

직업탐구 영역(식품과 영양)

제 4 교시

성명

수험번호 2

1

- 먼저 수험생이 선택한 과목의 문제지인지 확인하시오.
- 반드시 자신이 선택한 과목의 문제지를 풀어야 합니다.
- 문제지에 성명과 수험 번호를 정확히 기입하시오.
- 답안지에 수험 번호, 선택 과목, 답을 표기할 때에는 반드시 '수험생이 지켜야 할 일'에 따라 표기하시오.
- 문항에 따라 배점이 다르니, 각 물음의 끝에 표시된 배점을 참고하시오. 3점 문항에만 점수가 표시되어 있습니다. 점수 표시가 없는 문항은 모두 2점씩입니다.

1. 다음과 같이 임신기 영양 관리 계획을 세웠을 때 실천 사항으로 옳은 것을 모두 고르면?

예쁜 아기 출산을 위해서

ㄱ. 임신중독증 예방 ⇒ 짜게 먹지 않기

ㄴ. 변비 예방 ⇒ 채소, 과일 충분히 먹기

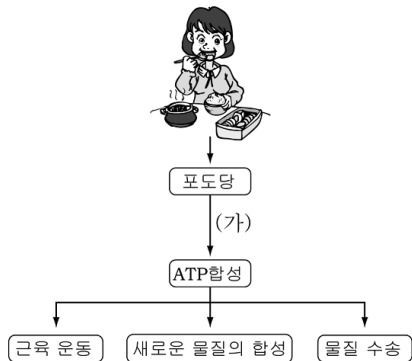
ㄷ. 칼슘 섭취 ⇒ 우유 한 컵 이상 마시기

ㄹ. 피부 고운 아기 출산 ⇒ 닭고기 먹지 않기

ㅁ. 기형아 예방 ⇒ 비타민 A 영양제 꼭 챙겨 먹기

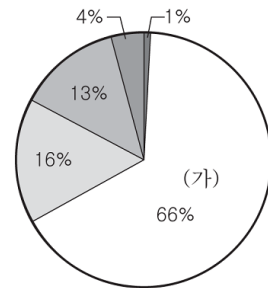
- ① ㄱ, ㄴ, ㄷ ② ㄱ, ㄴ, ㅁ ③ ㄱ, ㄷ, ㄹ
 ④ ㄴ, ㄹ, ㅁ ⑤ ㄷ, ㄹ, ㅁ

2. 그림의 (가) 과정에 필요한 비타민으로 나열된 것은?



- ① 티아민, 니아신, 피리독신
 ② 티아민, 니아신, 리보플라빈
 ③ 티아민, 피리독신, 아스코르브산
 ④ 니아신, 리보플라빈, 아스코르브산
 ⑤ 피리독신, 리보플라빈, 아스코르브산

3. 다음은 영양소의 체내 구성 비율을 나타낸 그래프이다. (가)에 해당하는 영양소의 기능으로 옳은 것은? [3점]



- ① 손상된 세포를 재생한다.
 ② 지용성 비타민의 흡수를 돕는다.
 ③ 근육 수축과 혈액 응고에 기여한다.
 ④ 노폐물을 운반하고 체온을 조절한다.
 ⑤ 에너지 공급원으로 지방의 완전 분해를 돕는다.

4. 다음 대화의 (가)에 들어갈 성분으로 옳은 것은?

선생님 : 돼지고기 먹을 때는 마늘과 같이 먹는 게 좋아요.
 학생 : 마늘은 너무 매워요.
 선생님 : 그렇지만 그 매운 맛의 성분인 (가) 은 돼지고기에 들어 있는 티아민의 흡수를 돕는단다.

- ① 알리신 ② 솔비톨 ③ 만니톨
 ④ 시니그린 ⑤ 캡사이신

5. 다음은 애플소스 조리 방법이다. (가)~(마)에 대한 설명으로 옳은 것은? [3점]

애플소스

🍎 재료 - 사과, 버터, 설탕, 소금, 물, 계피가루

🍷 조리법

(가) 사과를 슬라이스 한다.

→ (나) 설탕물에 담근다.

→ 냄비에 (다) 버터를 넣고 사과를 살짝 볶는다.

→ (라) 설탕과 물을 넣고 끓인 후 체로 걸러준다.

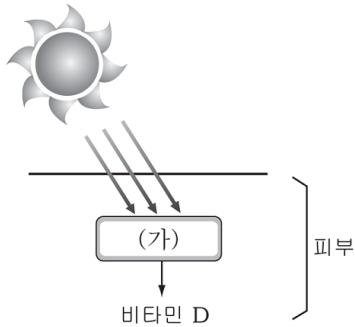
→ 소스가 (마) 더 달콤해 지도록 소금을 조금 넣는다.

→ 계피가루를 뿌려 완성한다.

- ① (가)의 펙틴질은 주스를 만드는 데 이용된다.
 ② (나)의 목적은 사과의 갈변 방지에 있다.
 ③ (다)는 필수지방산을 많이 함유하고 있다.
 ④ (라)를 가열하면 티로시나아제 반응이 일어난다.
 ⑤ (마)는 맛의 변조 효과를 위한 것이다.

2 직업탐구 영역(식품과 영양)

6. 다음은 체내에서 비타민 D가 합성되는 과정을 나타낸 것이다. (가)에 해당하는 물질에 대한 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 모두 고르면? [3점]



< 보기 >

- ㄱ. 결핍되면 켈라그라 증상이 나타난다.
- ㄴ. 간, 새우, 달걀노른자 등에 많이 함유되어 있다.
- ㄷ. 체내에서 담즙산과 성 호르몬을 만드는 데 이용된다.
- ㄹ. 체내에서 합성되지 않으므로 음식으로 섭취해야 한다.

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

7. 다음 대화의 (가)에 알맞은 것을 <보기>에서 모두 고르면?

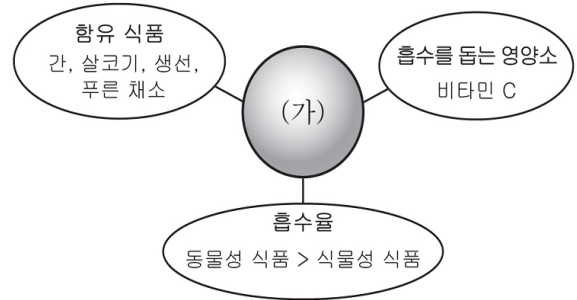


< 보기 >

- ㄱ. 태번 배설을 촉진해요.
- ㄴ. 순백색이고 맛이 좋아요.
- ㄷ. 성숙유보다 유당 함량이 많아요.
- ㄹ. 신생아를 감염으로부터 보호하는 작용을 해요.

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

8. (가)에 해당하는 영양소가 부족할 때 생기는 증상으로 옳은 것은? [3점]



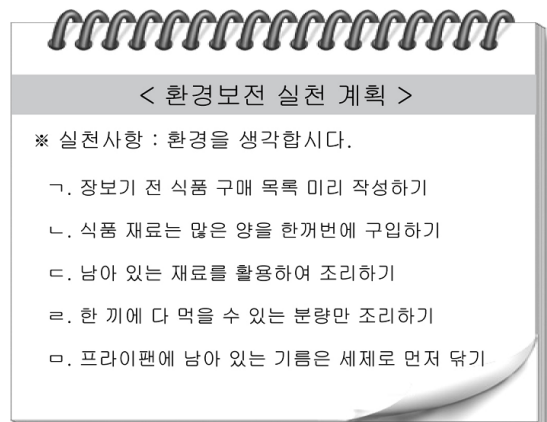
- ① 팔과 다리의 신경이 약해진다.
- ② 눈이나 입 주위의 근육이 떨린다.
- ③ 야맹증이나 안구 건조증이 생긴다.
- ④ 입술이 트고 입 안에 염증이 생긴다.
- ⑤ 피부가 창백해지고 어지러움을 느낀다.

9. 다음은 국수를 만드는 과정이다. (가)~(다)에 대한 설명으로 옳은 것은? [3점]

(가) 밀가루에 소금 1~2%를 첨가하여 (나) 물을 넣고 반죽한다. 반죽은 (다) 오래도록 치대어 주는 것이 좋다. 반죽이 끝나면 롤러를 이용하여 반죽의 두께를 줄여가며 넓게 한 후 국수 모양을 만든다. 긴 국수를 3일 정도 3차례에 걸쳐 건조하고 알맞은 크기로 자른다.

- ① (가)는 박력분을 사용하는 것이 좋다.
- ② (나)는 글루텐을 짧게 끊어주는 가공 방법이다.
- ③ (나)는 반죽의 점탄성을 줄여주는 가공 과정이다.
- ④ (다)는 글리아딘이 형성되는 과정이다.
- ⑤ (다)는 국수를 쫄깃하게 만드는 과정이다.

10. 다음과 같이 환경보전 식생활 실천 계획을 세웠을 때 실천 사항으로 옳은 것을 모두 고르면?



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

직업탐구 영역(식품과 영양)


3

11. 다음과 같은 상황의 여학생에게 나타날 수 있는 신체 변화로 옳은 것을 <보기>에서 모두 고르면? [3점]

빛나간 몸짱 열풍의 결과!

몸매에 대한 지나친 압박감 때문일까? 말랐는데도 자신이 뚱뚱하다고 생각하여 먹기를 거부하는 섭식 장애를 보이는 여학생들이 증가하고 있다.

이들은 체중이 늘어나는 것을 두려워하여 먹기를 거부하다가 정도가 지나치면 심각한 상황에 까지 이르게 된다.



< 보기 >

- ㄱ. 빈혈이 생긴다. ㄴ. 월경이 사라진다.
- ㄷ. 혈압이 높아진다. ㄹ. 체온이 올라간다.
- ㅁ. 피부가 건조해진다.

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

12. 다음은 두부 만들기에 대한 인터넷 검색 내용이다. (가)~(다)에 대한 설명으로 옳지 않은 것은? [3점]

지식창고 두부 만들기 검색

지식창고

<두부 만들기>

♣ 재료 : 불린 콩 300g, 간수 2/3컵, 물 1.2L

♣ 만드는 법

(가) 불린 콩을 믹서에 넣고 물을 넣어가며 간다.

→ (나) 냄비에 간 콩물을 넣고 저으면서 끓인다.

→ 망사자루에 콩물을 거른다.

→ (다) 콩물에 간수를 넣어 응고시킨다.

→ 배보자기를 깔은 두부 틀에 응고된 것을 붓고 돌로 눌러 둔다.

- ① (가)에서 생기는 거품 성분은 사포닌이다.
- ② (나)과정 후에는 안티 트립신이 불활성화된다.
- ③ (다)과정과 치즈 제조 과정의 단백질 응고 원리는 같다.
- ④ (가)의 콩물보다 (나)의 끓인 콩물이 더 구수하다.
- ⑤ (나)과정을 거치면 (가)의 콩물보다 소화가 잘 된다.

13. 다음 유의 사항을 고려하여 적절한 음식을 계획한 학생이 아닌 것은?

양로원 봉사활동 계획

1. 토의 주제 : 한 끼 식사 대접하기
 * 유의 사항 : 밥, 국, 김치는 양로원에서 준비함
 노년기 소화 기관의 특성 고려하기

2. 우리가 준비할 음식 :

- ① 영수 : 오징어포를 볶아야지.
- ② 선영 : 생선찜을 만들어야지.
- ③ 호석 : 시금치나물을 무쳐야지.
- ④ 국진 : 버섯 완자 전을 부쳐야지.
- ⑤ 민희 : 요구르트와 수박을 준비해야지.

14. 다음 (가)에 들어갈 영양소의 기능으로 옳은 것을 <보기>에서 모두 고르면? [3점]

윤정이는 학교 식당에서 잔반이 버려지는 것을 보고 며칠 전 텔레비전에서 본 장면이 생각났다. 아프리카 극빈지역 어린이들이 _____ (가) 결핍으로 인해 성장이 지연되어 나이에 비해 체구가 매우 왜소하며, 몸이 붓고 배가 볼록 튀어나온 모습이 잊혀지지 않았다. 그래서 윤정이는 오늘 반찬이 입맛에 맞지 않았지만 남김없이 모두 먹었다.

< 보기 >

- ㄱ. 유화제 역할을 한다.
- ㄴ. 체액의 수분 균형을 조절한다.
- ㄷ. 효소와 호르몬의 구성 성분이다.
- ㄹ. 외부 충격으로부터 신체 장기를 보호한다.

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

15. 다음은 인체 에너지 소비량의 일반적인 비율을 나타낸 것이다. (가)에 들어갈 내용에 대한 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 모두 고르면? [3점]

적응 대사량	식품 이용 대사량	신체 활동 대사량	(가)
10%	10%	20%	60%

< 보기 >

- ㄱ. 노년기에는 소비량이 감소한다.
- ㄴ. 고단백 식사 시 소비량이 감소한다.
- ㄷ. 등산할 때보다 TV 볼 때 소비량이 더 많다.
- ㄹ. 체내 항상성 유지, 신경계 전달, 심장 박동 등에 소비된다.

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

4

직업탐구 영역(식품과 영양)

16. 다음과 같은 원리로 조리할 수 있는 식품을 <보기>에서 모두 고르면?

식품에 물을 넣고 가열하면 결정 상태의 녹말 입자가 물을 흡수하고 팽창하여 점성이 높은 반투명의 콜로이드 상태가 된다.

< 보기 >

- ㄱ. 쌀밥 ㄴ. 달걀찜 ㄷ. 찐고구마
- ㄹ. 돼지족발 ㅁ. 복숭아잼

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

17. 다음 사례에서 철수에게 건강한 식생활을 위해 충고해 줄 수 있는 말로 적절한 것은?

고2 철수는 늦잠을 자고 아침을 거른 채 학교에 간다. 수업 시간에는 졸기도 한다. 배가 고프면 매점에서 햄버거나 스낵 종류를 사먹고, 점심 급식은 조금 먹는다. 오후에는 집으로 오는 길에 배가 고프고 친구들과 떡볶이나 라면을 사먹는다. 집에 와서는 저녁을 먹기보다는 10시쯤에 피자를 시켜 먹고 새벽 2시쯤에 자는 일이 늘 반복된다.

- ① 학습 능력을 높이도록 동물성 기름을 먹도록 하라.
- ② 성인병 예방을 위해 나트륨 섭취를 늘리도록 하라.
- ③ 비만해질 수 있으니 단백질 섭취를 줄이도록 하라.
- ④ 바른 식습관을 위해 간식을 줄이고 세끼 식사를 하라.
- ⑤ 균형 잡힌 영양소 섭취를 위하여 열량 섭취를 늘리도록 하라.

18. 그림은 학생들의 식습관을 조사한 모둠활동지이다. 조사 결과를 참고할 때 바람직한 식습관을 가진 학생을 모두 고르면?

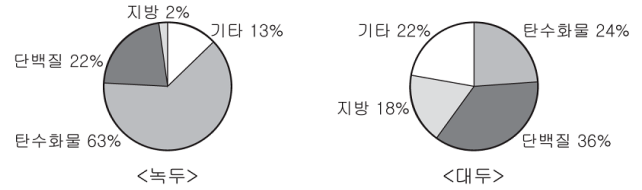
모둠 활동지

○학년 ○반 ○모둠

활동 주제	식습관 조사
활동 목표	식습관을 개선하여 건강한 생활을 할 수 있다.
식습관 조사 결과	
활동 내용	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 정애: 고혈압이 있어서 등푸른 생선을 피한다. ▶ 예인: 잇몸에서 피가 자주 나서 베이컨을 즐겨 먹는다. ▶ 미연: 쌀에 부족한 아미노산 보충을 위해 콩밥을 먹는다. ▶ 태욱: 우유를 마시면 설사를 해서 대신 요거트를 마신다.

- ① 정애, 예인 ② 정애, 미연 ③ 예인, 미연
- ④ 예인, 태욱 ⑤ 미연, 태욱

19. 그림은 녹두와 대두의 영양 성분을 분석한 것이다. 두 식품의 특성과 이용 방법으로 옳은 것을 <보기>에서 모두 고르면? [3점]



< 보기 >

- ㄱ. 대두는 식물성 고단백 식품이다.
- ㄴ. 녹두는 대두보다 g당 에너지 발생량이 많다.
- ㄷ. 대두는 지방이 많아 식용유의 원료로 이용된다.
- ㄹ. 녹두는 탄수화물이 많아서 된장의 재료로 이용된다.

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

20. 다음은 이유식의 조리 형태와 기준량을 소개한 표이다. 이를 통해 알 수 있는 이유식 주는 방법으로 옳은 것을 <보기>에서 모두 고르면?

		5~6개월	7~8개월	9~10개월	1년 전후
모유 또는 조계유 하루량(ml)		900~800	800~700	400~0	-
이유식의 횟수		1~2	2	3	3
1회 기준량	죽, 빵, 국수, 감자튀김(g)	물은죽 25~30	죽 40~60	된죽 80	진밥 80전후
	생선(g)	-	흰살 생선 5~10	생선 완자 15~20	퐁치 구이 20~25

< 보기 >

- ㄱ. 고형식에서 유동식으로 진행한다.
- ㄴ. 새로운 음식을 접할 수 있도록 한다.
- ㄷ. 모유를 줄이면서 이유식의 양을 늘려간다.
- ㄹ. 9~10개월경부터 질기고 단단한 재료를 선택하여 조리한다.

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

※ 확인사항

○ 문제지와 답안지의 해당란을 정확히 기입(표기)했는지 확인하시오.