

## TESTE

1. Pentru avitaminoza A nu este caracteristic:
  - A. hipercheratoza și cianoza tegumentelor
  - B. fisuri angulare dureroase ale gurii
  - C. dereglarea văzului la întuneric
  - D. fragilitatea unghiilor
  - E. căderea părului
2. Factorii favorabili menținerii vitaminei C în produsele alimentare la păstrarea și prelucrarea lor culinară:
  - A. mediul alcalin
  - B. mediul acid
  - C. oxigenul
  - D. sărurile metalelor grele
  - E. temperaturile ridicate
3. Produs alimentar, sursă de retinol:
  - A. morcovul
  - B. cașcavalul
  - C. tomatele
  - D. ardeii dulci
  - E. ceapa verde
4. Măsuri de prim ajutor în caz de botulism:
  - A. administrarea antipireticelor
  - B. administrarea laxativelor
  - C. administrarea serului antibotulinic polivalent
  - D. spălături gastrice
  - E. administrarea antibioticelor
5. Amanitină conțin (e):
  - A. ierburile sălbatice
  - B. mazărea verde
  - C. ciupercile otrăvitoare
  - D. cartoful încolțit
  - E. semințele fructelor
6. Toxicoză stafilococică este cauzată adesea de:
  - A. ghiveciurile din legume
  - B. conservele din carne
  - C. conservele din pește
  - D. ouăle de rață, de găscă
  - E. produsele lactate
7. În profilaxia intoxicațiilor alimentare primordiale este:
  - A. păstrarea incorectă a produselor alimentare
  - B. nerespectarea termenelor de păstrare și realizare a produselor alimentare
  - C. nerespectarea igienei individuale de către personalul blocului alimentar
  - D. preîntâmpinarea contaminării produselor alimentare
  - E. prepararea culinară incorectă a produselor alimentare
8. Aciditatea laptelui se exprimă în:
  - A. mililitri de soluție alcalină la titrarea probei de lapte
  - B. grade de aciditate
  - C. grade Turner
  - D. mililitri de soluție acidă la titrarea probei de lapte
  - E. grade Celsius

9. Indice de apreciere a calității laptelui după STAS este:
- A. proprietățile organoleptice
  - B. cantitatea de proteine
  - C. cantitatea de vitamine
  - D. cantitatea de glucide
  - E. cantitatea de săruri minerale
10. Rația curativ-profilactică pentru cei expuși la plumb va include:
- A. lapte degresat
  - B. brânză de vaci
  - C. alimente bogate în pectină
  - D. produse acidolactice
  - E. ouă
11. Laptele se pasteurizează prin:
- A. încălzire la temperatură înaltă ( $+80^{\circ}\text{C}$ ), cu scopul de a distruge flora microbiană vegetativă
  - B. încălzire la temperatură înaltă ( $100^{\circ}\text{C}$ ), cu scopul de a distruge flora microbiană sporulată
  - C. încălzire la temperatură înaltă ( $100^{\circ}\text{C}$ ), cu scopul de a distruge virusurile
  - D. încălzire la temperatură înaltă ( $100^{\circ}\text{C}$ ), cu scopul de a distruge flora microbiană vegetativă și sporulată
  - E. temperatură scăzută
12. Aciditatea laptelui proaspăt este de:
- A.  $15^{\circ}\text{T}$
  - B.  $20^{\circ}\text{T}$
  - C.  $25^{\circ}\text{T}$
  - D.  $30^{\circ}\text{T}$
  - E.  $35^{\circ}\text{T}$
13. Conținutul de proteine al cărnii de vită este de:
- A. 14–16%
  - B. 25–30%
  - C. 30–35%
  - D. 35–45%
  - E. 45–50%
14. Cauzele hipovitaminozei C în perioada iarnă–primăvară sunt:
- A. scade rezistența organismului
  - B. conținutul redus de vitamine în produsele alimentare
  - C. crește radiația ultravioletă
  - D. temperatura scăzută a aerului
  - E. presiunea atmosferică scăzută
15. Necesarul diurn de vitamina C pentru un adult este de:
- A. 10–20 mg
  - B. 20–50 mg
  - C. 50–70 mg
  - D. 70–100 mg
  - E. 120–140 mg
16. Organismul uman își face rezerve de vitamina A:
- A. în ficat
  - B. în intestine
  - C. în țesutul adipos
  - D. în oase
  - E. nu-și face

17. Consecințe ale hipervitaminozei A nu sunt:
- A. cefaleea
  - B. anorexia
  - C. căderea părului
  - D. fragilitatea oaselor
  - E. keratoconjunctivita
18. Indicatori ai calității pâinii nu sunt (după STAS):
- A. proprietățile organoleptice
  - B. procentul de glucide
  - C. umiditatea
  - D. aciditatea
  - E. porozitatea
19. Influența laptelui asupra acidității gastrice:
- A. o sporește
  - B. nu o influențează
  - C. o reduce
  - D. o ameliorează
  - E. determină asimilarea proteinelor
20. Indicii de apreciere a prospețimii laptelui sunt:
- A. densitatea
  - B. aciditatea
  - C. cantitatea de grăsimi
  - D. proba la amidon
  - E. proba la pasteurizare
21. Cheltuieli de energie reglabile sunt cele din:
- A. metabolismul bazal
  - B. eforturile musculare
  - C. acțiunea dinamică specifică a alimentelor
  - D. menținerea temperaturii corpului
  - E. eliminarea produselor catabolice
22. Numiți intoxicația alimentară cu cea mai scurtă perioadă de incubație:
- A. botulismul
  - B. intoxicația cu ciuperci otrăvitoare
  - C. intoxicațiile stafilococice
  - D. toxiinfecțiile bacteriene
  - E. micotoxicozele
23. De cele mai multe ori, ouăle pot fi cauză a:
- A. toxicozei stafilococice
  - B. botulismului
  - C. salmonelozei
  - D. febrei tifoide
  - E. aflotoxicozei
24. Pentru intoxicațiile alimentare nu este caracteristic:
- A. apar subit
  - B. au o oarecare perioadă de incubație
  - C. sunt patologii necontagioase
  - D. sunt patologii contagioase
  - E. se prezintă ca afecțiune în masă
25. Numiți afirmațiile corecte referitor la vitamina D:
- A. reglează metabolismul calciului
  - B. ia parte la metabolismul glucidic
  - C. reglează metabolismul fosforului

- D. stimulează creșterea organismului copiilor
  - E. reglează acțiunea dinamică specifică a alimentelor
26. O cantitate mai mare de energie necesită digestia:
- A. proteinelor
  - B. lipidelor
  - C. glucidelor
  - D. o alimentație mixtă
  - E. o alimentație rațională
27. Ținându-se seama de „Normativele consumului de energie și cantitatea necesară de substanțe nutritive”, populația adultă este repartizată în:
- A. două grupuri
  - B. trei grupuri
  - C. patru grupuri
  - D. cinci grupuri
  - E. șase grupuri
28. După „Normativele consumului de energie și cantitatea necesară de alimente” chirurgii se referă la grupul:
- A. unu
  - B. doi
  - C. trei
  - D. patru
  - E. cinci
29. Pentru avitaminoza A este caracteristic:
- A. hiperkeratoza și cianoza tegumentelor
  - B. fisuri unghiare dureroase ale gurii
  - C. dereglarea văzului în întuneric
  - D. fragilitatea unghiilor
  - E. căderea părului
30. Consecințele hipervitaminozei D sunt:
- A. diareea
  - B. cefaleea
  - C. rahitismul
  - D. osteoporoza
  - E. depunerile de calciu în țesuturi
31. Factorii nefavorabili pentru păstrarea vitaminei C în produsele alimentare sunt:
- A. mediul alcalin
  - B. mediul acid
  - C. oxigenul
  - D. sărurile metalelor grele
  - E. temperaturile ridicate
32. Manifestări ale hipovitaminozei severe PP sunt:
- A. convulsiile
  - B. dermatitele
  - C. diareea
  - D. demența
  - E. cefaleea
33. Pentru hipovitaminoza PP nu este caracteristic:
- A. convulsii
  - B. dermatite
  - C. diaree
  - D. demență

- E. cefalee
34. Produse alimentare – surse de vitamina B<sub>1</sub> sunt:
- A. orezul decorticat
  - B. pâinea coaptă din făină de calitate inferioară, de seară
  - C. cerealele
  - D. drojdia de bere
  - E. leguminoasele uscate
35. Vitaminele liposolubile ale laptelui sunt:
- A. B<sub>6</sub>
  - B. A
  - C. D
  - D. F
  - E. E
36. Toxiinfecția alimentară agentul patogen al căreia este E. coli este determinată de:
- A. germenii vii pătrunși odată cu alimentele în cantități mari, acțiunea endotoxinelor ce se formează la distrugerea lor
  - B. acțiunea exotoxinelor pătrunse odată cu alimentele
  - C. nerespectarea normelor igienice la transportarea, păstrarea și realizarea produselor
  - D. înmulțirea germenilor vii pătrunși odată cu alimentele
  - E. alimentele insalubre
37. Amanitină nu conține (e):
- A. ierburile sălbatice
  - B. mazărea verde
  - C. ciupercile otrăvitoare
  - D. cartoful încolțit
  - E. semințele fructelor
38. Rolul biologic al glucidelor nedigerabile:
- A. modifică timpul de tranzit intestinal (îl măresc sau îl încetinesc)
  - B. leagă cationi metalici
  - C. absorb sau înglobează substanțele organice, produșii de secreție și descompunere ai tubului digestiv, microorganismele
  - D. excesul poate favoriza sau agrava afecțiunile inflamatorii ale tubului digestiv
  - E. sunt surse de energie
39. Importanța biologică a colesterolului:
- A. este precursor al bilei
  - B. este precursor al ergocalciferolului
  - C. este parte componentă a celulelor nervoase
  - D. intră în structura vaselor sangvine
  - E. intră în structura mușchilor striati
40. Nu sunt indici de apreciere a calității laptelui (după STAS):
- A. proprietățile organoleptice
  - B. cantitatea de proteine
  - C. cantitatea de vitamine
  - D. cantitatea de glucide
  - E. cantitatea de săruri minerale
41. Numiți alimentele care nu sunt furnizoare de proteine biologic superioare:
- A. pâinea
  - B. laptele
  - C. legumele
  - D. peștele
  - E. carnea
42. Valoarea nutritivă a produselor alimentare se va aprecia după:

- A. conținutul de proteine, lipide, glucide
  - B. proprietățile organoleptice
  - C. conținutul de vitamine
  - D. inofensivitate
  - E. conținutul de săruri minerale
43. Valoarea nutritivă a produselor alimentare nu e determinată de:
- A. conținutul de proteine, lipide, glucide
  - B. proprietățile organoleptice
  - C. conținutul de vitamine
  - D. inofensivitate
  - E. conținutul de săruri minerale
44. Valoarea nutritivă a fructelor și legumelor e determinată de:
- A. conținutul sporit de proteine
  - B. proprietățile organoleptice satisfăcătoare
  - C. conținutul de săruri minerale
  - D. conținutul de vitamine
  - E. conținutul de lipide
45. O alimentație echilibrată presupune:
- A. valoarea energetică necesară rației alimentare, asigurată de consumul adecvat al proteinelor, lipidelor și glucidelor
  - B. corespunderea componenței alimentelor cu capacitatea fermentativă a organismului
  - C. raportul optim dintre substanțele nutritive și substanțele biologice active
  - D. regimul optim de alimentare
  - E. alimente calitative
46. Alimentația individuală poate fi apreciată după indicii:
- A. masa reală corespunde cu cea ideală
  - B. consumul de energie corespunde cu caloriile rației alimentare
  - C. cantitatea absolută și raportul dintre trofine și substanțele biologice active din rația alimentară
  - D. calitatea produselor din rația alimentară
  - E. regimul alimentației
47. Alimentația individuală nu se apreciază după indicii:
- A. masa reală corespunde cu cea ideală
  - B. consumul de energie corespunde cu caloriile rației alimentare
  - C. cantitatea absolută și raportul dintre trofine și substanțele biologice active din rația alimentară
  - D. calitatea produselor din rația alimentară
  - E. regimul alimentației
48. Celor expuși la plumb nu li se va administra ca rație curativ-profilactică:
- A. lapte degresat
  - B. brânză de vaci
  - C. alimente bogate în pectină
  - D. produse acidolactice
  - E. ouă
49. Vitamine hidrosolubile sunt:
- A. C, P
  - B. B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>
  - C. B<sub>15</sub>, B<sub>4</sub>, B<sub>8</sub>
  - D. A
  - E. D
50. Nu sunt hidrosolubile vitaminele:
- A. C, P

- B. B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>
  - C. B<sub>15</sub>, B<sub>4</sub>, B<sub>8</sub>
  - D. A
  - E. D
51. Rolul biologic al vitaminei B<sub>1</sub>:
- A. implicată în metabolismul glucidelor
  - B. implicată în metabolismul proteinelor
  - C. implicată în metabolismul lipidelor
  - D. reglează sinteza acidului arahidonic
  - E. implicată în metabolismul sărurilor minerale
52. Consecințele carenței vitaminei D:
- A. ciroza ficatului
  - B. rahitismul la copii
  - C. hipotonia musculară
  - D. osteomalacia
  - E. hipercalcemia
53. Surse alimentare de vitamina A (retinol) nu sunt:
- A. morcovii
  - B. untul
  - C. fructele
  - D. ceapa verde
  - E. ardeii dulci
54. Rolul biologic al vitaminei A:
- A. influențează creșterea organismului
  - B. normalizează dezvoltarea epitelului
  - C. intră în structura pigmentilor retinieni
  - D. influențează sinteza lipidelor
  - E. influențează sinteza glucidelor
55. Rolul biologic al vitaminei C:
- A. mărește rezistența organismului
  - B. ia parte la sinteza fibrelor de colagen
  - C. ia parte la reacțiile de oxidoreducere
  - D. contribuie la sinteza glucidelor
  - E. contribuie la sinteza aminoacizilor
56. Valoarea nutritivă a brânzei de vaci este determinată de:
- A. asimilarea bună
  - B. conținutul de proteine și grăsimi cu o înaltă valoare biologică
  - C. conținutul sporit de vitamina C
  - D. conținutul sporit de calciu
  - E. proprietățile organoleptice
57. Numiți proteinele laptelui:
- A. cazeina
  - B. lactoalbumina
  - C. vitelina
  - D. lactoglobulina
  - E. lecitina
58. Nu sunt proteine ale laptelui:
- A. cazeina
  - B. lactoalbumina
  - C. vitelina
  - D. lactoglobulina
  - E. lecitina

59. Calitatea pâinii se determină conform următorilor indici, cu excepția:
- A. proprietăți organoleptice
  - B. porozitate
  - C. permeabilitate pentru apă
  - D. alcalinitate
  - E. aciditate
60. Valoarea biologică a proteinelor depinde de:
- A. conținutul fosfoproteinelor
  - B. diversitatea aminoacizilor
  - C. conținutul aminoacizilor esențiali
  - D. raportul dintre aminoacizii esențiali și neesențiali
  - E. conținutul calciului
61. Valoarea biologică a lipidelor de origine vegetală include:
- A. asimilare bună
  - B. valoare energetică mare
  - C. proprietăți organoleptice satisfăcătoare
  - D. conținut mare de vitamine A și D
  - E. conținut de acizi grași nesaturați
62. Valoarea nutritivă a cartofului e determinată de:
- A. conținutul sporit de glucide
  - B. conținutul de proteine complete (după conținutul aminoacizilor)
  - C. asimilarea bună
  - D. conținutul sporit de potasiu
  - E. conținutul de vitamina C
63. Fibre alimentare conțin produsele:
- A. crupele de porumb
  - B. cartofii
  - C. crupele de griș
  - D. crupele de ovăz
  - E. crupele de hrișcă
64. Nu sunt surse de fibre alimentare produsele:
- A. crupele de porumb
  - B. cartofii
  - C. crupele de griș
  - D. crupele de ovăz
  - E. crupele de hrișcă
65. La calcularea necesității de energie și trofine se va ține seama de:
- A. gradul efortului fizic
  - B. masa ideală a corpului
  - C. vârstă, sex
  - D. metabolismul bazal
  - E. regimul alimentar
66. Toxiinfecția bacteriană este determinată de:
- A. înmulțirea microbilor pătrunși în organism odată cu alimentele
  - B. acțiunea exotoxinelor pătrunse cu alimentele
  - C. pătrunderea în organism a germenilor în cantități enorme (cu alimentele)
  - D. consumarea alimentelor cu termenul de întrebuințare expirat
  - E. particularitățile fizice ale alimentelor contaminate
67. Pentru toxiinfecția alimentară este caracteristic:
- A. debut acut



- B. manifestare epidemică
  - C. contagiozitate
  - D. boala este determinată de consumul alimentelor
  - E. manifestare tardivă
68. Toxicoze alimentare bacteriene sunt:
- A. afecțiunea stafilococică
  - B. afecțiunea streptococică
  - C. botulismul
  - D. salmoneloza
  - E. fuzarioza
69. Toxicoze alimentare bacteriene nu sunt:
- A. afecțiunea stafilococică
  - B. afecțiunea streptococică
  - C. botulismul
  - D. salmoneloza
  - E. fuzarioza
70. Proprietăți caracteristice ale enterotoxinei stafilococice sunt:
- A. rezistă la fierbere
  - B. se distruge la  $t^{\circ} +80^{\circ}\text{C}$
  - C. rezistă la înghețare
  - D. mediul alcalin este favorabil
  - E. mediul acid este favorabil
71. Enterotoxina stafilococică nu se caracterizează prin:
- A. rezistă la fierbere
  - B. se distruge la  $t^{\circ} +80^{\circ}\text{C}$
  - C. rezistă la înghețare
  - D. mediul alcalin este favorabil
  - E. mediul acid este favorabil
72. Actualmente, botulismul este cauzat mai frecvent de:
- A. jamboane
  - B. pește roșu
  - C. semifabricate din carne
  - D. conserve pregătite în condiții casnice
  - E. produse ușor alterabile procurate din locuri neamenajate, interzise
73. Rolul biologic al vitaminei  $D_3$ :
- A. reglează metabolismul calciului și fosforului
  - B. reglează metabolismul glucidelor
  - C. stimulează creșterea și dezvoltarea fizică
  - D. vitamină antirahitică
  - E. este un antioxidant
74. Consecințe ale hipervitaminozei A sunt:
- A. cefaleea
  - B. anorexia
  - C. căderea părului
  - D. fragilitatea oaselor
  - E. keratoconjunctivita
75. Rolul biologic al vitaminei  $B_2$ :
- A. reglează hematopoieza
  - B. reglează respirația tisulară
  - C. este parte componentă a enzimelor implicate în reacțiile de oxidoreducere
  - D. este implicată în metabolismul proteinelor
  - E. contribuie la sinteza colagenului

76. Indicii după care se determină calitatea pâinii (STAS):
- A. proprietățile organoleptice
  - B. aciditatea
  - C. porozitatea
  - D. umiditatea
  - E. lipidele
77. Valoarea nutritivă a produselor acidolactice e determinată de:
- A. o bună asimilare
  - B. conținutul sporit de vitamina C
  - C. conținutul de calciu
  - D. conținutul de vitamine din grupa B
  - E. conținutul de fosfor
78. Carnea și derivatele ei sunt surse de:
- A. calciu
  - B. potasiu
  - C. fier
  - D. fosfor
  - E. magneziu
79. Calitatea cărnii se determină după următorii indici, cu excepția:
- A. organoleptici
  - B. bacteriologici
  - C. chimici
  - D. aciditate
  - E. porozitate
80. Insuficiența fibrelor alimentare poate provoca:
- A. ateroscleroza
  - B. hemeralopia
  - C. boala Kwashiorkor
  - D. cancerul intestinului gros
  - E. obezitatea
81. Rolul acizilor grași polinesaturați este:
- A. reduc nivelul colesterolului în sânge
  - B. stimulează activitatea unor enzime
  - C. măresc nivelul colesterolului în sânge
  - D. intră în structura lipidelor de construcție
  - E. împreună cu colesterolul formează esteri
82. Masa corporală influențează metabolismul bazal:
- A. surplusul de masă accelerează metabolismul bazal
  - B. surplusul de masă încetinește metabolismul bazal
  - C. metabolismul bazal se accelerează la persoanele cu musculatura bine dezvoltată
  - D. metabolismul bazal se accelerează la persoanele slabe
  - E. nu influențează
83. Micotoxicozele sunt cauzate de:
- A. *B. perfringens*
  - B. *Claviceps purpurea*
  - C. *Rhizopus*
  - D. *Aspergillus flavus*
  - E. *Cl. botulinum*
84. Micotoxicozele nu pot fi cauzate de:
- A. *B. perfringens*
  - B. *Claviceps purpurea*
  - C. *Rhizopus*

- D. *Aspergillus flavus*
  - E. *Cl. botulinum*
85. Germeni patogeni – agenți ai toxiinfecțiilor sunt:
- A. stafilococul enterotoxigen
  - B. *Cl. perfringens*
  - C. *E. coli*
  - D. Salmonellele
  - E. *Cl. botulinum*
86. Toxiinfecțiile alimentare nu sunt cauzate de:
- A. Stafilococul enterotoxigen
  - B. *Cl. perfringens*
  - C. *coli*
  - D. salmonellele
  - E. *Cl. botulinum*
87. Pentru botulism este caracteristic:
- A. boala apare mai frecvent în urma consumului produselor de patiserie (prăjituri, torturi)
  - B. simptomatic, deosebit diplopie, nistagm, dereglarea actului de deglutiție
  - C. temperatura corpului normală sau o hipotermie ușoară
  - D. vomă violentă
  - E. temperatura corpului crescută
88. Pentru botulism nu este caracteristic:
- A. deseori, boala apare în urma consumului produselor de patiserie (prăjituri, torturi)
  - B. simptomatic, deosebit diplopie, nistagm, dereglarea actului de deglutiție
  - C. temperatura corpului normală sau o hipotermie ușoară
  - D. vomă violentă
  - E. temperatura corpului crescută
89. Semiotica intoxicației stafilococice:
- A. temperatura corpului crește brusc
  - B. grețuri, vomă, dureri acute în epigastru
  - C. temperatura corpului normală
  - D. diaree extenuantă
  - E. constipații
90. Pentru toxicoza stafilococică nu este caracteristic:
- A. temperatura corpului crește brusc
  - B. grețuri, vomă, dureri acute în epigastru
  - C. temperatura corpului normală
  - D. diaree extenuantă
  - E. constipații
91. Măsuri generale de profilaxie a intoxicațiilor alimentare bacteriene:
- A. prevenirea pătrunderii germenilor patogeni în produsele alimentare
  - B. prevenirea înmulțirii germenilor patogeni în produsele alimentare ( $t^{\circ}$ , termenul de întrebuințare etc.)
  - C. distrugerea germenilor patogeni în timpul preparării culinare
  - D. imunizarea populației
  - E. reducerea consumului bucatelor din carne
92. Particularitățile intoxicațiilor alimentare:
- A. apar subit
  - B. au o oarecare perioadă de incubație
  - C. sunt patologii necontagioase
  - D. sunt patologii contagioase

- E. se prezintă ca afecțiuni în masă
93. Perioada anului în care hipovitaminoza C se manifestă mai frecvent:
- A. vara
  - B. toamna
  - C. iarna
  - D. primăvara
  - E. permanent
94. Pâinea este sursă de:
- A. lipide
  - B. proteine
  - C. glucide
  - D. vitamine liposolubile
  - E. vitamine hidrosolubile
95. Pâinea nu este sursă de:
- A. lipide
  - B. proteine
  - C. glucide
  - D. vitamine liposolubile
  - E. vitamine hidrosolubile
96. Vitamine liposolubile sunt:
- A. retinolul
  - B. tiamina
  - C. piridoxina
  - D. tocoferolii
  - E. acidul ascorbic
97. Produse furnizoare de vitamina C sunt:
- A. cartofii
  - B. morcovul
  - C. varza
  - D. ceapa
  - E. citricele
98. Într-o alimentație rațională se va ține cont de:
- A. greutatea corpului
  - B. vârstă
  - C. condițiile climaterice
  - D. sex
  - E. apetit
99. Importanța biologică a acizilor grași polienici:
- A. influențează metabolismul glucidic
  - B. înlesnesc eliminarea colesterolului din organism
  - C. influențează metabolismul vitaminelor hidrosolubile
  - D. favorizează procesele de oxidare a acizilor grași saturați
  - E. favorizează metabolismul sărurilor de Ca și P
100. Produse furnizoare de glucide:
- A. fructele și legumele
  - B. carnea și derivatele ei
  - C. laptele și derivatele lui
  - D. produsele graminee
  - E. zahărul și produsele zaharoase
101. Produse furnizoare de proteine cu valoare biologică înaltă:
- A. pâinea

- B. carnea și derivatele ei
  - C. laptele și produsele lactate
  - D. fructele și legumele
  - E. ouăle
102. Produse furnizoare de glucide nedigerabile (fibre alimentare):
- A. fructele
  - B. legumele
  - C. carnea
  - D. pâinea albă
  - E. pâinea neagră
103. Patologiile alimentare (clasificarea FAO/OMS) sunt cauzate de:
- A. hiperalimentație
  - B. subalimentație
  - C. insuficiența unuia sau a mai multor trofine
  - D. intoxicațiile alimentare
  - E. nerespectarea regimului alimentar
104. Fructele sunt surse de:
- A. vitamine hidrosolubile
  - B. lipide
  - C. microelemente
  - D. săruri minerale
  - E. glucide
105. Toxiinfecțiile alimentare bacteriene nu sunt provocate de:
- A. E. coli
  - B. Cl. botulinum
  - C. solanină
  - D. amigdalină
  - E. Cl. perfringens
106. Indici ai integrității laptelui sunt:
- A. densitatea
  - B. conținutul de proteine
  - C. conținutul de lipide
  - D. aciditatea
  - E. conținutul sărurilor minerale
107. Produse furnizoare de caroten sunt:
- A. carnea
  - B. ardeii grași
  - C. frișca
  - D. fructele de măceș
  - E. spanacul
108. Pentru hipervitaminoza A nu e caracteristic:
- A. cefalee
  - B. tulburări ale somnului
  - C. dureri în oase
  - D. hipertensiune arterială
  - E. dereglări psihice
109. În corespundere cu funcțiile biologice, substanțele nutritive sunt clasificate în:
- A. energogene
  - B. preponderent plastice
  - C. apă
  - D. substanțe catalitice
  - E. substanțe toxice

110. Substanțe nutritive cu funcție energogenă sunt:
- A. sărurile minerale
  - B. vitaminele
  - C. lipidele
  - D. glucidele
  - E. proteinele
111. Substanțe nutritive cu funcție preponderent plastică sunt:
- A. sărurile minerale
  - B. vitaminele
  - C. lipidele
  - D. glucidele
  - E. proteinele
112. Substanțe nutritive cu efect catalitic sunt:
- A. proteinele
  - B. lipidele
  - C. glucidele
  - D. vitaminele
  - E. microelementele
113. În funcție de importanță, substanțe nutritive esențiale sunt:
- A. aminoacizii esențiali
  - B. lipidele
  - C. acizii grași polinesaturați
  - D. vitaminele
  - E. sărurile minerale
114. În funcție de importanță, substanțe substituente sunt:
- A. glucidele
  - B. lipidele
  - C. vitaminele
  - D. sărurile minerale
  - E. aminoacizii esențiali
115. Carența îndelungată de proteine alimentare condiționează:
- A. dereglarea sistemelor fermentative
  - B. scăderea metabolismului bazal
  - C. scăderea termogenezei
  - D. dereglări ale funcției sistemului endocrin
  - E. accelerarea metabolismului bazal
116. Surplusul de proteine în alimentație condiționează:
- A. dereglarea funcției ficatului
  - B. dereglarea funcției rinichilor
  - C. dezvoltarea microflorei intestinale
  - D. scăderea metabolismului bazal
  - E. dereglarea funcției sistemului nervos

## RĂSPUNSURI LA TESTE

- |                 |                 |                |
|-----------------|-----------------|----------------|
| 1. B            | 33. A, E        | 65. A, B, C, D |
| 2. B            | 34. B, C, D, E  | 66. C, E       |
| 3. B            | 35. B, C, E     | 67. A, D       |
| 4. C            | 36. A, C        | 68. A, C       |
| 5. C            | 37. A, B, D, E  | 69. B, D, E    |
| 6. E            | 38. A, B, C, D  | 70. A, C, D    |
| 7. D            | 39. A, B, C     | 71. B, E       |
| 8. C            | 40. B, C, D, E  | 72. A, B, D    |
| 9. A            | 41. A, C        | 73. A, C, D    |
| 10. C           | 42. A, C, E     | 74. A, B, C, D |
| 11. A           | 43. B, D        | 75. B, C, D    |
| 12. B           | 44. C, D        | 76. A, B, C, D |
| 13. A           | 45. A, C        | 77. A, C, D, E |
| 14. B           | 46. A, B, C     | 78. C, D, E    |
| 15. D           | 47. D, E        | 79. D, E       |
| 16. A           | 48. A, B, D, E  | 80. A, D, E    |
| 17. E           | 49. A, B, C     | 81. A, B, D    |
| 18. B           | 50. D, E        | 82. B, C, D    |
| 19. C           | 51. A, B, C     | 83. B, C, D    |
| 20. B           | 52. B, C, D     | 84. A, E       |
| 21. B           | 53. A, C, D, E  | 85. B, C       |
| 22. C           | 54. A, B, C     | 86. A, D, E    |
| 23. C           | 55. A, B, C     | 87. B, C       |
| 24. D           | 56. A, B, D     | 88. A, D, E    |
| 25. B, E        | 57. A, B, D     | 89. B, C, D    |
| 26. A           | 58. C, E        | 90. A, E       |
| 27. D           | 59. C, D        | 91. A, B, C    |
| 28. C           | 60. C, D        | 92. A, B, C, E |
| 29. A, C, D, E  | 61. A, B, E     | 93. C, D       |
| 30. A, B, E     | 62. A, C, D, E  | 94. B, C, E    |
| 31. A, C, D, E  | 63. A, D, E     | 95. A, D       |
| 32. B, C, D     | 64. B, C        | 96. A, D       |
| 97. A, C        | 109. A, B, D    |                |
| 98. A, B, C, D  | 110. C, D       |                |
| 99. B, C, D     | 111. A, E       |                |
| 100. A, D, E    | 112. D, E       |                |
| 101. B, C, E    | 113. A, C, D, E |                |
| 102. A, B, E    | 114. A, B       |                |
| 103. A, B, C, E | 115. A, B, C, D |                |
| 104. A, C, D, E | 116. A, B, C, E |                |
| 105. B, C, D    |                 |                |
| 106. A, C       |                 |                |
| 107. B, D, E    |                 |                |
| 108. D, E       |                 |                |

## Bibliografie

1. Alexa L. *Curs de igienă*. Iași, 1994.
2. Chirlici A., Jalbă U. *Igiena alimentației*. Chișinău, 2001.
3. Gabovici R., Poznanski S., Șahbazean G. *Igiena*. Chișinău, 1991.
4. Groza L., Mihali L. *Igiena*. Chișinău, 1994.
5. Hăbășescu I., Moraru M. *Igiena copiilor și adolescenților*. Chișinău, 1999.
6. Mănescu S., Dumitrache S., Cucu M. *Igiena*. Chișinău, 1993.
7. Mincu I. *Impactul în alimentație*. București, 1993.
8. Петровский К.С., Ванханен В.Д. *Гигиена питания*. Москва, 1982.
9. Румянцев Г.И. *Гигиена*. Москва, ГЭОТАР Медицина, 2000.