**CÂU HỎI ÔN TẬP CHƯƠNG II: BẢO QUẢN VÀ CHẾ BIẾN THỰC PHẨM**

**Câu 1.**Em hãy cho biết món nộm rau muống tôm thịt có quy trình thực hiện như thế nào?

A. Sơ chế nguyên liệu → Làm nước sốt → Trình bày món ăn.

B. Sơ chế nguyên liệu → Trình bày món ăn → Làm nước sốt.

C. Làm nước sốt → Trình bày món ăn → Sơ chế nguyên liệu.

D. Làm nước sốt →Sơ chế nguyên liệu → Trình bày món ăn

Đáp án: **A**

Giải thích:

Vì: Quy trình thực hiện món nộm rau muống tôm thịt là:

+ Bước 1: Sơ chế nguyên liệu

+ Bước 2: Làm nước sốt

+ Bước 3: Trình bày món ăn

**Câu 2.**Có mấy phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt?

A. 1

B. 2

C. 3

D. 4

Đáp án: **B**

Giải thích:

Vì: Phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt có: trộn hỗn hợp và muối chua.

**Câu 3.**Theo em, phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt nào làm cho một số loại vitamin có thể bị hòa tan trong nước.

A. Rán

B. Nướng

C. Kho

D. Luộc

Đáp án: **D**

Giải thích:

Vì: Phương pháp kho sử dụng lượng nước vừa phải và nó thấm vào món ăn. Còn nướng và rán không sử dụng nước nên không hòa tan vitamin trong nước.

**Câu 4.**Món ăn sau phương pháp chế biến nào có ưu điểm là có độ giòn, độ ngậy?

A. Luộc

B. Kho

C. Nướng

D. Rán

Đáp án: **D**

Giải thích:

Vì: Thực phẩm được làm chín trong chất béo nên có độ giòn, ngậy.

**Câu 5.** Em hãy cho biết, trong các phương pháp chế biến có sử dụng nhiệt, phương pháp nào có nguy cơ mất an toàn vệ sinh thực phẩm nhất?

A. Luộc

B. Kho

C. Rán

D. Nướng

Đáp án: **D**

Giải thích:

Vì: nướng là làm chín thực phẩm bằng sức nóng trực tiếp của nguồn nhiệt, không được che chắn khi chế biến nên gây mất vệ sinh an toàn thực phẩm.

**Câu 6.**Với phương pháp làm lạnh, thực phẩm được bảo quản trong thời gian bao lâu?

A. Trên 7 ngày

B. Vài tháng

C. Từ 3 đến 7 ngày

D. Vài tuần

Đáp án: **C**

Giải thích:

Vì: Khi thực phẩm cần bảo quản trong thời gian quá 7 ngày, chúng ta cần bảo quản đông lạnh.

**Câu 7.**Thế nào là làm khô?

A. Là phương pháp làm bay hơi nước có trong thực phẩm để ngăn chặn vi khuẩn làm hỏng thực phẩm.

B. Là phương pháp trộn một số chất đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm vào thực phẩm để diệt và ngăn ngừa sự phát triển của vi khuẩn làm hỏng thực phẩm.

C. Là phương pháp sử dụng nhiệt độ thấp từ 1oC đến 7oC để ngăn ngừa, làm chậm sự phát triển của vi khuẩn.

D. Là phương pháp sử dụng nhiệt độ thấp dưới 0oC để ngăn ngừa, làm chậm sự phát triển của vi khuẩn.

Đáp án: **A**

Giải thích:

Vì:

+ phương pháp trộn một số chất đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm vào thực phẩm để diệt và ngăn ngừa sự phát triển của vi khuẩn làm hỏng thực phẩm là ướp nên đáp án B sai.

+ phương pháp sử dụng nhiệt độ thấp từ 1oC đến 7oC để ngăn ngừa, làm chậm sự phát triển của vi khuẩn là làm lạnh nên đáp án C sai.

+ phương pháp sử dụng nhiệt độ thấp dưới 0oC để ngăn ngừa, làm chậm sự phát triển của vi khuẩn nên đáp án D sai.

**Câu 8.**Em hãy cho biết quy trình thực hiện món salad hoa quả gồm mấy bước?

A. 1

B. 2

C. 3

D. 4

Đáp án: **C**

Giải thích:

Vì: Các bước thực hiện món salad hoa quả gồm:

+ Bước 1: Sơ chế nguyên liệu

+ Bước 2: Trộn

+ Bước 3: Trình bày món ăn

**Câu 9.**Quy trình thực hiện món salad hoa quả theo thứ tự nào sau đây?

A. Sơ chế nguyên liệu → Trộn → Trình bày món ăn.

B. Sơ chế nguyên liệu → Trình bày món ăn → Trộn.

C. Trộn → Trình bày món ăn → Sơ chế nguyên liệu.

D. Trộn →Sơ chế nguyên liệu → Trình bày món ăn

Đáp án: **A**

Giải thích:

Vì: Các bước thực hiện món salad hoa quả gồm:

+ Bước 1: Sơ chế nguyên liệu

+ Bước 2: Trộn

+ Bước 3: Trình bày món ăn

**Câu 10.**Em hãy cho biết món nộm rau muống tôm thịt có quy trình thực hiện theo mấy bước?

A. 4

B. 3

C. 2

D. 1

Đáp án: **B**

Giải thích:

Vì: Quy trình thực hiện món nộm rau muống tôm thịt là:

+ Bước 1: Sơ chế nguyên liệu

+ Bước 2: Làm nước sốt

+ Bước 3: Trình bày món ăn

**Câu 11.**Hãy cho biết hình ảnh sau đây thuộc nhóm thực phẩm nào?

A. Nhóm giàu chất tinh bột, đường và xơ

B. Nhóm giàu chất đạm

C. Nhóm giàu chất béo

D. Nhóm giàu chất khoáng

Đáp án: **B**

Giải thích:

Vì: những thực phẩm như thịt nạc, trứng, sữa, … giàu chất đạm.

**Câu 12.**Nhóm thực phẩm sau đây giàu chất gì?

Mỡ động vật, dầu thực vật, bơ

A. Nhóm giàu chất tinh bột, đường và xơ

B. Nhóm giàu chất đạm

C. Nhóm giàu chất béo

D. Nhóm giàu chất khoáng

Đáp án: **C**

Giải thích:

Vì: các thực phẩm này tích trữ dưới da ở dạng lớp mỡ để bảo vệ cơ thể.

**Câu 13.**Loại chất khoáng nào sau đây tham gia vào quá trình cấu tạo và là thành

phần của hồng cầu trong máu?

A. Sắt

B. Canxi

C. I ốt

D. Cả 3 đáp án trên

Đáp án: **A**

Giải thích:

Vì:

+ Canxi giúp cho xương và răng chắc khỏe nên đáp án B sai.

+ I ốt tham gia vào quá trình cấu tạo hooc môn tuyến giáp, giúp phòng tránh bệnh bứu cổ nên đáp án C sai.

+ Do đáp án B và C sai nên D cũng sai.

**Câu 14.**Hãy cho biết, bữa ăn nào sau đây hợp lí nhất?

****

A. Bữa ăn số 1

B. Bữa ăn số 2

C. Bữa ăn số 3

D. Cả 3 bữa ăn đều hợp lí.

Đáp án: **C**

Giải thích:

Vì: Bữa ăn số 3 đầy đủ các nhóm thực phẩm.

**Câu 15.**Việc làm nào sau đây cho thấy ăn không đúng cách?

A. Nhai kĩ

B. Vừa ăn vừa xem tivi

C. Tập trung cho việc ăn uống.

D. Tạo bầu không khí thân mật, vui vẻ trong bữa ăn.

Đáp án: **B**

Giải thích:

Vì: Vừa ăn vừa xem ti vi sẽ ảnh hưởng đến quá trình nhai, và tập trung cho việc xem ti vi sẽ ảnh hưởng đến bầu không khí của cả gia đình trong bữa ăn.