|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG THCS GIA THỤY****ĐỀ 1** | **KIỂM TRA GIỮA KỲ II CÔNG NGHỆ 6** **Năm học 2020 – 2021****Ngày kiểm tra: 15/3/2021****Thời gian làm bài: 45 phút** |

**I. TRẮC NGHIỆM: (3 ĐIỂM)**

***Hãy viết ra giấy kiểm tra chữ cái đầu đáp án em lựa chọn****.*

***Câu 1:*** Nếu thiếu chất đạm trầm trọng làm cho trẻ em sẽ:

|  |  |
| --- | --- |
| A. Dễ bị đói mệt  | B. Thiếu năng lượng  |
| C. Bị béo phì | D. Bị suy dinh dưỡng, dễ mắc bệnh, trí tuệ phát triển kém |

***Câu 2:*** Nhiệt độ an toàn trong nấu nướng là:

|  |  |
| --- | --- |
| A. 500C – 600C | B. 700C – 800C  |
| C. 800C – 900C  | D. 1000C – 1150C  |

***Câu 3:*** Vai trò của chất xơ đối với cơ thể là:

A. Ngăn ngừa bệnh táo bón, làm mềm chất thải để dễ thải ra khỏi cơ thể

B. Nguồn cung cấp vitamin

C. Nguồn cung cấp năng lượng

D. Là nguồn cung cấp chất dinh dưỡng

***Câu 4:*** Để thành phần và giá trị dinh dưỡng khẩu phần ăn không bị thay đổi, có thể thay thế cá trong bữa ăn bằng loại thực phẩm nào?

|  |  |
| --- | --- |
| A. Rau muống  | B. Đậu phụ |
| C. Khoai lang  | D. Ngô |

***Câu 5:*** Làm thế nào để giữ chất dinh dưỡng của thịt, cá khi sơ chế?

 A. Cắt thái xong ngâm nước B. Ngâm lâu trong nước

 C. Cắt thái xong rửa sạch D. Cắt thái sau khi rửa sạch

***Câu 6*:** Nấu cơm là làm chín thực phẩm trong môi trường:

|  |  |
| --- | --- |
| A. Nước.  | B. Chất béo  |
| C. Hơi nước  | D. Nước và hơi nước |

**II. TỰ LUẬN: (7 ĐIỂM)**

***Câu 1: (3 điểm)*** Nêu nguồn cung cấp và chức năng dinh dưỡng của chất đường bột?

***Câu 2: (3 điểm)*** Nấu là gì? Nêu quy trình và yêu cầu kĩ thuật đối với phương pháp nấu? Kể tên một vài món nấu?

***Câu 3: (1 điểm)*** Em hãy liên hệ các công việc thường làm ở gia đình em khi chọn mua thực phẩm để bảo đảm cân bằng dinh dưỡng và phòng tránh ngộ độc thức ăn.

**---------------------*Chúc các con làm bài tốt !*---------------------**

|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG THCS GIA THỤY****ĐỀ 2** | **KIỂM TRA GIỮA KỲ II CÔNG NGHỆ 6** **Năm học 2020 – 2021****Ngày kiểm tra: 15/3/2021****Thời gian làm bài: 45 phút** |

**I. TRẮC NGHIỆM: (3 ĐIỂM)**

***Hãy viết ra giấy kiểm tra chữ cái đầu đáp án em lựa chọn****.*

***Câu 1:*** Vai trò của chất xơ đối với cơ thể:

A. Nguồn cung cấp năng lượng

B. Nguồn cung cấp vitamin

C. Ngăn ngừa bệnh táo bón, làm mềm chất thải để dễ thải ra khỏi cơ thể

D. Là nguồn cung cấp chất dinh dưỡng

***Câu 2:*** Làm thế nào để giữ chất dinh dưỡng của thịt, cá khi sơ chế?

 A. Cắt thái xong ngâm nước B. Ngâm lâu trong nước

 C. Cắt thái sau khi rửa sạch D. Cắt thái xong rửa sạch

***Câu 3:*** Nhiệt độ an toàn trong nấu nướng:

|  |  |
| --- | --- |
| A. 500C – 600C | B. 700C – 800C  |
| C. 800C – 900C  | D. 1000C – 1150C  |

***Câu 4:*** Để thành phần và giá trị dinh dưỡng khẩu phần ăn không bị thay đổi, có thể thay thế cá trong bữa ăn bằng loại thực phẩm nào?

|  |  |
| --- | --- |
| A. Đậu phụ  | B. Rau muống |
| C. Khoai lang  | D. Ngô |

***Câu 5:*** Nếu thiếu chất đạm trầm trọng làm cho trẻ em:

|  |  |
| --- | --- |
| A. Bị béo phì  | B. Bị suy dinh dưỡng, dễ mắc bệnh, trí tuệ phát triển kém  |
| C. Dễ bị đói mệt | D. Thiếu năng lượng  |

***Câu 6:*** Nấu cơm là làm chín thực phẩm trong môi trường:

|  |  |
| --- | --- |
| A. Nước.  | B. Nước và hơi nước  |
| C. Hơi nước  | D. Chất béo  |

**II. TỰ LUẬN: (7 ĐIỂM)**

***Câu 1: (3 điểm)*** Nêu nguồn cung cấp và chức năng dinh dưỡng của chất đường bột?

***Câu 2: (3 điểm)*** Nấu là gì? Nêu quy trình và yêu cầu kĩ thuật đối với phương pháp nấu? Kể tên một vài món nấu?

***Câu 3: (1 điểm)*** Em hãy liên hệ các công việc thường làm ở gia đình em khi chọn mua thực phẩm để phòng tránh ngộ độc thức ăn.

**---------------------*Chúc các con làm bài tốt !*---------------------**