식품과영양 정답

1	⑤	2	①	3	⑤	4	④	5	⑤
6	②	7	②	8	⑤	9	①	10	④
11	③	12	③	13	④	14	③	15	①
16	④	17	①	18	⑤	19	②	20	②

해 설

1. **[출제의도] 환경 보존 식생활 실천 방안을 알고 있는가를 묻는 문제이다.**
자원 낭비가 없는 식품이 환경을 보존한다.
[오답풀이] 먹이 사슬의 상위층일수록 자원이 많이 소비되므로 환경 오염에 영향을 미친다.
2. **[출제의도] 지방산의 분류 방법과 가공 원리를 이해하고 있느냐를 묻는 문제이다.**
식물성 유지의 이중결합에 수소를 첨가하여 포화지방산으로 만드는 원리를 이용하여 마가린을 만든다.
3. **[출제의도] 가공 식품에 적용되는 저장 원리를 파악할 수 있느냐를 묻는 문제이다.**
승화 원리를 이용한 동결 건조 식품은 인스턴트 커피, 라면의 건더기 스프 등이 있다.
[오답풀이] ①, ②는 천일건조법, ③는 분무건조법, ④는 배건법을 이용한다.
4. **[출제의도] 섬유소의 기능을 이해하고 섬유소가 많은 식품을 선택할 수 있는가를 묻는 문제이다.**
섬유소는 주로 과일이나 채소류에 많이 함유되어 있다.
5. **[출제의도] 콩의 영양소에 대해 알고 있는가를 묻는 문제이다.**
콩은 단백질 함량이 높고 필수 지방산이 많아 심장순환계 질병을 예방해 준다.
[오답풀이] ⑤ 불포화 지방산이 많다.
6. **[출제의도] 탄수화물의 특성을 알고 생활에 적용할 수 있는가를 묻는 문제이다.**
탄수화물은 열량 권장량의 65%를 섭취한다. 섬유소는 소화되지 않아 제외한다.
[오답풀이] ①, ④ 섬유소 ③ 단백질 권장량 ⑤ 지용성 비타민
7. **[출제의도] 에너지 대사 과정을 이해하고 있는가를 묻는 문제이다.**
ATP는 실제 인체가 사용하는 에너지의 형태이며, 섭취한 식품의 소화 과정에서 탄수화물, 단백질, 지방의 화학 결합 에너지는 ATP 형태로 전환된다.
[오답풀이] 이 과정은 세포 내에서 일어난다.
8. **[출제의도] 콜레스테롤의 특성을 설명할 수 있는가를 묻는 문제이다.**
콜레스테롤은 동물성 식품에 함유되어 있다.
9. **[출제의도] 올바른 체중 감량 방법을 알고 있는가를 묻는 문제이다.**
체중 감량은 위해 끼니를 거르면 신체가 에너지를 보다 잘 저장하여 체중을 줄이기 힘들게 된다.
[오답풀이] 비체중은 90 -110이 정상이며 무리한 감량은 건강을 해칠 수 있다.
10. **[출제의도] 모유 수유가 가능한 경우를 묻는 문제이다.**
유당 불내증 아기는 락타아제가 없거나 부족하여 특수조제 분유를 먹인다. 선천성 페닐케톤혈증을 가진 아기는 모유의 페닐알라닌을 분해할 수 없다.
11. **[출제의도] 글루텐 형성을 이해하고 이용된 식품을 묻는 문제이다.**
(A)는 글루텐으로 많이 형성된 것은 강력분이다. 강력분을 이용한 것에는 식빵, 마카로니, 만두피 등이 있다.
12. **[출제의도] 식품 첨가물의 역할과 적용된 식품을 알고 있는가를 묻는 문제이다.**
아질신나트륨은 발색제로 햄, 소시지 등 가공식품의 색을 안정시키는 역할을 한다.
[오답풀이] ①, ② 착색제
13. **[출제의도] 철과 아스코르브산의 상호 작용 관계를 이해할 수 있는가를 묻는 문제이다.**
철은 흡수율이 낮으므로 아스코르브산과 함께 섭취하면 효율적이다.
14. **[출제의도] 식품의 변질에 대한 원인을 알고 예방법을 찾을 수 있느냐를 묻는 문제이다.**
사과는 폴리페놀산화 효소가 산소와 반응에 하여 갈변한다. 공기를 차단하고 효소의 활성을 억제하기 위해 설탕물, 소금물에 담근다.
[오답풀이] ① 감자의 갈변, ④, ⑤ 과일 음료의 갈변
15. **[출제의도] 가공 식품의 종류와 특징을 알고 있는가를 묻는 문제이다.**
전통 겔 식품에는 녹말 겔, 젤라틴 겔, 펙틴 겔이 있다.
[오답풀이] ②, ④ 펙틴 겔 , ③, ⑤ 녹말 겔 식품
16. **[출제의도] 시기에 맞는 이유를 할 수 있는가를 묻는 문제이다.**
6 - 8개월의 아기에게 나타나는 발달 특성이다.
[오답풀이] ①, ② 생후 1년경, ③ 1년 반경, ⑤ 2년경
17. **[출제의도] 맛의 상호 작용을 이해하고있는가를 묻는 문제이다.**
변조는 한 가지 맛을 본 직후 다른 맛을 보면 정상적인 맛을 느낄 수 없으며 대비는 한 가지 맛이 다른 맛 성분과 혼합되면 한 가지 맛 성분이 더 강해지는 현상이다.
18. **[출제의도] 식물성 식품의 특수 성분을 생활에 이용할 수 있는가를 묻는 문제이다.**
마늘의 알리신은 비타민 흡수를 도와 각기병을 예방하는 데 도움이 된다. 엿기름의 β-아밀라제는 당화 효소로 식혜 제조에 이용된다.
19. **[출제의도] 청국장의 만드는 방법를 묻는 문제이다.**
청국장은 삶은 콩을 볏짚의 고초균으로 발효한다.
20. **[출제의도] 노년기의 신체 변화와 바른 건강 관리 방법을 알 수 있느가를 묻는 문제이다.**
나트륨의 증가는 체수분 증가와 관련이 없고 양질의 단백질을 섭취하되 양은 늘리지 않는다.