

桃園縣 99 年度學校護理人員暨營養師聯合甄選試題

1. 可控制肌肉收縮及神經感應的礦物質為何？
(A) 鈣、磷(B) 磷、鎂(C) 鈣、鎂(D) 鈣、鈉
2. 如傷口癒合時間延長，可能學罰以下何種營養素所致？
(A) ascorbic acid (B) vitamin K (C) Fe (D) Cu
3. 下列何者不是酮體？
(A) acetone (B) acetoacetate (C) β -hydroxy butyric acid (D) oxaloacetate
4. 下列那二種 Vitamins，其生化功能為參與 Hydrogen atom (electron) transfer？ (1)Folacin (2)Biotin (3)Riboflavin (4)Niacin
(A)3、4 (B) 1、2 (C)1、4 (D)2、3
5. 催化 tryptophan 轉變為 niacin 之代謝反應的酵素須賴何種維生素所構成之 coenzyme？
(A)niacin (B)pyridoxine (C)biotin (D)thiamin
6. 「素食飲食」並不會減少下列哪一項營養素的攝取？(A)葡萄糖 (B) 維生素 B12 (C)鐵 (D) 鋅
7. 總體積量為 960 毫升的 X 廠牌牛奶，其營養標示內容如下：每份含有 8 克蛋白質、4 克脂肪、12 克碳水化合物與 115 毫克鈉。試問此瓶牛奶一共提供約多少的熱量？(A)464 大卡 (B) 116 大卡 (C) 576 大卡 (D) 654 大卡
8. 大部份的消化過程，主要發生在何處？(A)大腸 (B)口腔 (C)小腸(D)胃
9. 以下敘述何者正確？(A)空熱量食物 (empty - calorie foods) 含較高的熱量及很低的營養成份 (B) 西方飲食型態常與心臟病、癌症或糖尿病無關 (C) 營養不良 (malnutrition) 乃指營養攝取過量 (D)牛奶屬於低營養密度 (low nutrient - dense) 食品
10. 下列有關營養素的敘述，何者有誤？(A) 礦物質與維生素可提供能量與調節生理機能 (B)蛋白質可建構修補組織與提供能量 (C) 脂肪可產生熱能 (D) 碳水化合物可提供能量
11. 下列哪一組的蛋白質品質最佳？(A) 米、綠豆(B) 黃豆(C) 動物膠 (gelatin) (D)膠原蛋白 (collagen)
12. 某些營養素攝取不足量時，會出現與健康有關的症狀，此營養素稱為：(A) 必需營養素 (essential nutrients) (B) 非必需營養素 (non - essential nutrients) (C) 營養補充劑 (nutritional supplements) (D) 強化劑 (fortifier)

13. 產能營養素 (energy - yielding nutrients) 包括下列何者？(A)元素與脂溶性維生素(B)礦物質、水 (C) 碳水化合物、蛋白質、脂肪 (D)維生素C、鉀
14. 以下血液中哪一種生化值上升有利心血管健康？(A)高密度脂蛋白膽固醇 (B) 低密度脂蛋白膽固醇 (C) 極低密度脂蛋白膽固醇 (D) 極低密度脂蛋白三酸甘油酯
15. 肥胖患者其罹患與肥胖相關疾病的危險性，隨著體重的降低而明顯為何？(A)降低 (B) 升高 (C) 不變 (D) 降低，也可能升高
16. 長期服用口服避孕藥的婦女，若有生產計劃時，應特別注意何種維生素的補充？(A)葉酸 (folate) (B) 生物素 (biotin) (C) 維生素A (D) 維生素D
17. 下列哪一營養素的不足與貧血發生較無關？(A)B2 (B)鐵 (C)蛋白質 (D) 葉酸
18. 洋蔥含有豐富的鐵，然而其利用量卻不高。乃因為其鐵的型態大多為何？(A)非血基質鐵 (non - heme iron)(B) 血基質鐵 (C) 血基質鐵(heme iron) (C) 鐵蛋白 (ferritin)(D) 肌紅蛋白 (myoglobin)
19. 下列有關維生素 B12 之敘述何者 為非？(A)肉食者容易缺乏 (B) 素食者容易缺乏 (C) 胃酸不足的老人容易缺乏 (D) 是會儲存在肝的水溶性維生素
20. 下列哪一個激素不參與代謝的調節？(A) 胰島素 (B) 副甲狀腺素(C) 糖皮質素 (D) 生長激素
21. 昇糖素 (glucagon) 除了可促進肝臟肝醣分解使血糖升高外，尚有何功能？(A) 刺激腎臟的水分再吸收刺激 (B) 刺激腦下垂體分泌生長激素(C) 刺激肌肉收縮 (D)脂肪分解
22. 哪些激素參與血液中的鈣離子濃度的調節？(A)降鈣素 (calcitonin) 與副甲狀腺素 (parathyroid hormone)(B) 降鈣素 (calcitonin) 與前列腺素(prostaglandin) (C) 降鈣素 (calcitonin) 與生長激素 (growth hormone) (D)副甲狀腺素 (parathyroid hormone) 與褪黑激素 (melatonin)
23. 下列何者為膚色的決定因子？(A) 腎上腺素 (B)血紅素 (C) 甲狀腺素 (D) 干擾素

24. 一杯脫脂牛奶的熱量為：(A) 80 kcal (B) 120 kcal (C) 60 kcal (D) 100 kcal
25. 含鉀量較多的水果為：(A) 水梨 (B) 水蜜桃 (C) 芒果 (D) 香蕉
26. 下列採購方法，何者具公開評比、公平競爭、防止徇私舞弊之優點，但耗時費事，手續繁複，故較不適用於緊急採購？(A) 招標採購 (B) 比價採購 (C) 報價採購 (D) 拍賣採購
27. 冷凍庫之最佳溫度應為：(A) -18°C 以下 (B) -3°C 以下 (C) 10°C 以下 (D) 0°C 以下
28. 團膳單位應該建立餐盒留驗制度，將當餐菜餚各抽存乙份，包覆密封，置於 5°C 以下，冷藏至少幾天，以備查驗？(A) 2 (B) 5 (C) 3 (D) 4
29. 驗收日表上一般包含那些項目？(A) 電話、貯存條件、販賣者 (B) 營養成分、重量、貯存地點 (C) 採購人員、日期、地址 (D) 供應品項、數量、價格
30. 為了徹底殺死肉類中的寄生蟲，不論火候大小，肉的中心溫度須達到多少 $^{\circ}\text{C}$ ？(A) 77 (B) 63 (C) 50 (D) 69
31. 下列團膳餐具的高溫消毒方式，何者之溫度可能未達 100°C ？(A) 熱水殺菌法 (B) 乾熱殺菌法 (C) 煮沸殺菌法 (D) 蒸氣殺菌法
32. 下列何者非良好之員工工作環境？(A) 相對濕度 20-30% (B) 溫度 $20-25^{\circ}\text{C}$ (C) 燈光 20-100 燭光 (D) 噪音 20-30 分貝
33. 驗收食材物料的最主要目的是：(A) 維持運達的貨品符合機構的要求 (B) 做到先進先出的原則 (C) 在最適切的 EP 成本下，保持最合適的存貨量 (D) 在正確的時間點使用到供應商所提供的服務
34. 公立學校的團膳在尋找合適的供應商時，其採購作業需依照下列何項法規辦理？(A) 中央採購法 (B) 共同投標辦法 (C) 政府採購法 (D) 公平交易法
35. 下列何者不是庫房貯藏設備管理要點？(A) 規劃在製備區內最安全 (B) 不同食材需分類存放 (C) 遵守 5S 管理理念 (D) 食材進貨要去紙箱
36. 最容易受到沙門氏菌污染的食品是：(A) 鮮蛋 (B) 蔬菜罐頭 (C) 穀類製品 (D) 海鮮類
37. 定期實施水質檢查是為了預防下列那一種細菌？(A) 腸炎弧菌 (B) 仙人掌桿菌 (C) 大腸桿菌 (D) 金黃色葡萄球菌

38. 餐飲人員應間隔多久接受定期健康檢查？(A) 每月一次(B) 每半年一次 (C) 每年一次(D) 每兩年一次
39. 依據食品衛生管理法餐飲從業人員健康檢查項目為？(A) 傷寒 (B)A型肝炎 (C)胸部 X 光 (D)以上皆是
40. 下列何者不是白米品質驗收的標準？(A) 風味 (B) 碾白度 (C) 外觀 (D) 夾雜物
41. 下列有關新鮮蛋的驗收特徵，何者錯誤？(A)蛋殼表面粗糙 (B) 氣室變小 (C) 蛋黃高度降低(D)放入比重 1.027 鹽水會下沉
42. 以下對菜單開立原則何者有誤？(A)食物分配應均衡，包含六大類食物 (B) 飲食內容應多樣化 (C)少油、少鹽、少糖的飲食原則；每日鹽攝取量應不超過 10-15g 為原則 (D)設計菜單時應注意顏色搭配
43. 團體膳食檢體留樣下列何者有誤？(A)採樣前請先洗手且專用器具先消毒。(B)需留樣 200 公克以上。(C)冷凍保存(D)檢體需存放 48 小時後才可丟棄。
44. 團膳食材驗收以下何者為非？(A) 外包裝完整且注意製造日期即可 (B) 液體蛋之包裝容器需密封完整，運送溫度 0-7°C (C)冷凍食品無冰晶產生 (D) 產品不得變質、變形、腐爛、發霉、發酵、異味。
45. 製作蛋糕通常是由下列何種麵粉所製成？(A) 特高筋麵粉(B) 中筋麵粉(C) 高筋麵粉(D)低筋麵粉。
46. 團體膳食控制成本不當的原因何者有誤？(A)菜單設計不良 (B)員工工作技巧太差 (C)採買規格不良 (D)顧客太會吃。
47. 避免蒸蛋產生坑洞的方法，下列何者為誤？(A)蛋液均勻用力攪拌 (B) 蛋液上的泡沫應去除(C) 可添加溫水，縮短烹調時間 (D) 小火蒸熟，凝固取出。
48. 下列何者非校園營養師的工作職責？(A)建立膳食計畫 (B)食物製備監督及供餐品質管控 (C)餐飲製備場所設備安全管理 (D)代訂教職員工食品
49. 下列何者非影響細菌生長條件？(A) Temperature (B) Acid (C) Moisture (D)Fat
50. 下列有關餐飲業衛生安全評鑑制度落實與管理精神之敘述何者錯誤？(A)提升廠商管理與合作之用途(B)源頭管理(C)衛生自主管理(D)產品責任保證。
51. 飲食內容可因季節改變而變化，請問下列何種膳食調查方法可以檢測因季節因素所引起的食物內容變化？(A) 飲食歷史法(diet history method) (B)

飲食記錄法 (food record) (C) 食物攝取頻率法 (food frequency questionnaires) (D) 24 小時回憶法 (24-hour recall)

52. 血糖控制不佳的第一型糖尿病常出現以下哪些併發症? (A) 呼吸有水果味 (B) 酸中毒 (C) 低血糖 (D) 以上皆是

53. 甲硫胺酸負荷試驗(methionine loading test)可用以評估何種營養素的營養狀況? (A) 甲硫胺酸(B) 葉酸(C) 蛋白質(D) 維生素 B6

54. 葉酸或維生素 B12 缺乏皆可能會導致巨球性貧血(macrocytic anemia),

下列何種試驗可用以診斷? (A) 尿液甲基丙二酸(methylmalonic acid)

排出量(B) 希林氏試驗(shilling test)(C) 血清維生素 B12 濃度

(D) 血清葉酸濃度

55. 何種飲食評估方法較不常用在大規模的營養調查? (A) 24 小時回憶法

(B) 飲食頻率問卷 (C) 3 天飲食紀錄法 (D) 食物盤存秤重法

56. 罹患代謝症候群(metabolic syndrome)的評估指標不包括下列何者?

(A) 血壓(B) 血漿葡萄糖值(C) 血漿膽固醇濃度(D) 體重

57. 有關體重過重個案觀看減重成功錄影帶之營養諮商理論是屬於:

(A) 個人中心治療法(person-centered therapy) (B) 理性情緒行為治療

法(rational emotional behavior therapy) (C) 行為治療法(behavioral

therapy) (D) 家庭治療(family therapy)

58. 與衛生、營養相關之國際機構不包括: (A) 世界衛生組織(WHO) (B) 食物

及農業組織(FAO) (C) 國際紅十字會 (D) 國際扶輪社

59. 97 年 1 月 1 日起,「市售包裝食品營養標示規範」規定食品之營養標示之標題包括熱量、蛋白質、碳水化合物、鈉、反式脂肪和下列何種營養素? (A) 飽和脂肪 (saturated fat) (B) 不飽和脂肪 (unsaturated fat) (C) 單元不飽和脂肪酸 (monounsaturated fatty acids) (D) 氫化脂肪酸 (hydrogenated fatty acids)

60. 今有一市售包裝食品宣稱「零」脂肪時，即該食品每 100 公克所含脂肪不得超過多少公克？(A) 0.5 (B)1.5 (C) 0 (D) 1
61. 近年國民營養調查數據顯示，兒童、青少年和成人肥胖日漸增加，目前行政院衛生署訂定「成人肥胖定義及處理原則」乃使用身體質量指數和下列何項指標作為篩選？(A) 腰圍 (B) 體脂肪 (C) 腰臀比 (D) 皮脂厚度
62. SWOT 為社區營養計畫擬定執行前的行銷原則分析方法之一，請問“O”是：(A) Objectives (B) Opportunities (C) Outcomes (D) Operations
63. 為了保障國民食的安全與提升國民健康，行政院衛生署、行政院環境保護署與行政院農業委員會最近跨部會合作提出「從農場到餐桌的食物鏈」皆可受到檢驗，此政策稱為：(A) 農藥殘留(B) 綠色消費 (C) 產銷履歷(D) 環境防治
64. 依據世界衛生組織的建議，初生嬰兒最好的食物為母乳，且建議母乳哺餵最好持續：(A)3 個月 (B) 12 個月 (C) 6 個月 (D) 9 個月
65. 美國國家膽固醇教育計畫 (National Cholesterol Educational Program) 發展一套「評估未來十年罹患心血管疾病的指標」，這些指標包括年齡、總膽固醇、高密度脂蛋白膽固醇、收縮壓和下列那一個指標？(A) 抽菸 (B) 酗酒 (C) 運動 (D) 生活習慣
66. 根據學校衛生法，一所學校超過幾班必須設置營養師一名？(A)30 (B)40 (C)50 (D)60
67. 政府推行「彩虹蔬果 579」以下敘述何者為是？(A)男性蔬菜 5 份，水果 4 份 (B) 女性蔬菜 4 份，水果 5 份 (C)兒童蔬菜 2 份，水果 3 份 (D)老人蔬菜 4 份，水果 5 份
68. 根據食品衛生安全管理法，食品標示內容應包含以下何者為非？(A)內容物名稱及重量 (B) 經科學證實有醫療效能 (C) 食品添加物名稱 (D) 有效日期。
69. 一歲以前嬰兒應避免吃蜂蜜的原因為何？(A) 純醣類沒有營養價值 (B) 容易過敏 (C) 防止蛀牙產生 (D)避免肉毒桿菌食品中毒
70. 以下是郵寄問卷的優點，除了(A) 具隱私性 (B)回收高 (C)無訪談偏差 (D) 不受地域限制。
- 71 根據教育部訂定學校餐廳廚房員工生消費合作社衛生管理辦法」第十三條第三項，下列敘述何者有誤？(A)飲品及點心食品一份供應量之熱量應在 250

大卡以下 (B)脂肪所提供之熱量應在 30%以下(C)添加糖類所提供之熱量應在 20 以下 (D) 鈉含量應在 400 毫克以下

72. 行政院衛生署公佈之「市售包裝食品營養標示規範」所定每日營養素基準值中，脂肪的基準值為？(A)45 (B)55 (C)60 (D) 65
73. 97 年發生大陸不肖廠商嬰兒奶粉添加三聚氰胺的目的為何？(A)避免奶粉受潮 (B) 增加風味 (C)提高氮含量通過檢測 (D) 預防奶粉酸敗
74. 行政院衛生署於 99 年 1 月 1 日起正式實施「散裝食品標示」新制；販賣店面的散裝食品必須清楚標示下列何者？(A) 有效日期 (B)製造日期 (C) 品名與原產地 (國) (D)地址
75. 傳統鹼粽製作常會添加違法添加物「硼砂」，目前政府宣導代替硼砂的合法添加物為何？(A)去水醋酸 (B)三偏磷酸鈉 (C) 己二烯酸 (D) 海藻膠。
76. 食品標示之敘述，下列何者不符合現行法規規定？(A) 內容物二種或二種以上時，是由含量高至低標示 (B) 重量、容量應以公制單位標示 (c)液汁與固形物混合者，應分別標明內容量及固形量 (D)地址可用郵政信箱
77. 下列那項不是優良農產品認明標章 (CAS) 之特色？(A) 可以國內、外優良農水畜產為主原料(B) 品質及成分規格合乎中國國家標準(CNS)(C) 衛生條件符合《食品衛生管理法》(D)包裝完整，標示誠實明確
78. 行政院衛生署公告認定之保健功效，不包括下列那項？(A)抗癌 (B) 牙齒保健 (C)調節血糖 (D)調整血脂
79. 下列食品中，何者較容易發生肉毒桿菌中毒？(A)肉醬罐頭(B)速食麵(C)鳳梨汁 (D) 泡菜
80. 下列有關腸炎弧菌 (*rio parahaemolyticus*)，何者錯誤？(A)常發生於蛋類製品中 (B) 中毒時會有嘔吐、發燒、下痢症狀 (C) 最適生長溫度 37℃，冬天較少發生中毒 (D) 嗜鹽性
81. 馬鈴薯長期保存時會發芽，而生成有毒物質為：(A) Cycasin (B) Phytic acid (C) Isoflavones (D) Solanine
82. 下列何者為非法之漂白劑？(A)吊白塊(B)亞硫酸鈉(C) 亞硝酸鈉 (D)硫酸鈣
83. 在日本被稱為油症(Yusho)中毒事件是因下列何者所致？(A)聚氯乙烯 (B) 鎘 (C)有機汞 (D)多氯聯苯

84. 列關於傳統衛生管理與 HACCP 制度的比較，何者最不正確？(A)傳統衛生管理可以有效防止微生物污染造成之食物中毒 (B)傳統衛生管理是以最終產品檢驗為主的管理方式，HACCP 著重於危害的事前預防 (C)傳統衛生管理必須花費相當長的時間與龐大人力、費用 (D)各國認同 HACCP 制度確保食品安全的成效
85. 市售速食麵，可以添加下列何種食品添加物？(A)二丁基-羥基甲苯 (dibutyl-hydroxytoluene; BHT) (B) 聯苯 (biphenyl) (C) 己二烯酸 (sorbic acid) (D) 苯甲酸 (benzoic acid)
86. 下列寄生蟲中，何者常於未煮熟之豬肉中發現？(A) 無鈎條蟲 (B) 旋毛蟲 (Trichinella spiralis) (C) 蛔蟲 (Ascaris lumbricoides) (D) 蟯蟲 (Enterobius vermicularis)
87. 油炸馬鈴薯過久易造成何種致癌物質產生？(A) Yellow rice mycotoxin (B) Benzoic acid (C) Cycasin (D) Acrylamide
88. 列關於黃麴毒素的敘述，何者不正確？(A) 花生等穀物易遭受污染 (B) 不易受高溫破壞 (C)是一種由細菌產生的毒素 (D)會影響人體的肝臟
89. 人工洗滌法常使用“三槽式”洗滌法之敘述，何者錯誤？(A)消毒：可利用 80 °C 熱水或 100 ppm 氯水浸 2 分鐘 (B)清洗：水溫 43~49 °C，可利用刷子輔助清潔 (C)沖洗：利用乾淨溫水，將洗潔劑沖洗掉 (D)洗淨餐具不可用毛巾擦乾，可靜置乾燥
90. 下列消毒劑，何者常為食品工廠或食品調理場所使用？(A) 次氯酸鈉 (B) 亞硫酸鹽 (C) 亞硝酸鉀 (D) 聚合磷酸鹽
91. 行政院衛生署食品良好衛生規範中，規定工作檯面或調理檯面之照明設施應保持多少燭光以上？(A) 二百米 (B) 一百米 (C) 五十米 (D) 沒有法條規定
92. 下列食品業者常用餐具殺菌方法之敘述，何者錯誤？(A) 氯液殺菌法：氯液之餘氯不得低於 300 ppm，浸漬 2 分鐘以上 (B) 熱水殺菌法：80 °C 以上熱水，2 分鐘以上 (C) 乾熱殺菌法：110 °C，30 分鐘以上 (D) 蒸汽殺菌法：100 °C 蒸汽，2 分鐘以上
93. 醬油如經鹽酸分解會形成三氯丙二醇 (3-MCPD)，我國醬油衛生標準自 92 年 1 月 1 日起，3-MCPD 限量標準為：(A) 0.1 ppm (B) 5 ppm (C) 10 ppm (D) 100 ppm

94. 下列物質中，何者為非法食品添加物？(A)孔雀綠 (B)硝酸鉀 (C)苯甲酸 (D)己二烯酸
95. 受傷傷口容易有哪一種細菌引起的食物中毒(A) Poliovirus hominis (B) Shigella dysenteriae (C) Salmonella (D)Staphylococcus aureus
96. 以下何者非食品衛生安全管制系統之線上監測方法(A)中心溫度(B)金屬探測(C)ATP 冷光反應(D)冷存
97. 餐盒食品工廠應符合「食品安全管制系統」是依據食品衛生安全管理法第幾條規定(A)10(B)20(C)25(D)30
98. 下列何種食品中毒患者需要施打抗生素？(A) Vibrio parahaemolyticus (B)Shigella dysenteriae (C) Salmonella (D)Staphylococcus aureus
99. 食品中毒的預防方法以下何者為非？(A)清洗 (B)加熱 (C)冷凍(D)避免二次污染
100. 食品衛生管理法中有關中餐烹調技術士證持證比例在承攬學校餐飲之餐飲業為多少？(A)50% (B)60% (C)70% (D)80%

桃園縣 99 年度學校護理人員暨營養師聯合甄選試題解答

1. (C) 2. (A) 3. (D) 4. (A) 5. (B) 6. (A) 7. (A) 8. (C) 9. (A) 10. (A) 11. (B) 12. (A)
13. (C) 14. (A) 15. (A) 16. (A) 17. (A) 18. (A) 19. (A) 20. (B) 21. (D) 22. (A) 23. (B)
24. (A) 25. (D) 26. (A) 27. (A) 28. (A) 29. (D) 30. (A) 31. (A) 32. (C) 33. (A) 34. (C)
35. (A) 36. (A) 37. (C) 38. (C) 39. (D) 40. (A) 41. (C) 42. (C) 43. (C) 44. (A) 45. (D)
46. (D) 47. (A) 48. (D) 49. (D) 50. (A) 51. (A) 52. (D) 53. (A) 54. (A) 55. (C) 56. (D)
57. (C) 58. (D) 59. (A) 60. (A) 61. (A) 62. (B) 63. (C) 64. (C) 65. (A) 66. (B) 67. (A)
68. (B) 69. (D) 70. (B) 71. (C) 72. (B) 73. (C) 74. (C) 75. (B) 76. (D) 77. (A)
78. (A) 79. (A) 80. (A) 81. (D) 82. (A) 83. (D) 84. (A) 85. (A) 86. (B) 87. (D) 88. (C)
89. (A) 90. (A) 91. (A) 92. (A) 93. (A) 94. (A) 95. (D) 96. (D) 97. (B) 98. (C) 99. (C)
100. (C)