2004학년도 4월 고3 전국연합학력평가 문제지

직업탐구 영역 (식품과 영양)

제 4 교시 | 성명 | | 수험번호 | | | | | | 3 | | | | | 1

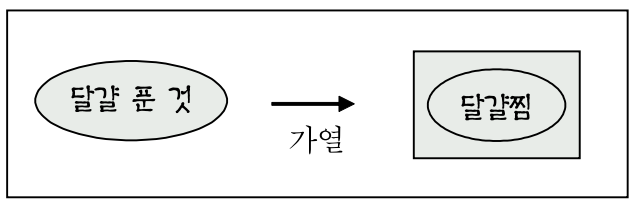
○ 먼저 수험생이 선택한 과목의 문제지인지 확인하시오.
○ 반드시 자신이 선택한 과목의 문제지를 풀어야 합니다.
○ 문제지에 성명과 수험 번호를 정확히 기입하시오.
○ 답안지에 수험 번호, 선택 과목, 답을 표기할 때에는 반드시 '수험생이 지켜야 할 일'에 따라 표기하시오.
○ 문항에 따라 배점이 다르니, 각 물음의 끝에 표시된 배점을 참고하시오. 3점 문항에만 점수가 표시되어 있습니다. 점수 표시가 없는 문항은 모두 2점씩입니다.

1. 곡류를 물 없이 160℃ 이상에서 가열 조리했을 때 갖게 되는 성질을 〈보기〉에서 모두 고르면? [3점]

〈보 기〉
ㄱ. 점성이 커진다.
ㄴ. 물에 잘 풀린다.
ㄷ. 쉽게 부패되지 않는다.
ㄹ. 노화가 거의 일어나지 않는다.

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

2. 다음과 같은 조리 원리를 이용한 사례는? [3점]



① 두유에 간수를 넣어 두부를 만든다.
② 오징어를 말려서 건오징어를 만든다.
③ 우유에 젖산균을 넣어 요구르트를 만든다.
④ 달걀 노른자에 식초와 샐러드유를 넣어 마요네즈를 만든다.
⑤ 양념한 다진 고기를 팬에 익혀 햄버거 스테이크를 만든다.

3. '영양표시제도의 의의'를 학습한 후, 식품 구매에 대한 수행평가 보고서를 작성하였다. 가족의 건강을 고려한 구매 계획으로 적절한 것은?

◎ 보 고 서 ◎

3학년 O반 OOO

활동 주제	식품 구매 계획 세우기
평가 목표	영양표시제를 이해하고 가족에게 필요한 식품을 구매할 수 있다.
요점 정리	▶ 영양표시제도의 의의 • 식품 영양 성분을 알고 적절하게 식품을 선택함. • 소비자의 알 권리 충족 및 건강 증진에 기여함.

과제 수행 내용

◉ 우리 가족의 건강과 식품 구매 계획 ◉

	가족관계	건강상 유의점	구매목록	제조회사
㉠	아버지	고혈압 증세	무염식빵	△△사
㉡	어머니	골다공증 예방 필요	식이섬유음료	○○사
㉢	나	약간의 빈혈 증세	이온음료	○○사
㉣	동생	성장기의 청소년	고칼슘치즈	△○사

① ㉠, ㉡ ② ㉠, ㉢ ③ ㉠, ㉣
④ ㉡, ㉢ ⑤ ㉡, ㉣

4. 다음 표는 콩류의 영양소 함유량을 나타낸 것이다.

(단위 : g/식품100g)

식품 \ 영양소	탄수화물	단백질	지 방
동 부	56.3	22.2	2.1
녹 두	63.0	22.3	1.5
대 두	23.8	36.2	17.8
완두콩	20.7	8.0	0.6

위 표를 참고하여 묵과 식용유로 가공하기에 적절한 식품을 고르면?

	묵	식용유
①	동부	완두콩
②	녹두	대두
③	동부	녹두
④	대두	대두
⑤	완두콩	동부

2 직업탐구 영역 (식품과 영양)

5. 다음은 영양 결핍 상태의 어린이 사진을 본 뒤 나눈 대화이다. 혈액의 단백질 농도가 낮아져 혈액 내 물이 혈관 밖으로 이동하게 되어 나타나는 증세에 대하여 말한 사람은? [3점]

〈보 기〉

수정 : 어제 그 사진 보았니? 갈비뼈가 다 드러날 정도로 마른 모습을 보니 불쌍한 생각이 들었어.
서경 : 나도 봤어. 아이의 머리카락이 듬성듬성해서 얼굴 모습이 아저씨 같더라.
주희 : 게다가 머리카락에 윤기마저 없어서 부스스하고, 변색되었어.
정민 : 거칠어 보이는 피부가 나무껍질 같았어.
동수 : 발과 다리를 봤는데, 퉁퉁 부었더라.

① 수정 ② 서경 ③ 주희
④ 정민 ⑤ 동수

[6～7] 다음은 '농가월령가'의 일부분이다. 이 글을 읽고 물음에 답하시오.

2월령

산채는 일렀으니 들나물 캐어먹세.
고들빼기 씀바귀요 소로쟁이 물쑥이라.
달래 김치 냉잇국은 비위를 깨치나니
본초를 상고하여 약재를 캐오리라.
(이하 생략)

4월령

인가의 요긴한 일 장 담그는 정사로다.
소금을 미리 받아 법대로 담그리라.
고추장 두부장도 맛맛으로 갖추 하소.
앞산에 비가 개니 살찐 향채 캐오리라.
삽주 두릅 고사리며 고비 도래 어아리를
일분은 엮어 달고 이분은 무쳐먹게.
(이하 생략)

6. 위 글을 통해 알 수 있는 우리나라 전통 식생활이 아닌 것은? [3점]

① 다양한 들나물과 향채를 먹었다.
② 계절에 맞는 음식을 만들어 먹었다.
③ 섬유소 섭취량이 부족한 식사를 하였다.
④ 식품이 많이 생산될 때는 없을 때를 대비하였다.
⑤ 음력 사월에는 소금을 미리 준비하여 고추장을 담갔다.

7. 밑줄 친 것과 같은 저장 방법을 이용한 식품은?

① 술 ② 엿 ③ 곶감
④ 김치 ⑤ 젓갈

8. 밑줄 친 내용에 해당하는 음식으로 가장 적절한 것은? [3점]

명희는 마라톤 대회에 참가하는 아버지에게 어떤 음식이 좋은지 조사하던 중, 마라톤 경기 중에는 짧은 시간에 많은 에너지가 소비된다는 것을 알게 되었다. 그래서 대회 3～4일 전부터 에너지로 빨리 전환될 수 있는 음식을 마련해 드렸다. 이 음식의 주된 영양소는 글리코겐으로 저장되었다가 필요할 때 열량으로 쓰인다고 한다.

① 편육 ② 새우찜
③ 참치회 ④ 잼 바른 빵
⑤ 야채샐러드

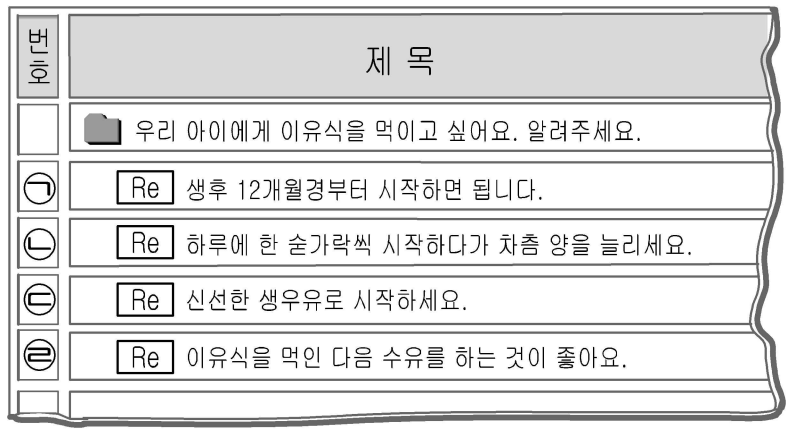
9. 다음은 조리 실습 중의 대화이다. (A)에 들어갈 말로 적당한 것은?

〈보 기〉

선 생 님 : 밀가루가 주재료인 음식을 만들어 봅시다. 만들 음식과 재료를 말해 보세요.
솜사탕조 : 우리 조에서는 비스킷을 만들려고 합니다. 박력분, 우유 등이 필요합니다.
항아리조 : 우리는 칼국수를 만들려고 해요. 중력분, 소금 등이 필요합니다.
선 생 님 : 두 조에서 사용하는 밀가루가 다르군요. 솜사탕조는 왜 박력분을 쓰려고 하지요?
솜사탕조 : (A) 함량이 적은 밀가루로 만들어야 바삭바삭해요.

① 지방 ② 철분 ③ 칼슘
④ 단백질 ⑤ 탄수화물

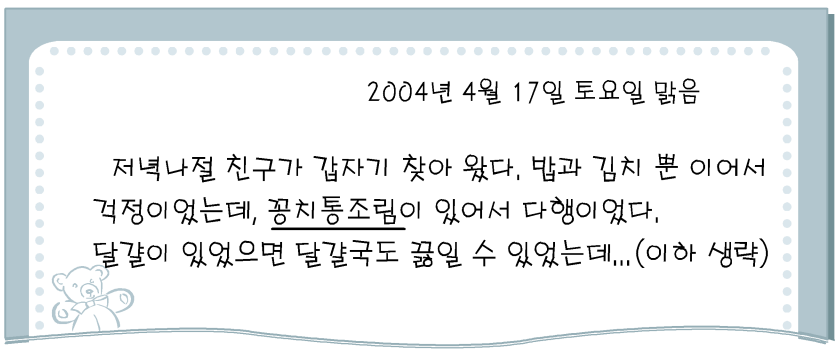
10. 다음은 육아 관련 인터넷 게시판의 일부이다. 바른 이유 방법을 제시하고 있는 응답을 고르면? [3점]



① ㉠, ㉡ ② ㉠, ㉢ ③ ㉠, ㉣
④ ㉡, ㉢ ⑤ ㉡, ㉣

직업탐구 영역 (식품과 영양)

11. 밑줄 친 식품과 가공 원리가 같은 것은?



① 육포 ② 베이컨 ③ 냉동만두
④ 오징어젓 ⑤ 레토르트 카레

12. 다음 내용을 고려할 때, 바람직한 조리 사례로 볼 수 있는 것은? 〔3점〕

> 가공 식품에는 식품의 보존성이나 기호도 또는 영양적 가치를 높이기 위해 일반적으로 식품첨가물을 넣고 있다. 그런데 화학적으로 합성된 첨가물들은 인체에 해를 끼칠 우려가 크다.
> 따라서, 가공식품을 이용하는 경우에는 내용물을 물로 헹구거나 포장 용기 안의 국물을 사용하지 않음으로써 식품첨가물 섭취를 최소화 한다. 지방은 식품첨가물의 체내 축적을 증가시킬 수 있으므로 함께 사용하지 않는 것이 좋다.

① 어묵을 기름에 볶았다.
② 햄을 기름 두른 팬에 구웠다.
③ 소시지를 끓는 물에 데쳤다.
④ 면과 스프를 동시에 넣어 라면을 끓였다.
⑤ 옥수수통조림의 국물로 샐러드 소스를 만들었다.

13. 밑줄 친 내용에 해당하는 구체적인 사례는?

> 식습관이 좋고 나쁨에 따라 우리의 건강 상태는 달라진다. 몸에 필요한 영양소가 부족하거나 과잉될 경우 질병에 걸리기 쉽다. 따라서, <u>바른 식습관을 매일 실천하면</u> 더욱 건강해진다.

① 주식보다 간식으로 영양 관리를 한다.
② 건강 보조 식품으로 식사를 대신한다.
③ 영양소가 강화된 인스턴트식품을 애용한다.
④ 끼니마다 여러 가지 음식을 골고루 먹는다.
⑤ 스트레스를 받을 때 음식의 섭취량을 늘린다.

14. (가)와 (나)에 해당하는 대사량을 바르게 짝지은 것은?

> (가) 음식물이 소화, 흡수, 대사 되는 과정에서 소비된다.
> (나) 생명 유지를 위한 뇌, 심장, 소화기 등의 활동에 소비된다.

	(가)	(나)
①	기초 대사량	휴식 대사량
②	활동 대사량	적응 대사량
③	휴식 대사량	활동 대사량
④	식품이용 대사량	기초 대사량
⑤	적응 대사량	식품이용 대사량

15. 다음과 같은 사회 현상을 해결할 수 있는 방안으로 적절하지 <u>않은</u> 것은? 〔3점〕



① 식품 관련 서비스업을 대형화 한다.
② 영양 관련 교육의 기회를 확대한다.
③ 식품에 관한 정확한 정보를 제시해 준다.
④ 다양한 저칼로리 메뉴를 개발하여 보급한다.
⑤ 사회 체육 시설을 마련하여 운동의 기회를 늘린다.

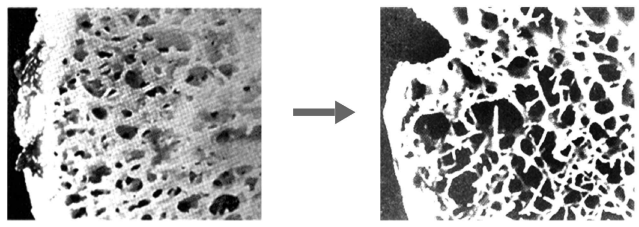
16. 밑줄 친 부분에 해당하는 영양소는? 〔3점〕

> 임신부에게 <u>이것이</u> 결핍되면 빈혈 증세가 나타나며, 특히 임신 초기에 결핍되면 기형아를 출산할 확률이 높아진다.

① 엽산 ② 요오드 ③ 티아민
④ 토코페롤 ⑤ 불포화지방산

4 직업탐구 영역 (식품과 영양)

17. 다음과 같이 뼈의 밀도가 변화되는 원인을 〈보기〉에서 고르면?



〈보 기〉

ㄱ. 칼슘 섭취가 부족하다.
ㄴ. 햇빛 쬐는 시간이 짧다.
ㄷ. 나트륨 섭취가 과다하다.
ㄹ. 에스트로겐 분비가 증가된다.

① ㄱ, ㄴ ② ㄱ, ㄷ ③ ㄱ, ㄹ
④ ㄴ, ㄷ ⑤ ㄴ, ㄹ

18. 다음의 증세를 예방하기 위하여 섭취해야 할 식품을 고르면?

○ 피부가 거칠어지고 면역성이 떨어진다.
○ 눈이 빛에 민감해지고 밤에 잘 안 보인다.
○ 결막 조직이 각질화되고 안구건조증이 나타난다.

식품 영양 분석표
(단위 : mg/식품100g, 비타민A는 RE)

영양소 / 식품	비타민A	비타민B_1	비타민B_2	니아신	비타민C
㉠ 싸리버섯	0.0	0.09	0.43	46.3	3.0
㉡ 깻잎나물	882.0	0.11	0.30	1.0	43.0
㉢ 검 정 콩	0.0	0.32	0.24	2.2	0.0
㉣ 쇠 고 기	15.0	0.12	0.63	16.3	0.0
㉤ 딸 기	2.0	0.02	0.02	0.3	82.0

① ㉠ ② ㉡ ③ ㉢
④ ㉣ ⑤ ㉤

19. 다음과 같은 신체 변화가 나타나는 사람에게 적합한 식사 방법을 고르면? [3점]

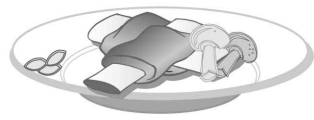
○ 근육은 줄어드는 반면 체지방은 증가한다.
○ 혀의 미뢰 수가 현저히 감소되어 맛을 잘 느끼지 못한다.
○ 타액, 담즙 등 소화와 흡수에 필요한 물질의 분비가 감소된다.

① 식사의 횟수와 양을 늘린다.
② 섭취하는 식품의 종류를 줄인다.
③ 부드러운 두부, 생선 등을 이용한다.
④ 소금, 설탕 등의 조미료를 많이 사용한다.
⑤ 풍미를 살리기 위해 버터의 사용을 늘린다.

20. 밑줄 친 효과를 얻기 위해 넣어야 할 양념은?

갈비찜 요리법

가. 찬물에 담가 핏물을 뺀 후, 끓는 물에 살짝 삶아 낸다.
나. 양념장의 반 정도를 넣어 간이 배고 연해지도록 30분 정도 재워둔다.
다. 중불에서 서서히 끓인다.
라. 갈비가 익으면 나머지 재료와 남은 양념장을 넣고 끓인다.
마. 국물이 잦아들면 갈색으로 윤기나게 조린다.



① 간장 ② 설탕 ③ 마늘
④ 후추 ⑤ 깨소금

※ 확인사항

○ 문제지와 답안지의 해당란을 정확히 기입(표기)했는지 확인하시오.