

17. Dengeli beslenmenin tanımı hangi seçenekte verilmiştir?

- A. Şekersiz beslenmeye özen göstermek
- B. Proteinlerden yeterince almak
- C. Her çeşit besinden yeterli ve düzenli almak
- D. Taze ve temiz yiyecekler yemek

18. Besinleri alırken ve tüketirken hangisine dikkat etmeyiz?

- A. Taze ve temiz olmasına
- B. Doğal besin olmasına
- C. İçeriğine ve son kullanma tarihine
- D. Nerelerde yetişmiş olduğuna

19. Hangisi besinleri uzun süre bozulmadan saklama yönteminden değildir?

- A. Derin dondurucuya koyma
- B. Seracılık yapma
- C. Pastörize etme
- D. Konserve yapma

20. Hangisi gıda mühendisinin görevlerinden değildir?

- A. Ürünleri denetler, kalite kontrolü yapar.
- B. En az maliyetle en iyi ürünü üretme çalışmaları yapar.
- C. Besinlerin korunması ve depolanmasını planlar.
- D. Ürünlerin satışı yapar.

21. Hangisi sürtünme kuvvetini artırmak için yapılmaz?

- A. Sürtünen cismin ağırlığını azaltma
- B. Tekerleklerle zincir takma
- C. Futbolcuların çivili spor ayakkabısı giymesi
- D. Makine parçalarını yağlama

22. Bir cismin verilen yüzeylerden hangi-sinde daha kolay hareket eder?

- A. Beton zemin
- B. Toprak zemin
- C. Buz
- D. Tahta

23. Aşağıdakilerin hangisi hava direncini olumlu yönde kullanır?

- A. Otomobil
- B. Paraşüt
- C. Füze
- D. Uçak

24. Duran bir cismi hareket ettirir, hareket halindeki cismi durdurur, yönünü değiştirir, cisimler üzerinde şekil değişikliği yapar.

Aşağıdakilerden hangisinin tanımı verilmiştir?

- A. Kaldıraç
- B. Kuvvet
- C. Şiddet
- D. Hareket

25. Hangisi kuvvetin etkilerinden değildir?

- A. Hayal etme
- B. İtme
- C. Atma
- D. Çekme

26. Hangisi kuvvet çeşitlerinden değildir?

- A. Kas kuvveti
- B. Manyetik kuvvet
- C. Akıl kuvveti
- D. Sürtünme kuvveti

27. Kana geçen besin maddeleri önce hangi organımızda kontrolden geçmektedir?

- A. Akciğer
- B. Pankreas
- C. Mide
- D. Karaciğer

28. Kemik ve dişlerim izim kuvvetli ve sağlıklı olması hangi İkiliye bağlıdır?

- A. Fosfor - B vitamini
- B. C vitamini - Kalsiyum
- C. E vitamini - K vitamini
- D. Kalsiyum – fosfor

29. Kalsiyum ve fosfor en çok hangilerin-de bulunur?

- A. Bitkisel besinlerde
- B. Tahıllar ve baklagillerde
- C. Meyvelerde
- D. Süt ürünleri ve balık

30. Proteinler hakkında verilen bilgilerden hangisi yanlıştır?

- A. Proteinler aynı zamanda enerji de verir.
- B. Büyüme, gelişme ve dokuların onan-ırımında gereklidir.
- C. Hayvansal besinlerin protein değeri bitkisel besinlere göre daha azdır.
- D. Et, süt, balık, tahıllar ve baklagiller proteince zengindir.

31. Proteinli besinleri nasıl tanırsınız?

- A. Bir kâğıda sürtüldüğünde saydam bir leke bırakmasından
- B. Renginden
- C. Üzerine birkaç damla nitrik asit döküldüğünde sarı bir renk oluşmasından
- D. Tentürdiyot dökerek

**32. I. Yüksek sıcaklıkta ve açık havada bırakılırsa bozulur.
II. Eksikliklerinde vücudun direnci azalır ve bazı hastalıklar olur.**

Yukarıda özellikleri verilen her türlü besinde bulunan besin maddesi hangisidir?

- A. vitamin
- B. Yağ
- C. nişasta
- D. madensel tuz

| | 1. grup et, yumurta, kuru baklagler(g) | 2. grup süt ve süt ürünleri [g] | 3. grup sebze ve meyve (g) | 4. grup tahıllar (g) | 5. grup yağlar şekerler |
|--------------------|--|---------------------------------|----------------------------|----------------------|-------------------------|
| 10-12 yaş kızlar | 115 | 500 | 500 | 310 | 100 |
| 10-12 yaş erkekler | 130 | 500 | 400 | 310 | 90 |

33. Tablomuzda enerji ve besin öğelerini karşılayacak günlük yiyecek miktarları gösterilmiştir. Hangi sonuç çıkar?

- A. Alınacak yiyecek miktarı cinsiyete göre değişir
- B. Her çeşit besinden almak gerekli değildir.
- C. Yiyecekler vücudumuza sağladığı yarar bakımından 5 grupta incelenir.
- D. Süt ve süt ürünleri en az alınmalıdır

34. Hangisinin sindirim olayında görevi farklıdır?

- A. Ağız B, İnce bağırsak C. Mide D. Karaciğer

35. I. Vücut sıvılarının yapılarını kontrol eder.

II. Kandaki zararlı maddeleri süzer.

III. Yetersiz çalışması durumunda üremi denilen hastalık olur. Verilenler aşağıdakilerden hangisi-nin tanımıdır?

- A. Böbrek
- B. Karaciğer
- C. Akciğer
- D. Mide