 같이 식품구성탑이 식품구성 자전거로 바뀌었다. 변화된 내용으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은? [3점]



- 한국인 영양섭취기준, 한국영양학회 -

< 보 기 >

- ㄱ. 식품군이 다섯 가지로 축소되었다.
- ㄴ. 수분 섭취의 중요성이 추가되었다.
- ㄷ. 비만 예방을 위한 적절한 운동이 강조되었다.
- ㄹ. (가)는 자전거 뒷바퀴의 가장 넓은 면적으로 바뀌었다.

- ① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄷ ③ ㄴ, ㄷ
- ④ ㄴ, ㄹ ⑤ ㄷ, ㄹ

12. 표는 식단별 영양소 함유량이다. (가)와 비교한 (나) 식단에 대한 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은? [3점]

구 분	(가)	(나)
단백질(g)	91	109
지방(g)	138	59
칼슘(mg)	797	468
콜레스테롤(mg)	692	137
지방 열량비(%)	35.5	19.7
P/M/S* 비율	1/2/2.3	1/0.52/0.2

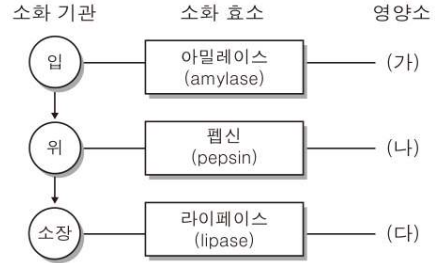
*다중 불포화 지방산/단일 불포화 지방산/포화 지방산

< 보 기 >

- ㄱ. 골다공증을 예방할 수 있다.
- ㄴ. 비만이나 성인병 발생이 줄어들 수 있다.
- ㄷ. 효소, 호르몬을 합성하는 영양소가 많다.
- ㄹ. 다중 불포화 지방산의 구성 비율이 낮다.

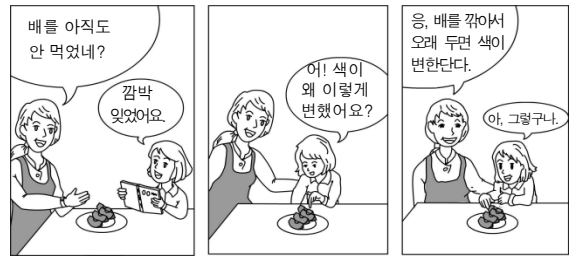
- ① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄷ ③ ㄴ, ㄷ
- ④ ㄴ, ㄹ ⑤ ㄷ, ㄹ

13. 그림은 소화 과정의 일부를 나타낸 것이다. (가)~(다)에 대한 설명으로 옳은 것은? [3점]



- ① (가)는 간에 글리코젠(glycogen)으로 저장된다.
- ② (나)는 두뇌 활동에 필요한 에너지로 사용된다.
- ③ (가)는 (나)가 완전히 산화되도록 돕는다.
- ④ (가)와 (다)의 주요 기능은 체조직 구성이다.
- ⑤ (나)와 (다)는 1g당 같은 양의 에너지를 낸다.

14. 대화에 나타난 식품의 색깔 변화에 대한 원인으로 가장 적절한 것은? [3점]



- ① 비타민 C가 파괴되어서
- ② 당과 아미노산이 반응해서
- ③ 폴리페놀 성분이 산화되어서
- ④ 당에 의한 캐러멜화 반응이 일어나서
- ⑤ 메트마이오글로빈(metmyoglobin)이 생성되어서

15. 다음은 조리 실습 계획서의 일부이다. ㉠~㉤ 중 돼지고기를 부드럽게 하는 방법으로 가장 적절한 것을 고른 것은? [3점]

조리 실습 계획서		
실습명	돼지 갈비찜	2학년 ○반 모듬명 : ○○○
재 료	돼지 갈비, 당근, 감자, 간장, 배즙, 양파 간 것, 마늘, 생강, 후추 등	
조 리 방 법	1. 갈비는 1시간 정도 찬물에 담가 ㉠뽀물을 뺀다. 2. ㉡끓는 물에 갈비를 넣고 데친 후 건져 낸다. 3. ㉢배즙, 양파 간 것을 넣어 갈비를 재워 둔다. 4. 간장에 마늘, 생강, 후추 등의 재료를 넣어 양념장을 만든다. 5. 3에 4와 나머지 재료를 넣어 센 불에서 끓인다. 6. 재료가 익으면 ㉣약한 불에서 10분간 더 가열한다.	

- ① ㉠, ㉣ ② ㉠, ㉤ ③ ㉢, ㉤
- ④ ㉢, ㉤ ⑤ ㉤, ㉤

16. 다음은 영양 교육 자료의 일부이다. (가)에 들어갈 내용으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은? [3점]

<영양 교육 자료>

- **이럴 때 만들어 집니다.**
 - 경화유를 만들 때 생성됩니다.
 - 식용유를 정제하는 과정에서 생성됩니다.
- **이런 식품에 들어 있습니다.**
 - 마가린, 쇼트닝, 전자레인지용 팝콘 등
- **자주 먹으면 우리 몸에 어떤 영향을 미칠까요?**

(가)

< 보기 >

ㄱ. 포화 지방산을 증가시킨다.
 ㄴ. 심혈관계 질환을 증가시킨다.
 ㄷ. 시스형 지방산을 증가시킨다.
 ㄹ. HDL 콜레스테롤을 증가시킨다.

① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄹ ③ ㄴ, ㄷ
 ④ ㄴ, ㄹ ⑤ ㄷ, ㄹ

17. 그림은 생선 조림을 하는 과정의 일부이다. 각 과정에서 사용한 부재료들의 공통적인 역할로 가장 알맞은 것은?

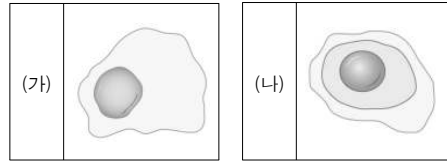
<무 썰어 넣기> <간장, 고추장 넣기> <파, 생강, 마늘 넣기>

- 비린내를 줄이기 위해서
- 세균의 번식을 막기 위해서
- 조리 시간을 단축하기 위해서
- 생선살을 단단하게 하기 위해서
- 맛 성분의 용출을 방지하기 위해서

18. 그림에서 두 학생에게 공통적으로 필요한 식품을 과잉 섭취했을 때 나타나는 증상으로 가장 적절한 것은? [3점]

- 골밀도가 낮아진다.
- 갑상선이 비대해진다.
- 혈관 내 압력이 증가한다.
- 치아가 부식되기 쉬워진다.
- 체내 포도당 농도가 증가한다.

19. 그림은 두 개의 달걀을 깨뜨렸을 때의 모양을 나타낸 것이다. (가)와 비교한 (나)에 대한 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은?



< 보기 >

ㄱ. 물에 담그면 더 많이 뜬다.
 ㄴ. 껍질을 만져보면 더 거칠거칠하다.
 ㄷ. 삶으면 노른자 주위에 흑색이 더 짙다.
 ㄹ. 전등에 비추어 보면 공기주머니가 더 작다.

- ① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄹ ③ ㄴ, ㄷ
 ④ ㄴ, ㄹ ⑤ ㄷ, ㄹ

20. 다음은 인터넷 블로그에 게시된 글이다. 이 글에 나타난 증상을 줄이기 위한 방법으로 옳은 것만을 <보기>에서 있는 대로 고른 것은?

< 보기 >

ㄱ. 우유를 다른 음식과 함께 먹는다.
 ㄴ. 우유를 매일 조금씩 나누어 마신다.
 ㄷ. 젖당 분해 효소가 첨가된 우유를 마신다.

- ① ㄱ ② ㄷ ③ ㄱ, ㄴ
 ④ ㄴ, ㄷ ⑤ ㄱ, ㄴ, ㄷ

※ 확인사항
 문제지와 답안지의 해당란을 정확히 기입(표기)했는지 확인하십시오.