|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Trường THCS Tân Phú**  **Lớp :…….**  **Họ và tên:…………………..** | **KIỂM TRA HỌC KỲ I ( 2019-2020 )**  **Môn : CÔNG NGHỆ LỚP 6**  *Thời gian : 45 phút* | *Số phách* |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Điểm**  **bằng số** | **Điểm**  **bằng chữ** | **Chữ kí**  **giám khảo** | **Lời phê của giáo viên** | *Số phách* |
|  |  |  |  |  |

Câu 1 : Nêu nguồn cung cấp và chức năng dinh dưỡng của chất đạm và chất béo? (2 điểm)

Câu 2 : Nêu nguyên nhân gây ngộ độc thức ăn? (2 điểm)

Câu 3 : Thế nào là bữa ăn hợp lí? (2 điềm)

|  |
| --- |
| **Thí sinh không được viết vào khung này.**  **Vì đây là phách sẽ rọc đi mất** |

Câu 4 : Thực đơn là gì? Nêu vai trò của thực đơn? Em hãy xây dựng thực đơn một bữa ăn hằng ngày của gia đình. (2 điểm)

Câu 5 : Nêu nguyên tắc cơ bản khi xây dựng thực đơn cho bữa ăn thường ngày của gia đình? (2 điểm)

**Đáp án Công nghệ 6**

Câu 1 :

a. Chất đạm (protein): (1đ)

+Nguồn cung cấp : (0,5đ)

Có 2 nguồn cung cấp:

-Đạm động vật: thịt, cá, trứng, sữa, tôm cua, sò

-Đạm thực vât: các loại đậu, lạc, vừng, hạt sen, hạt điều

+Chức năng dinh dưỡng: (0,5đ)

-Chất đạm giúp cơ thể phát triển về thể chất và trí tuệ

-Chất đạm cần thiết cho việc tái tạo các tế bào đã chết

-Tăng khả năng đề kháng và cung cấp năng lượng cho cơ thể

b. Chất béo: (1đ)

+Nguồn cung cấp: (0,5đ)

-Mỡ động vật: mỡ lợn, bơ

-Dầu thực vật: vừng, lạc, oliu

+ Chức năng dinh dưỡng: (0,5đ)

-Cung cấp năng lượng

-Chuyển hóa 1 số vitamin cần thiết cho cơ thể

Câu 2 :

-Thức ăn bị nhiễm vi sinh vật và độc tố của vi sinh vật (0,5đ)

-Thức ăn bị biến chất (0,5đ)

-Thức ăn có sẵn chất độc (0,5đ)

-Thức ăn bị ô nhiễm chất độc hóa học (0,5đ)

Câu 3 :

Bữa ăn hợp lí là bữa ăn có sự phối hợp thực phẩm với đầy đủ các chất ding dưỡng cần thiết theo tỉ lệ thích hợp để đp ứng nhu cầu của cơ thể về năng lượng và chất dinh dưỡng.

Câu 4:

- Thực đơn là bảng ghi lại các món ăn dự định sẽ phục vụ trong bữa ăn. (0.5đ)

- Có thực đơn việc tổ chức thực hiện bữa ăn sẽ được tiến hành trôi chảy, khoa học. (0.5đ)

- Phải có cơm, canh, món mặn, xào,… (1đ)

Câu 5:

-Đảm bảo thực đơn có số lượng và chất lượng phù hợp: có 3-4 món. (0,5đ)

-Thực đơn có đủ xcác món chính theo cơ cấu bữa ăn: canh, mặn. (0,5đ)

-Thực đơn phải đảm bảo yêu cầu về mặt dinh dưỡng. (0,5đ)

-Thực đơn phải phù hợp với số người và quan tâm đến tuổi tác, giới tính, tình trạng sức khỏe, công việc, sở thích ăn uống của mọi thành viên trong gia đình. (0,5đ)