

TRƯỜNG THCS NGỌC THUY
NHÓM CÔNG NGHỆ 6
ĐỀ CHÍNH THỨC



ĐỀ KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II
MÔN: CÔNG NGHỆ 6
Năm học 2020 - 2021
Thời gian làm bài: 45 phút
Ngày kiểm tra: 26/04/2021

PHẦN I: TRẮC NGHIỆM (5 điểm)

Chọn chữ cái đứng trước đáp án đúng và ghi lại vào bài làm.

Câu 1. Căn cứ vào giá trị dinh dưỡng người ta phân chia thức ăn thành mấy nhóm?

- A. 6 B. 3 C. 4 D. 5

Câu 2. Ngũ cốc, bánh mì, mật ong, trái cây,... là nguồn cung cấp:

- A. vitamin B. chất đường bột C. chất đạm D. chất béo

Câu 3. Trong bữa ăn, 100g thịt có thể được thay thế bằng gì để vẫn đảm bảo đủ chất dinh dưỡng?

- A. 100g cá B. 100g giá đỗ C. 160g trứng D. 100g gạo

Câu 4. Món ăn không sử dụng nhiệt là?

- A. Thịt quay B. Nem nướng C. Rau muống xào D. Kim chi

Câu 5. Khi bị bệnh táo bón cần tăng cường loại thức ăn nào?

- A. thịt B. cá C. rau xanh D. bơ sữa

Câu 6. Thịt trong bánh mì thịt xiên được làm chín bằng phương pháp:

- A. rán B. xào C. nướng D. rang

Câu 7. Kho là phương pháp làm chín thực phẩm:

- A. trong môi trường nhiều nước B. bằng sức nóng trực tiếp của lửa
C. trong một lượng khá ít chất béo D. trong môi trường nước vừa phải

Câu 8. Muốn cơ thể khỏe mạnh, phát triển cân đối cần ăn uống như thế nào?

- A. Chỉ ăn món mình thích B. Kết hợp nhiều loại thức ăn
C. Ăn thật nhiều D. Tập trung vào một loại chất dinh dưỡng bị thiếu

PHẦN II: TỰ LUẬN (8 điểm)

Câu 1(3 điểm): Thế nào là bữa ăn hợp lý? Trình bày nguyên tắc tổ chức bữa ăn hợp lý trong gia đình.

Câu 2(2 điểm): Nêu quy trình tổ chức bữa ăn.

Câu 3(3 điểm):

a) Hãy xây dựng thực đơn cho gia đình em trong buổi tiệc mừng tân niên. Em thấy thực đơn đó đã hợp lí chưa? Vì sao?

b) Phân tích chế độ dinh dưỡng của từng món ăn trong thực đơn.

----- HẾT -----

