

ĐỀ 601

I/ TRẮC NGHIỆM (5đ)

Hãy chọn và ghi vào giấy kiểm tra đáp án trước câu trả lời đúng nhất!

Câu 1. Chất béo có nhiều ở nhóm thực phẩm nào?

- A. Thịt nạc, cá, tôm, trứng. B. Mỡ động vật, mỡ thực vật, bơ.
C. Mật ong, trái cây chín, rau xanh. D. Hoa quả tươi, trứng gà, cá.

Câu 2. Tìm phát biểu **sai** về các biện pháp bảo quản thực phẩm?

- A. Giữ thịt, cá ở nhiệt độ thích hợp để sử dụng lâu dài.
B. Rau, củ ăn sống nên rửa cả quả, gọt vỏ trước khi ăn.
C. Rửa thịt sau khi đã cắt thành từng lát.
D. Không để ruồi bọ đậu vào thịt, cá.

Câu 3. Bữa ăn hợp lý là bữa ăn như thế nào?

- A. Có nhiều loại thức ăn.
B. Đắt tiền.
C. Cung cấp vừa đủ cho nhu cầu của cơ thể về năng lượng và chất dinh dưỡng.
D. Cung cấp đủ năng lượng cho cơ thể hoạt động.

Câu 4. Chế biến thực phẩm có vai trò gì?

- A. Xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.
B. Xử lý thực phẩm để bảo quản thực phẩm.
C. Xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn.
D. Tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.

Câu 5. Chất dinh dưỡng nào trong thực phẩm dễ bị hao tổn nhiều trong quá trình chế biến?

- A. Vitamin. B. Tinh bột. C. Chất đạm. D. Chất béo.

Câu 6. Trước khi có người về, nhiệt độ trong phòng giảm xuống cho đủ mát, là hệ thống điều khiển nào trong ngôi nhà thông minh?

- A. Nhóm hệ thống kiểm soát nhiệt độ. B. Nhóm hệ thống camera giám sát an ninh.
C. Nhóm hệ thống chiếu sáng thông minh. D. Nhóm hệ thống an ninh, an toàn.

Câu 7. Đặc điểm của phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt là

- A. làm chín thực phẩm trong môi trường nhiều chất béo.
B. làm chín thực phẩm bằng nhiệt độ cao, trong thời gian thích hợp.
C. dễ gây biến đổi các chất dinh dưỡng có trong thực phẩm.
D. gần như giữ nguyên được màu sắc, mùi vị, chất dinh dưỡng của thực phẩm.

Câu 8. Biện pháp nào sau đây có tác dụng phòng tránh nhiễm độc thực phẩm?

- A. Dùng thức ăn không có nguồn gốc rõ ràng. B. Sử dụng đồ hộp hết hạn sử dụng.
C. Không ăn những thức ăn nhiễm độc tố. D. Ăn khoai tây mọc mầm.

Câu 9. Trong các nhóm đồ ăn/thức uống sau đây, nhóm nào cung cấp nhiều vitamin nhất cho cơ thể?

- A. Hoa quả tươi, trứng gà, cá. B. Dầu thực vật, nước ép hoa quả.
C. Thịt, trứng, sữa. D. Rau, củ tươi, nước ép hoa quả.

Câu 10. 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. Kho. B. Luộc. C. Rán. D. Nướng.

Câu 11. Phương pháp nào sau đây là phương pháp bảo quản thực phẩm?

- A. Nướng và muối chua. B. Làm chín thực phẩm.
C. Luộc và trộn hỗn hợp. D. Làm lạnh và đông lạnh.

Câu 12. Các phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt là

- A. nộm rau muống, thịt kho.
B. kho cá, nướng thịt, dưa chua.
C. thịt luộc, cá kho, thịt nướng.
D. cá rán, salad hoa quả, thịt kho.

Câu 13. Nhóm phương pháp nào sau đây **không phải** là phương pháp chế biến thực phẩm?

- A. Xào và muối chua. B. Rang và nướng.
C. Rán và trộn dầu giấm. D. Ướp và phơi.

Câu 14. Các loại quả như: *Cam, bưởi, chanh* cung cấp chủ yếu vitamin gì?

- A. Vitamin E. B. Vitamin A.
C. Vitamin B. D. Vitamin C.

Câu 15. “Nghiên cứu về dinh dưỡng và thực phẩm, tư vấn cho mọi người về lối sống lành mạnh trong ăn uống, giúp cơ thể khỏe mạnh và phát triển toàn diện” là công việc của

- A. chuyên gia dinh dưỡng. B. nội trợ.
C. đầu bếp. D. bác sĩ.

Câu 16. Tên các loại hạt thuộc nhóm ngũ cốc là?

- A. Đỗ, đậu, vừng, mè, mạch nha. B. Vừng, kê, ngô, đỗ, mạch nha.
C. Kê, đậu, ngô, lúa nếp, lúa tẻ. D. Kê, đậu, mạch nha, lúa nếp, lúa

mì.

Câu 17. Ngôi nhà thông minh có các đặc điểm nào?

- A. Tiện ích, tiết kiệm năng lượng.
B. Tiện kiệm năng lượng, an ninh, an toàn.
C. An ninh, an toàn, tiết kiệm năng lượng.
D. Tiện ích, an ninh, an toàn, tiết kiệm năng lượng.

Câu 18. Trong những biện pháp sau, biện pháp nào đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm?

- A. Để lẫn thực phẩm sống và thực phẩm chín với nhau.
B. Chỉ sử dụng thực phẩm đóng hộp có ghi rõ thông tin cơ sở sản xuất, thành phần dinh dưỡng, còn hạn sử dụng.
C. Không che đậy thực phẩm sau khi nấu chín.
D. Sử dụng chung thớt để chế biến thực phẩm sống và thực phẩm chín trong cùng một thời điểm.

Câu 19. Nhà ở chung cư có kiểu kiến trúc như thế nào?

- A. Có hệ thống phao dưới sàn giúp nhà có thể nổi lên.
B. Các khu vực chức năng trong nhà thường được xây dựng tách biệt.
C. Nhà được xây dựng để phục vụ nhiều hộ gia đình.
D. Nhà ở thường được thiết kế nhiều tầng.

Câu 20. Thực phẩm nào là nguồn năng lượng chính cung cấp chất đường bột cho cơ thể?

- A. Rau bấp cải. B. Gạo.
C. Thịt bò. D. Mỡ lợn.

II/ TỰ LUẬN (5đ)

Câu 1 (2đ): Nêu vai trò, ý nghĩa của bảo quản và chế biến thực phẩm?

Câu 2 (2đ) : Ngôi nhà thông minh là gì? Kể tên 1 số hệ thống tự động hoặc bán tự động trong ngôi nhà thông minh

Câu 3 (1đ): Gia đình em thường bảo quản thực phẩm bằng cách nào. Trình bày cách làm của 1 phương pháp cụ thể.

Chúc các con làm bài tốt!

Câu 10. Trong các nhóm đồ ăn/thức uống sau đây, nhóm nào cung cấp nhiều vitamin nhất cho cơ thể?

A. Hoa quả tươi, trứng gà, cá.

B. Dầu thực vật, nước ép hoa quả.

C. Thịt, trứng, sữa.

D. Rau, củ tươi, nước ép hoa quả.

Câu 11. Chất béo có nhiều ở nhóm thực phẩm nào?

A. Mật ong, trái cây chín, rau xanh.

B. Thịt nạc, cá, tôm, trứng.

C. Hoa quả tươi, trứng gà, cá.

D. Mỡ động vật, mỡ thực vật, bơ.

Câu 12. Nhà ở chung cư có kiểu kiến trúc như thế nào?

A. Các khu vực chức năng trong nhà thường được xây dựng tách biệt.

B. Nhà ở thường được thiết kế nhiều tầng.

C. Có hệ thống phao dưới sàn giúp nhà có thể nổi lên.

D. Nhà được xây dựng để phục vụ nhiều hộ gia đình.

Câu 13. Tên các loại hạt thuộc nhóm ngũ cốc là?

A. Kê, đậu, ngô, lúa nếp, lúa tẻ.
mì.

B. Kê, đậu, mạch nha, lúa nếp, lúa

C. Đỗ, đậu, vừng, mè, mạch nha.

D. Vừng, kê, ngô, đỗ, mạch nha.

Câu 14. Tìm phát biểu **sai** về các biện pháp bảo quản thực phẩm?

A. Không để ruồi bọ đậu vào thịt, cá.

B. Rửa thịt sau khi đã cắt thành từng lát.

C. Giữ thịt, cá ở nhiệt độ thích hợp để sử dụng lâu dài.

D. Rau, củ ăn sống nên rửa cả quả, gọt vỏ trước khi ăn.

Câu 15. Chất dinh dưỡng nào trong thực phẩm dễ bị hao tổn nhiều trong quá trình chế biến?

A. Chất đạm.

B. Chất béo.

C. Tinh bột.

D.

Vitamin.

Câu 16. Trong những biện pháp sau, biện pháp nào đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm?

A. Để lẫn thực phẩm sống và thực phẩm chín với nhau.

B. Chỉ sử dụng thực phẩm đóng hộp có ghi rõ thông tin cơ sở sản xuất, thành phần dinh dưỡng, còn hạn sử dụng.

C. Sử dụng chung thớt để chế biến thực phẩm sống và thực phẩm chín trong cùng một thời điểm.

D. Không che đậy thực phẩm sau khi nấu chín.

Câu 17. Biện pháp nào sau đây có tác dụng phòng tránh nhiễm độc thực phẩm?

A. Ăn khoai tây mọc mầm.
gốc rõ ràng.

B. Dùng thức ăn không có nguồn

C. Sử dụng đồ hộp hết hạn sử dụng.

D. Không ăn những thức ăn nhiễm

độc tố.

Câu 18. Chế biến thực phẩm có vai trò gì?

A. Xử lý thực phẩm để bảo quản thực phẩm.

B. Tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.

C. Xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn.

D. Xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.

Câu 19. Phương pháp nào sau đây là phương pháp bảo quản thực phẩm?

A. Làm lạnh và đông lạnh.

B. Luộc và trộn hỗn hợp.

C. Làm chín thực phẩm.

D. Nướng và muối chua.

Câu 20. Các loại quả như: *Cam, bưởi, chanh* cung cấp chủ yếu vitamin gì?

A. Vitamin A.

B. Vitamin E.

C. Vitamin C.

D. Vitamin B.

II/ TỰ LUẬN (5đ)

Câu 1 (2đ) : Ngôi nhà thông minh là gì? Kể tên 1 số hệ thống tự động hoặc bán tự động trong ngôi nhà thông minh

Câu 2 (2đ): Nêu vai trò, ý nghĩa của bảo quản và chế biến thực phẩm?

Câu 3 (1đ): Gia đình em thường bảo quản thực phẩm bằng cách nào. Trình bày cách làm của 1 phương pháp cụ thể.

Chúc các con làm bài tốt!

ĐỀ 603

I/ TRẮC NGHIỆM (5đ)

Hãy chọn và ghi vào giấy kiểm tra đáp án trước câu trả lời đúng nhất!

Câu 1. Trong các nhóm đồ ăn/thức uống sau đây, nhóm nào cung cấp nhiều vitamin nhất cho cơ thể?

- A. Thịt, trứng, sữa. B. Dầu thực vật, nước ép hoa quả.
C. Rau, củ tươi, nước ép hoa quả. D. Hoa quả tươi, trứng gà, cá.

Câu 2. Thực phẩm nào là nguồn năng lượng chính cung cấp chất đường bột cho cơ thể?

- A. Mỡ lợn. B. Rau bắp cải.
C. Gạo. D. Thịt bò.

Câu 3. Trong những biện pháp sau, biện pháp nào đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm?

- A. Sử dụng chung thớt để chế biến thực phẩm sống và thực phẩm chín trong cùng một thời điểm.
B. Chỉ sử dụng thực phẩm đóng hộp có ghi rõ thông tin cơ sở sản xuất, thành phần dinh dưỡng, còn hạn sử dụng.
C. Không che đậy thực phẩm sau khi nấu chín.
D. Để lẫn thực phẩm sống và thực phẩm chín với nhau.

Câu 4. “Nghiên cứu về dinh dưỡng và thực phẩm, tư vấn cho mọi người về lối sống lành mạnh trong ăn uống, giúp cơ thể khỏe mạnh và phát triển toàn diện” là công việc của

- A. bác sĩ. B. nội trợ.
C. chuyên gia dinh dưỡng. D. đầu bếp.

Câu 5. Ngôi nhà thông minh có các đặc điểm nào?

- A. Tiện ích, an ninh, an toàn, tiết kiệm năng lượng.
B. Tiết kiệm năng lượng, an ninh, an toàn.
C. Tiện ích, tiết kiệm năng lượng.
D. An ninh, an toàn, tiết kiệm năng lượng.

Câu 6. Phương pháp nào sau đây là phương pháp bảo quản thực phẩm?

- A. Nướng và muối chua. B. Làm chín thực phẩm.
C. Làm lạnh và đông lạnh. D. Luộc và trộn hỗn hợp.

Câu 7. Các phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt là

- A. nộm rau muống, thịt kho.
B. thịt luộc, cá kho, thịt nướng.
C. kho cá, nướng thịt, dưa chua.
D. cá rán, salad hoa quả, thịt kho.

Câu 8. Nhà ở chung cư có kiểu kiến trúc như thế nào?

- A. Có hệ thống phao dưới sàn giúp nhà có thể nổi lên.
B. Nhà ở thường được thiết kế nhiều tầng.
C. Nhà được xây dựng để phục vụ nhiều hộ gia đình.
D. Các khu vực chức năng trong nhà thường được xây dựng tách biệt.

Câu 9. Các loại quả như: *Cam, bưởi, chanh* cung cấp chủ yếu vitamin gì?

- A. Vitamin A. B. Vitamin E.
C. Vitamin C. D. Vitamin B.

Câu 10. Chế biến thực phẩm có vai trò gì?

- A. Xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn.
- B. Xử lý thực phẩm để bảo quản thực phẩm.
- C. Xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.
- D. Tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.

Câu 11. Biện pháp nào sau đây có tác dụng phòng tránh nhiễm độc thực phẩm?

- A. Ăn khoai tây mọc mầm.
- B. Không ăn những thức ăn nhiễm độc tố.
- C. Dùng thức ăn không có nguồn gốc rõ ràng.
- D. Sử dụng đồ hộp hết hạn sử dụng.

Câu 12. Chất dinh dưỡng nào trong thực phẩm dễ bị hao tổn nhiều trong quá trình chế biến?

- A. Chất đạm.
- B. Chất béo.
- C. Tinh bột.
- D. Vitamin.

Câu 13. Trước khi có người về, nhiệt độ trong phòng giảm xuống cho đủ mát, là hệ thống điều khiển nào trong ngôi nhà thông minh?

- A. Nhóm hệ thống chiếu sáng thông minh.
- B. Nhóm hệ thống camera giám sát an ninh.
- C. Nhóm hệ thống an ninh, an toàn.
- D. Nhóm hệ thống kiểm soát nhiệt độ.

Câu 14. 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. Luộc.
- B. Nướng.
- C. Kho.
- D. Rán.

Câu 15. Tên các loại hạt thuộc nhóm ngũ cốc là?

- A. Kê, đậu, ngô, lúa nếp, lúa tẻ.
- B. Đỗ, đậu, vừng, mè, mạch nha.
- C. Kê, đậu, mạch nha, lúa nếp, lúa mì.
- D. Vừng, kê, ngô, đỗ, mạch nha.

Câu 16. Bữa ăn hợp lý là bữa ăn như thế nào?

- A. Có nhiều loại thức ăn.
- B. Cung cấp vừa đủ cho nhu cầu của cơ thể về năng lượng và chất dinh dưỡng.
- C. Cung cấp đủ năng lượng cho cơ thể hoạt động.
- D. Đắt tiền.

Câu 17. Tìm phát biểu **sai** về các biện pháp bảo quản thực phẩm?

- A. Rau, củ ăn sống nên rửa cả quả, gọt vỏ trước khi ăn.
- B. Giữ thịt, cá ở nhiệt độ thích hợp để sử dụng lâu dài.
- C. Rửa thịt sau khi đã cắt thành từng lát.
- D. Không để ruồi bọ đậu vào thịt, cá.

Câu 18. Chất béo có nhiều ở nhóm thực phẩm nào?

- A. Thịt nạc, cá, tôm, trứng.
- B. Hoa quả tươi, trứng gà, cá.
- C. Mỡ động vật, mỡ thực vật, bơ.
- D. Mật ong, trái cây chín, rau xanh.

Câu 19. Đặc điểm của phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt là

- A. dễ gây biến đổi các chất dinh dưỡng có trong thực phẩm.
- B. làm chín thực phẩm trong môi trường nhiều chất béo.
- C. gần như giữ nguyên được màu sắc, mùi vị, chất dinh dưỡng của thực phẩm.
- D. làm chín thực phẩm bằng nhiệt độ cao, trong thời gian thích hợp.

Câu 20. Nhóm phương pháp nào sau đây **không phải** là phương pháp chế biến thực phẩm?

- A. Ướp và phơi.
- B. Xào và muối chua.
- C. Rán và trộn dầu giấm.
- D. Rang và nướng.

II/ TỰ LUẬN (5đ)

Câu 1 (2đ): Nêu vai trò, ý nghĩa của bảo quản và chế biến thực phẩm?

Câu 2 (2đ) : Ngôi nhà thông minh là gì? Kể tên 1 số hệ thống tự động hoặc bán tự động trong ngôi nhà thông minh

Câu 3 (1đ): Gia đình em thường bảo quản thực phẩm bằng cách nào. Trình bày cách làm của 1 phương pháp cụ thể.

Chúc các con làm bài tốt!

ĐỀ 604

I/ TRẮC NGHIỆM (5đ)

Hãy chọn và ghi vào giấy kiểm tra đáp án trước câu trả lời đúng nhất!

Câu 1. 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.** Luộc. **B.** Kho. **C.** Nướng. **D.** Rán.

Câu 2. Biện pháp nào sau đây có tác dụng phòng tránh nhiễm độc thực phẩm?

- A.** Không ăn những thức ăn nhiễm độc tố. **B.** Ăn khoai tây mọc mầm.
C. Sử dụng đồ hộp hết hạn sử dụng. **D.** Dùng thức ăn không có nguồn

gốc rõ ràng.

Câu 3. Trước khi có người về, nhiệt độ trong phòng giảm xuống cho đủ mát, là hệ thống điều khiển nào trong ngôi nhà thông minh?

A. Nhóm hệ thống chiếu sáng thông minh. **B.** Nhóm hệ thống camera giám sát an ninh.

C. Nhóm hệ thống an ninh, an toàn. **D.** Nhóm hệ thống kiểm soát nhiệt độ.

Câu 4. Chế biến thực phẩm có vai trò gì?

- A.** Xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn.
B. Xử lý thực phẩm để bảo quản thực phẩm.
C. Tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.
D. Xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.

Câu 5. Các loại quả như: *Cam, bưởi, chanh* cung cấp chủ yếu vitamin gì?

- A.** Vitamin C. **B.** Vitamin A.
C. Vitamin E. **D.** Vitamin B.

Câu 6. Thực phẩm nào là nguồn năng lượng chính cung cấp chất đường bột cho cơ thể?

- A.** Mỡ lợn. **B.** Thịt bò.
C. Gạo. **D.** Rau bắp cải.

Câu 7. “Nghiên cứu về dinh dưỡng và thực phẩm, tư vấn cho mọi người về lối sống lành mạnh trong ăn uống, giúp cơ thể khỏe mạnh và phát triển toàn diện” là công việc của

- A.** đầu bếp. **B.** bác sĩ.
C. chuyên gia dinh dưỡng. **D.** nội trợ.

Câu 8. Ngôi nhà thông minh có các đặc điểm nào?

- A.** Tiện kiệm năng lượng, an ninh, an toàn.
B. An ninh, an toàn, tiết kiệm năng lượng.
C. Tiện ích, tiết kiệm năng lượng.
D. Tiện ích, an ninh, an toàn, tiết kiệm năng lượng.

Câu 9. Nhà ở chung cư có kiểu kiến trúc như thế nào?

- A.** Các khu vực chức năng trong nhà thường được xây dựng tách biệt.
B. Nhà được xây dựng để phục vụ nhiều hộ gia đình.
C. Nhà ở thường được thiết kế nhiều tầng.
D. Có hệ thống phao dưới sàn giúp nhà có thể nổi lên.

Câu 10. Tìm phát biểu **sai** về các biện pháp bảo quản thực phẩm?

- A. Không để ruồi bọ đậu vào thịt, cá.
- B. Rau, củ ăn sống nên rửa cả quả, gọt vỏ trước khi ăn.
- C. Giữ thịt, cá ở nhiệt độ thích hợp để sử dụng lâu dài.
- D. Rửa thịt sau khi đã cắt thành từng lát.

Câu 11. Trong những biện pháp sau, biện pháp nào đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm?

- A. Không che đậy thực phẩm sau khi nấu chín.
- B. Chỉ sử dụng thực phẩm đóng hộp có ghi rõ thông tin cơ sở sản xuất, thành phần dinh dưỡng, còn hạn sử dụng.
- C. Sử dụng chung thớt để chế biến thực phẩm sống và thực phẩm chín trong cùng một thời điểm.
- D. Để lẫn thực phẩm sống và thực phẩm chín với nhau.

Câu 12. Đặc điểm của phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt là

- A. dễ gây biến đổi các chất dinh dưỡng có trong thực phẩm.
- B. làm chín thực phẩm trong môi trường nhiều chất béo.
- C. gần như giữ nguyên được màu sắc, mùi vị, chất dinh dưỡng của thực phẩm.
- D. làm chín thực phẩm bằng nhiệt độ cao, trong thời gian thích hợp.

Câu 13. Nhóm phương pháp nào sau đây **không phải** là phương pháp chế biến thực phẩm?

- A. Rang và nướng.
- B. Ướp và phơi.
- C. Xào và muối chua.
- D. Rán và trộn dầu giấm.

Câu 14. Tên các loại hạt thuộc nhóm ngũ cốc là?

- A. Vừng, kê, ngô, đỗ, mạch nha.
- B. Kê, đậu, mạch nha, lúa nếp, lúa mì.
- C. Kê, đậu, ngô, lúa nếp, lúa tẻ.
- D. Đỗ, đậu, vừng, mè, mạch nha.

Câu 15. Các phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt là

- A. thịt luộc, cá kho, thịt nướng.
- B. kho cá, nướng thịt, dưa chua.
- C. nộm rau muống, thịt kho.
- D. cá rán, salad hoa quả, thịt kho.

Câu 16. Trong các nhóm đồ ăn/thức uống sau đây, nhóm nào cung cấp nhiều vitamin nhất cho cơ thể?

- A. Rau, củ tươi, nước ép hoa quả.
- B. Hoa quả tươi, trứng gà, cá.
- C. Thịt, trứng, sữa.
- D. Dầu thực vật, nước ép hoa quả.

Câu 17. Chất dinh dưỡng nào trong thực phẩm dễ bị hao tổn nhiều trong quá trình chế biến?

- A. Chất đạm.
- B. Chất béo.
- C. Vitamin.
- D. Tinh bột.

Câu 18. Bữa ăn hợp lý là bữa ăn như thế nào?

- A. Đắt tiền.
- B. Cung cấp đủ năng lượng cho cơ thể hoạt động.
- C. Cung cấp vừa đủ cho nhu cầu của cơ thể về năng lượng và chất dinh dưỡng.
- D. Có nhiều loại thức ăn.

Câu 19. Phương pháp nào sau đây là phương pháp bảo quản thực phẩm?

- A. Luộc và trộn hỗn hợp.
- B. Làm chín thực phẩm.
- C. Làm lạnh và đông lạnh.
- D. Nướng và muối chua.

Câu 20. Chất béo có nhiều ở nhóm thực phẩm nào?

- A. Mật ong, trái cây chín, rau xanh.
- B. Thịt nạc, cá, tôm, trứng.
- C. Mỡ động vật, mỡ thực vật, bơ.
- D. Hoa quả tươi, trứng gà, cá.

II/ TỰ LUẬN (5đ)

Câu 1 (2đ) : Ngôi nhà thông minh là gì? Kể tên 1 số hệ thống tự động hoặc bán tự động trong ngôi nhà thông minh

Câu 2 (2đ): Nêu vai trò, ý nghĩa của bảo quản và chế biến thực phẩm?

Câu 3 (1đ): Gia đình em thường bảo quản thực phẩm bằng cách nào. Trình bày cách làm của 1 phương pháp cụ thể.

Chúc các con làm bài tốt!

