

제 4 교시

직업탐구 영역(식품과 영양)

성명 수험번호 3

1. (가) 식단의 균형을 잡기 위해 보충해야 할 식품군을 [식사구성안] ㉠ ~ ㉤에서 고른 것은? [3점]

구분	식단
아침	보리밥
	불고기
	달걀말이
	깨잎찜
	물김치
	사과

(가)

식품군	1인 1회 분량		
㉠	밥 1공기 (210g)	국수 1대접 (2만100g)	식빵2쪽 (100g)
㉡	시금치나물 1접시 (영70g)	콩나물 1접시 (영70g)	배추김치 1접시 (영40g)
㉢	달걀 10개 (200g)	콩(중) 10개 (100g)	사과(중) 1/2개 (100g)
㉣	옥수수 1접시 (영80g)	생선 1도막 (영300g)	달걀 1개 (50g)
㉤	우유 1컵 (200g)	치즈 1장 (20g)	맥심 소구르프 (150g)
유지 건과 및 당류	식용유 1작은술 (5g)	버터 1작은술 (5g)	설탕 1큰술 (10g)

[식사구성안]

- ① ㉠ ② ㉡ ③ ㉢ ④ ㉣ ⑤ ㉤

2. 표는 치아 건강을 위한 수업 내용을 정리한 것이다. (가)~(다)에 들어갈 내용으로 옳은 것은? [3점]

영양소	치아 건강을 위한 기능	급원 식품
(가)	치아 형성을 위한 영양소	우유, 생선
불소	(나)	홍차
비타민 A	치아 에나멜을 위한 영양소	(다)

(가)

(나)

(다)

- | | | |
|------|-------|------|
| ① Ca | 충치 예방 | 간 |
| ② Ca | 충치 예방 | 감자 |
| ③ Ca | 잇몸 건강 | 돼지고기 |
| ④ S | 잇몸 건강 | 간 |
| ⑤ S | 충치 예방 | 감자 |

3. 다음 식품에 공통으로 들어 있는 색소에 대한 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은?



<검은콩>



<딸기>



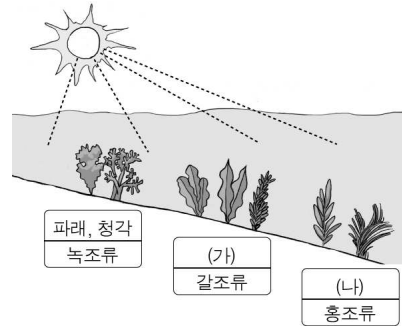
<블루베리>

< 보 기 >

- ㉠. 지용성 색소이다.
 ㉡. 안토시아닌계 색소이다.
 ㉢. 산성에서는 적색을 띤다.
 ㉣. 알칼리성에서는 노란색을 띤다.

- ① ㉠, ㉡ ② ㉠, ㉢ ③ ㉠, ㉣ ④ ㉡, ㉢ ⑤ ㉡, ㉣

4. 다음은 해조류를 분류한 것이다. (가), (나)에 대한 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은?



< 보 기 >

- ㉠. (가)의 우뚝가사리는 한천의 원료이다.
 ㉡. (가)의 미역은 변비 예방에 효과적이다.
 ㉢. (나)의 김은 알라닌과 글리신 때문에 구수한 맛이 난다.
 ㉣. (나)의 다시마에는 갈색의 카로티노이드계 색소가 들어 있다.

- ① ㉠, ㉡ ② ㉠, ㉢ ③ ㉡, ㉣
 ④ ㉡, ㉣ ⑤ ㉢, ㉣

5. 다음은 수행평가 보고서이다. (가), (나)에 해당하는 내용으로 옳은 것은?

수행평가 보고서

명절 음식 알아보기 ○학년 ○반 ○○○

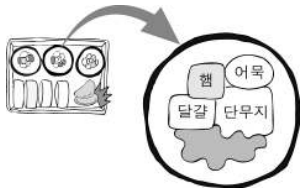
명 절 (음력)	음 식
설날 (1월 1일)	떡국, 배추김치, 누름적
정월 보름 (1월 15일)	(가)
중화절 (2월 1일)	노비 송편, 약주, 약포
삼월 삼짇날 (3월 3일)	(나)

(가)

(나)

- | | |
|-------|--------|
| ① 부림 | 국화전 |
| ② 부림 | 유자 화채 |
| ③ 송편 | 진달래 화전 |
| ④ 오곡밥 | 유자 화채 |
| ⑤ 오곡밥 | 진달래 화전 |

6. 다음 김밥 재료에 대한 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은?

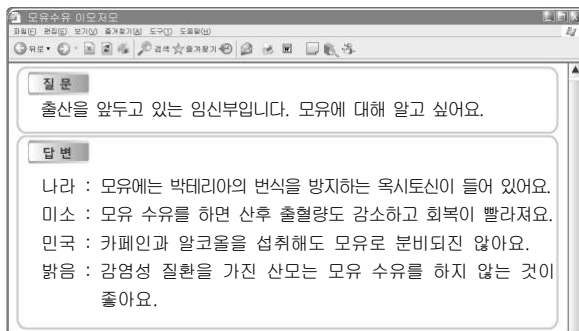


< 보 기 >

ㄱ. 달걀노른자의 레시틴은 유화제이다.
 ㄴ. 단무지의 노란색 착색료는 향을 내는 역할을 한다.
 ㄷ. 어묵에 들어 있는 품질 개량제는 결착성을 증가시킨다.
 ㄹ. 햄에 들어 있는 발색제는 식품이 상하는 것을 막아 준다.

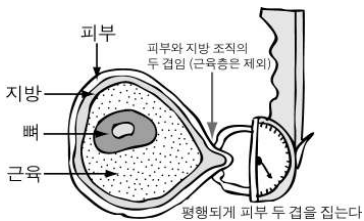
- ① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄷ ③ ㄱ, ㄹ ④ ㄴ, ㄷ ⑤ ㄷ, ㄹ

7. 다음은 육아 관련 인터넷 게시판의 일부이다. 질문에 대해 옳은 답변을 한 사람은?



- ① 나라, 미소 ② 나라, 민국 ③ 나라, 밝음
 ④ 미소, 밝음 ⑤ 민국, 밝음

8. 팔뚝의 삼두박근을 캘리퍼로 측정할 결과 5cm가 나왔다. 측정 결과와 관리 방법에 대한 설명으로 옳은 것만을 <보기>에서 있는 대로 고른 것은? [3점]

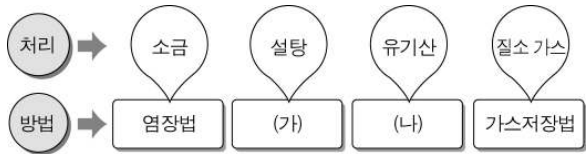


< 보 기 >

ㄱ. 식사는 정해진 시간과 장소에서만 한다.
 ㄴ. 세계보건기구(WHO)는 질병으로 간주한다.
 ㄷ. 적정 식사량을 저울에 정확히 측정하여 섭취한다.
 ㄹ. 저열량 식사요법을 위해 아침 식사를 매일 거른다.

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

9. 다음은 식품의 가공 방법이다. (가), (나)에 해당하는 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은?

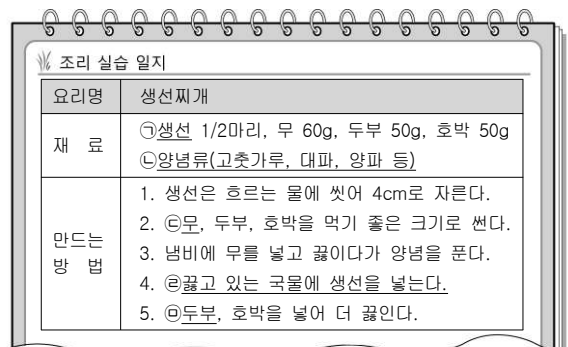


< 보 기 >

ㄱ. 식염 중의 염소 이온에 의한 방부 효과
 ㄴ. 식품 자체의 산화적인 변패를 방지하는 효과
 ㄷ. 삼투압에 의해 세균의 번식을 억제하는 방부 효과
 ㄹ. 식품의 pH를 낮추어 세균 번식을 억제하는 보존 효과

- (가) (나) (가) (나)
- ① ㄱ ㄴ ② ㄱ ㄷ
 ③ ㄴ ㄹ ④ ㄷ ㄱ
 ⑤ ㄷ ㄹ

10. 다음 조리 실습 일지의 ㉠~㉣에 대한 설명으로 옳지 않은 것은? [3점]



- ① ㉠은 비린내가 적은 동태, 도미가 적당하다.
 ② ㉡은 생선의 비린내 성분을 없애는 데 효과적이다.
 ③ ㉢은 수분을 90% 정도 함유한 경채류이다.
 ④ ㉣은 단백질의 응고로 생선 모양이 잘 유지된다.
 ⑤ ㉤의 단백질 성분은 글리시닌이다.

11. 장바구니에 들어 있는 유지류에 대한 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은?



< 보 기 >
 가. (가)에는 산화를 막아 주는 비타민 E가 들어 있다.
 나. (나)는 리놀레산을 다량 함유하고 있다.
 다. (다)는 수증 유적형의 유화 식품이다.
 라. (다)는 식용유에 수소를 첨가하여 만든 경화유이다.

- ① 가, 나 ② 가, 다 ③ 나, 다 ④ 나, 라 ⑤ 다, 라

12. 그림은 어떤 질병과 관계된 위험 요인들이다. 이 질병을 예방하는 방법으로 적절하지 않은 것은?



- ① 등 푸른 생선을 섭취한다.
 ② 고열량 식품의 섭취를 늘린다.
 ③ 정상 체중을 유지하도록 한다.
 ④ 음식은 되도록 싱겁게 먹는다.
 ⑤ 동물성 지방의 섭취를 줄이도록 한다.

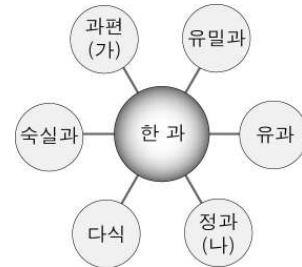
13. 다음 글의 ㉠에 대한 내용으로 옳은 것만을 <보기>에서 있는 대로 고른 것은? [3점]

고기로 만든 가공식품은 저장성이 좋을 뿐 아니라 맛이 있고, 조리도 간편한 새로운 제품들로 개발되고 있다. 대표적인 식품으로는 햄, 소시지, 베이컨 등이 있으며, 이것들은 가공 공정 중에 ㉠염지와 훈연 과정을 거치게 된다.

< 보 기 >
 가. 식품에 있는 세균과 포자가 사멸된다.
 나. 소금, 질산염, 아질산염에 담그는 과정이다.
 다. 단백질을 용출시켜 고기의 결착성을 갖게 한다.

- ① 가 ② 나 ③ 가, 다
 ④ 나, 다 ⑤ 가, 나, 다

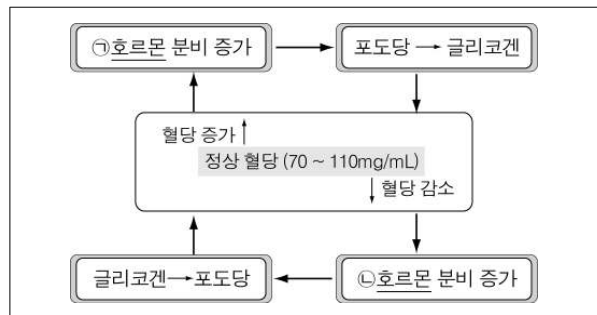
14. 그림은 전통 보존 식생활 수업에 활용한 마인드맵이다. (가), (나)에 해당하는 내용을 <보기>에서 골라 바르게 짝지은 것은? [3점]



< 보 기 >
 가. 잼, 젤리를 만드는 원리를 이용한다.
 나. 익힌 과일을 이겨서 꿀로 반죽하여 모양을 만든다.
 다. 인삼, 연근 등의 재료를 설탕이나 꿀에 조려서 만든다.
 라. 밀가루에 꿀과 참기름, 술 등을 넣고 반죽하여 튀겨 낸다.

- | | | | | | |
|---|-----|-----|---|-----|-----|
| | (가) | (나) | | (가) | (나) |
| ① | 가 | 나 | ② | 가 | 다 |
| ③ | 나 | 라 | ④ | 다 | 가 |
| ⑤ | 다 | 라 | | | |

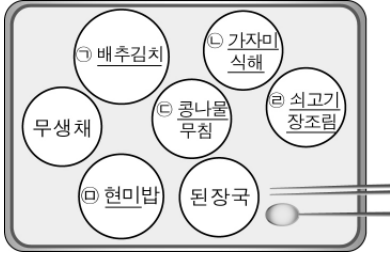
15. 그림은 체내에서 혈당이 조절되는 과정을 나타낸 것이다. ㉠, ㉡에 대한 설명으로 옳은 것을 <보기>에서 고른 것은? [3점]



< 보 기 >
 가. ㉠은 글루카곤이다.
 나. ㉠이 합성되지 않거나 분비량 조절이 되지 않을 때 당뇨병이 발생할 수 있다.
 다. ㉡은 인슐린이다.
 라. ㉠, ㉡은 췌장에서 분비된다.

- | | | | | | |
|---|------|---|------|---|------|
| ① | 가, 나 | ② | 가, 다 | ③ | 나, 다 |
| ④ | 나, 라 | ⑤ | 다, 라 | | |

16. 다음은 어느 학생의 저녁 상차림이다. ㉠ ~ ㉥에 대한 설명으로 옳지 않은 것은? [3점]



- ① ㉠은 발효되면서 젖산이 증가한다.
- ② ㉡은 곡류와 소금, 누룩을 혼합해서 발효시킨 것이다.
- ③ ㉢은 콩보다 비타민 C가 많이 들어 있다.
- ④ ㉣은 흥두개살 부위가 적당하다.
- ⑤ ㉤은 백미보다 도정률이 높다.

17. 다음은 식품의약품안전청에서 발표한 식중독 예방 요령 홍보물이다. 이를 실천하여 예방할 수 있는 식중독의 원인을 <보기>에서 고른 것은?



< 보 기 >
 가. 살모넬라균 나. 테트로도톡신
 다. 포도상 구균 리. 장염 비브리오균

- ① 가, 나 ② 가, 리 ③ 나, 다
- ④ 나, 리 ⑤ 다, 리

18. 다음은 무기질에 대한 수업 장면이다. 선생님의 질문에 바르게 답한 학생을 고른 것은? [3점]



- ① 지성, 연아 ② 지성, 두리 ③ 연아, 두리
- ④ 연아, 미란 ⑤ 두리, 미란

19. 다음은 식품의 특성과 이용에 대한 퀴즈이다. 정답을 모두 맞힌 학생을 결과표에서 고른 것은? [3점]

Quiz를 잡아라

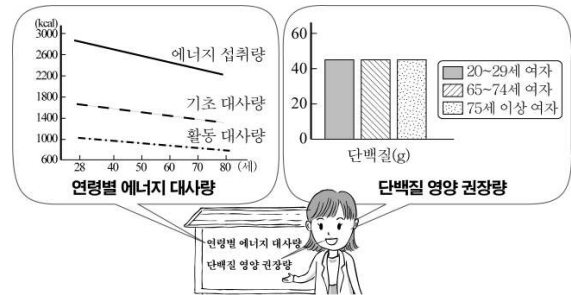
퀴즈	○, ×
문항1. 달걀 삶는 물에 소금을 넣으면 달걀이 터지는 것을 막을 수 있다.	
문항2. 당근의 지용성 비타민 흡수를 높이기 위해 기름에 볶는다.	
문항3. 아욱국을 끓일 때 풋내를 없애기 위해 소금물에 절인다.	

< 결과 표 >

	영준	수진	철수	석희	준희
문항1	○	○	×	○	×
문항2	○	×	○	○	×
문항3	○	○	×	×	○

- ① 영준 ② 수진 ③ 철수 ④ 석희 ⑤ 준희

20. 다음은 노인복지관 게시판에 있는 내용이다. 노년기의 에너지 대사량과 단백질 권장량에 관한 설명으로 옳은 것만을 <보기>에서 있는 대로 고른 것은?



< 보 기 >
 가. 활동량의 감소로 활동 대사량은 감소한다.
 나. 생명 유지를 위한 대사량은 나이가 많아질수록 감소한다.
 다. 성인보다 에너지 섭취량은 적으나 단백질의 권장량은 같다.

- ① 가 ② 나 ③ 가, 다
- ④ 나, 다 ⑤ 가, 나, 다

※ 확인 사항
 ○ 답안지의 해당란에 필요한 내용을 정확히 기입(표기)했는지 확인하십시오.