

# **ÔN TẬP KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I NĂM HỌC 22-23**

## **BÀI MỞ ĐẦU**

**Câu 1. Điều kiện nào hình thành khẩu vị ăn uống của một dân tộc ?**

- A. Trình độ văn minh của dân tộc.
- B. Kinh tế, tập quán; điều kiện địa lý, khí hậu.
- C. Quá trình sống; điều kiện địa lý, khí hậu; điều kiện xã hội; các tác động bên ngoài.
- D. Quá trình sống; điều kiện kinh tế, tập quán; điều kiện địa lý, khí hậu; điều kiện xã hội; các tác động bên ngoài.

**Câu 2. Trong món mắm thái hoặc món bì để tạo mùi thơm đặc trưng người ta thường cho vào một ít thính. Theo em, thính được làm như thế nào ?**

- A. Gạo rang vàng, giã nhỏ
- B. Mè rang vàng, giã nhỏ
- C. Đậu phộng rang vàng, giã nhỏ
- D. Tỏi phi thơm, giã nhỏ

**Câu 3. Người Việt Nam thường sử dụng một số gia vị đặc trưng nào để làm tăng hương vị riêng của từng món ăn ?**

- A. Giấm bỗng, mẻ
- B. Hành, tỏi, gừng, mẻ, giấm bỗng
- C. Các loại mắm, giấm bỗng, mẻ
- D. Giấm bỗng, mẻ, hành, tỏi, gừng, các loại mắm

**Câu 4. Khi chế biến món ăn người miền Bắc có khẩu vị thế nào ?**

- A. Món ăn thường không nêm ngọt, thích dùng vị chua của mẻ, giấm bỗng, vị cay của hạt tiêu
- B. Món ăn thường không nêm ngọt, thích dùng vị chua của mẻ, giấm bỗng
- C. Thích dùng vị chua của mẻ, giấm bỗng, vị cay của hạt tiêu
- D. Món ăn thường không nêm ngọt, thích dùng vị cay của hạt tiêu

**Câu 5. Để tạo vị chua khi nấu canh, người miền Nam còn sử dụng loại trái nào ngoài trái me ?**

- A. Trái dâu, trái bần
- B. Trái thơm, trái chuối xanh
- C. Trái giắc, trái bứa
- D. Trái ổi, trái cóc

**Câu 6. Tinh dầu cà cuống thường được sử dụng trong các món ăn nào ?**

- A. Bún thang
- B. Bún bò giò heo
- C. Bún sứa
- D. Bánh canh Trảng Bàng

**Câu 7. Trong món canh chua của người miền Bắc ngoài các loại trái cho vị chua người ta còn dùng vị chua từ các loại thực phẩm lên men nào ?**

- A. Sữa chua, giấm công nghiệp
- B. Sữa chua, cơm mẻ
- C. Cơm mẻ, giấm bỗng
- D. Giấm bỗng

**Câu 8. Nem tai là đặc sản của miền nào ?**

- A. Miền Bắc
- B. Miền Trung
- C. Miền Nam
- D. Miền Bắc, Miền Nam

**Câu 9. Tập quán ăn uống của người Việt Nam trong bữa ăn hằng ngày là gì ?**

- A. Trong bữa cơm có nhiều món chiên

- B. Trong bữa cơm có nhiều món nướng
- C. Trong bữa cơm có món canh, món xào, món mặn
- D. Trong bữa cơm chỉ cần có một món mặn

**Câu 10. Hiện nay ăn uống đang là ngành dịch vụ phát triển nhanh là do đâu ?**

- A. Nhu cầu ăn uống cao, loại hình dịch vụ ăn uống phong phú
- B. Nhu cầu ăn uống cao
- C. Loại hình dịch vụ ăn uống phong phú
- D. Thu nhập của người lao động tăng

**Câu 11. Trong món canh chua của người miền Nam, ngoài các loại trái cho vị chua người ta còn dùng vị chua từ các loại lá nào ?**

- A. Lá giang, lá me
- B. Lá me, lá ngò gai
- C. Lá giang, lá húng quế
- D. Lá rau om, lá ớt

**Câu 12. Món ăn đặc trưng của miền Bắc là gì ?**

- A. Bánh xèo, phở
- B. Bánh khoai, Bánh tôm Hồ Tây
- C. Bánh bò, bánh đa cua
- D. Bánh tôm Hồ Tây, chả cá Lã Vọng

**Câu 13. Món ăn đặc trưng của miền Trung là gì ?**

- A. Cơm hến, bánh khoai
- B. Bánh tôm, chả giò
- C. Bún riêu, nem rán
- D. Bánh bèo, bánh cuốn

**Câu 14. Món ăn đặc trưng của miền Nam là gì ?**

- A. Bánh đập, bánh canh cua
- B. Canh chua cá lóc, cá kho tộ
- C. Phở, bánh đập
- D. Hủ tiếu Mỹ Tho, bánh canh Nam Phổ

**Câu 15. Nem Lai Vung là đặc sản của miền nào?**

- A. Miền Bắc
- B. Miền Trung
- C. Miền Bắc Trung bộ
- D. Miền Nam

**Câu 16. Những món ăn nào sau đây là món ăn nước ngoài được Việt hóa?**

- A. Cà ri, lẩu Thái
- B. Cao lầu, cơm Dương Châu
- C. Bò xốt vang, mì Quảng
- D. Riêu cá chép, cơm Dương Châu

**Câu 17. Bánh bột lọc là đặc sản của miền nào ?**

- A. Miền Bắc
- B. Miền Trung
- C. Miền Bắc, Miền Trung
- D. Miền Nam

**Câu 18. Để đảm bảo vệ sinh trong nấu ăn cần thực hiện đúng:**

- A. Vệ sinh thực phẩm
- B. Vệ sinh cá nhân
- C. Vệ sinh thực phẩm, vệ sinh cá nhân, vệ sinh thiết bị và khu vực nấu
- D. Vệ sinh thực phẩm, vệ sinh thiết bị và khu vực nấu

**Câu 19. Để đảm bảo an toàn trong nấu ăn cần thực hiện đúng các qui tắc về:**

- A. Sử dụng dầu mỡ, sử dụng nguyên liệu thực phẩm
- B. Sử dụng nguyên liệu thực phẩm
- C. Sử dụng và vận hành các thiết bị, sử dụng nguyên liệu thực phẩm
- D. Sử dụng dầu mỡ, sử dụng nguyên liệu thực phẩm, sử dụng và vận hành các thiết bị

**Câu 20. Người miền Trung thường dùng vị cay khi chế biến món ăn từ loại trái nào?**

- A. Trái ớt chuông
- B. Trái hồ tiêu
- C. Trái tiêu xanh
- D. Trái ớt hiểm

## PROTEIN

**Câu 1. Thực phẩm nào có chứa đủ .....không thay thế được gọi là thực phẩm có protein hoàn thiện.**

- A. 10 axit amin      B. 20 axit amin      C. 22 axit amin      D. 80 axit amin

**Câu 2. Những thực phẩm nào sau đây cung cấp protein hoàn thiện?**

- A. Thực phẩm giàu đạm thực vật      B. Đậu nành và đậu hũ  
C. Thực phẩm giàu đạm động vật      D. Nấm và các loại đậu hạt, tương chao

**Câu 3. Những thực phẩm thực vật nào sau đây cung cấp nhiều chất đạm?**

- A. Khoai tây, cà rốt      B. Đậu nành, nấm  
C. Đậu hũ, khoai tây      D. Cà rốt, nấm hương

**Câu 4. Các yếu tố nào ảnh hưởng đến sự hòa tan của protein khi đun nấu?**

- A. Bản chất của từng loại protein, nhiệt độ và cách cấp nhiệt, nồng độ muối ăn và độ pH của môi trường  
B. Nhiệt độ và cách cấp nhiệt  
C. Bản chất của từng loại protein, nồng độ muối ăn và độ pH của môi trường  
D. Nhiệt độ và cách cấp nhiệt, nồng độ muối ăn và độ pH của môi trường

**Câu 5. Mô cơ có chủ yếu ở thành phần nào trong thịt gia súc, gia cầm?**

- A. Thịt nạc      B. Da      C. Mỡ      D. Gân

**Câu 6. Thành phần đặc trưng của mô liên kết là gì?**

- A. Sợi collagen, sợi eslatin      B. Sợi collagen, sợi cơ  
C. Sợi eslatin, màng cơ      D. Sợi eslatin, tơ cơ

**Câu 7. Những nguyên liệu nào dưới đây là thực phẩm giàu đạm thực vật?**

- A. Nấm, đậu hũ, đậu hòa lan, rau dền, xà lách son, rau muống  
B. Khoai tây, cà rốt  
C. Sữa chua, khoai lang, khoai môn cao, củ dền  
D. Đậu xanh, nấm, đậu hũ, đậu cove, tàu hũ ky

**Câu 8. Điểm đẳng điện của phần lớn protein nằm ở miền nào?**

- A. Miền trung tính      B. Miền axit  
C. Miền bazơ      D. Miền trung tính và miền bazơ

**Câu 9. Khi chế biến sữa chua, protein casein của sữa sẽ đông tụ khi:**

- A. Độ pH giảm đến gần điểm đẳng điện      B. Độ pH ở xa điểm đẳng điện  
C. Độ pH giảm đến điểm đẳng điện      D. Độ pH không ở điểm đẳng điện

**Câu 10. Khi nấu các loại thịt dai cứng người ta thường cho vào nồi thịt miếng thơm cho thịt mau mềm là do trong thơm có chất gì**

- A. Enzim papain      B. Enzim bromelin      C. Axit lactic      D. Axit citric

**Câu 11. Điều kiện cần có để protein biến tính và đông tụ bởi nhiệt là:**

- A. Cần phải có mặt của nước đủ ít                      B. Cần phải có mặt của đường đủ ít  
C. Cần phải có mặt của axit đủ ít                      D. Cần phải có nhiều muối

**Câu 12. Khi chế biến nhiệt, những món ăn nào sau đây có protein đông tụ dạng bông?**

- A. Thịt đông, giò thủ                      B. Bún riêu cua, canh cua rau đay  
C. Bún thịt nướng, bún bì                      D. Bún bò, canh cải tôm khô

**Câu 13. Khi chế biến nhiệt những món ăn nào sau đây xảy ra hiện tượng protein đông tụ dạng keo ( gel )?**

- A. Canh khổ qua cá thác lác, bún chả cá hấp  
B. Canh bí nấu cánh gà, bún riêu  
C. Canh mồng tơi nấu tôm khô, bún bung  
D. Canh khoai mỡ tôm khô, bún nước lèo

**Câu 14. Thủy phân protein bằng hệ enzym proteaza được ứng dụng để chế biến:**

- A. Nước mắm, mắm tôm chua, tương, chao                      B. Dưa cải chua, sữa chua  
C. Cơm rượu, mắm tôm chua                      D. Bún riêu cua, đậu hủ miếng

**Câu 15. Chế biến món thịt đông ta nên sử dụng loại nguyên liệu nào sau đây?**

- A. Thịt có nhiều da, gân                      B. Các loại xương động vật  
C. Thịt nạc                      D. Các loại xương động vật và thịt nạc

**Câu 16. Những thực phẩm nào sau đây cung cấp protein không hoàn thiện?**

- A. Thịt, cá, trứng, sữa                      B. Khoai tây, cà rốt, đậu que  
C. Tôm, cua, sò, ốc                      D. Đậu nành và các loại đậu hạt

**Câu 17. Để nấu nước dùng được ngọt và trong ta cần chú ý:**

- A. Cho xương thịt vào từ lúc nước lạnh  
B. Cho vào tí hạt nêm sau khi đã đun sôi, hớt hết bọt  
C. Đậy kín nắp, để nhỏ lửa  
D. Rửa kỹ xương trước khi nấu, để lửa nhỏ, đậy kín nắp

**Câu 18. Thực phẩm hằng ngày cung cấp cho cơ thể những chất dinh dưỡng gì?**

- A. Chất đạm, chất đường bột, chất béo, chất sắt, sinh tố , nước.  
B. Chất đạm, chất đường bột, chất sắt, iôt, sinh tố , nước.  
C. Protein, glucit, lipit, vitamin A, vitamin C, chất sắt, canxi , nước.  
D. Chất đạm, chất đường bột, chất béo, chất khoáng, sinh tố , nước.

**Câu 19. Để tạo mùi thơm đặc trưng và màu sắc đẹp của món thịt chiên hay nướng, người ta thường ướp vào thịt mật ong hay mạch nha là để:**

- A. Tạo phản ứng do sự phân giải đường                      B. Tạo phản ứng melanoidin  
C. Tạo phản ứng do thủy phân protein                      D. Tạo phản ứng caramen

**Câu 20. Để làm thịt mau mềm người ta thường cho vào nồi thịt hầm một miếng đu đủ xanh, đó là cách ứng dụng:**

- A. Sự thủy phân protein bằng kiềm
- B. Sự thủy phân protein bằng hệ enzym proteaza
- C. Sự thủy phân protein bằng axit
- D. Kết hợp thủy phân protein bằng kiềm và axit

## **LIPIT**

**Câu 1. Chất béo bão hòa là este của glixerin với.....**

- A. Axit béo no
- B. Một loại axit béo
- C. Axit béo không no
- D. Nhiều loại axit béo

**Câu 2. Chất béo đơn giản là este của glixerin với.....**

- A. Axit béo no
- B. Một loại axit béo
- C. Axit béo không no
- D. Nhiều loại axit béo

**Câu 3. Cơ thể con người hấp thu chất béo bão hòa như thế nào?**

- A. Dễ hấp thu
- B. Hấp thu bình thường
- C. Khó hấp thu
- D. Không hấp thu được

**Câu 4. Chất béo không bão hòa đơn, trong phân tử có mấy mối liên kết không no?**

- A. Một mối liên kết không no
- B. Nhiều mối liên kết không no
- C. Hai mối liên kết không no
- D. Không có mối liên kết không no nào

**Câu 5. Chất béo bão hòa còn được gọi là:**

- A. Axit béo không no
- B. Axit béo không cần thiết
- C. Axit béo no
- D. Axit béo cần thiết

**Câu 6. Nguồn cung cấp chất béo bão hòa:**

- A. Mỡ gà, mỡ cá
- B. Magarin, bơ, dầu ăn
- C. Mỡ heo, dầu dừa
- D. Mỡ cá, bơ, phô mai

**Câu 7. Những thực phẩm nào sau đây cung cấp chất béo không bão hòa?**

- A. Dầu thực vật, mỡ cá
- B. Dầu dừa, mỡ cá
- C. Mỡ cá, mỡ bò
- D. Mỡ động vật, mỡ cá

**Câu 8. Tại sao không nên sử dụng chất béo chiên đi chiên lại nhiều lần?**

- A. Vì sinh ra nhiều chất độc cho cơ thể
- B. Vì chất béo bị oxi hóa
- C. Vì chất béo bị đổi màu, có mùi hôi
- D. Vì chất béo trở nên sậm màu

**Câu 9. Loại chất béo nào cơ thể dễ hấp thu nhất?**

- A. Chất béo bão hòa
- B. Chất béo không bão hòa đơn
- C. Chất béo không bão hòa
- D. Chất béo không bão hòa đa

**Câu 10. Vai trò của chất béo đối với cơ thể là gì?**

- A. Làm tăng sức đề kháng của cơ thể      B. Phòng chống bệnh loãng xương  
C. Sinh năng lượng để cơ thể hoạt động      D. Điều hòa thân nhiệt

**Câu 11. Ăn quá thừa chất béo động vật hay thực vật sẽ khiến cơ thể dễ mắc bệnh gì?**

- A. Tim mạch      B. Tiểu đường      C. Loãng xương      D. Bướu cổ

**Câu 12. Tại sao thầy thuốc khuyên chúng ta không nên ăn nhiều thức ăn quay, rán nướng và các thức ăn bị cháy?**

- A. Vì sản phẩm có vị đắng  
B. Vì dễ gây béo phì  
C. Vì sản phẩm có chứa nhiều chất là tác nhân gây bệnh ung thư  
D. Vì dễ gây xơ vữa động mạch

**Câu 13. Khi nấu nước dùng để tránh xảy ra hiện tượng nhũ tương hóa làm đục nước dùng ta cần chú ý gì?**

- A. Nấu lửa nhỏ, không đậy nắp  
B. Hớt bọt thường xuyên  
C. Nấu lửa nhỏ, đậy kín nắp  
D. Rửa kỹ xương trước khi nấu, hớt bọt thường xuyên

**Câu 14. Nhũ tương hóa là hiện tượng .....**

- A. chất béo bị thủy phân      B. chất béo bị thủy phân thành glycerin và axit béo  
C. nước dùng bị đục      D. chất béo bị đông tụ dạng gel

**Câu 15. Khi đun nóng dầu mỡ ở nhiệt độ cao từ 160<sup>0</sup>C trở lên, chất béo bị phân hủy với biểu hiện đầu tiên là:**

- A. Chuyển màu      B. Đông tụ lại  
C. Sinh khói bốc lên      D. Văng bắn ra ngoài

**Câu 16. Khi chiên thực phẩm ta thấy có dầu mỡ văng bắn ra bên ngoài, đó là:**

- A. Hiện tượng phun tóa      B. Hiện tượng thủy phân  
C. Hiện tượng sinh khói      D. Hiện tượng nhũ tương hóa

**Câu 17. Điều cần tránh khi thực hiện các món chiên sử dụng nhiều chất béo?**

- A. Cho quá nhiều chất béo      B. Sử dụng chất béo chiên đi chiên lại nhiều lần  
C. Trộn lẫn dầu ăn và mỡ      D. Trữ thực phẩm thường xuyên

**Câu 18. Sử dụng loại chất béo nào sau đây tốt cho sức khỏe?**

- A. Mỡ cá      B. Mỡ heo      C. Magarin      D. Mỡ gà

**Câu 19. Chất béo không bão hòa đơn có nhiều trong những thực phẩm nào?**

- A. Quả bơ      B. Dầu dừa, dầu cọ, dầu ô liu  
C. Dầu phộng, dầu mè, quả bơ      D. Dầu hướng dương, dầu mè, mỡ cá

**Câu 20. Làm thế nào để hạn chế hiện tượng phun tóa chất béo?**

- A. Không trộn chung chất béo cũ và mới
- B. Làm khô dụng cụ, ráo thực phẩm
- C. Không trộn chung dầu ăn và mỡ
- D. Không sử dụng lại chất béo nhiều lần

## **BÁNH TÔM HỒ TÂY**

**Câu 1. Nguyên liệu cần dùng để thực hiện món “ Bánh tôm Hồ Tây”:**

- A. Bột gạo, bột mì, bột nở, khoai tây, tôm, dầu ăn, gia vị
- B. Bột gạo, bột mì, bột nở, khoai lang, tôm, dầu ăn, gia vị
- C. Bột gạo, bột năng, bột nở, khoai lang, bột nghệ, tôm, gia vị
- D. Bột chiên giòn, bột cà ri, khoai tây, tôm, dầu ăn

**Câu 2. Nguyên liệu ăn kèm trong món “ Bánh tôm Hồ Tây” là gì?**

- A. Rau sống, xà lách, đu đủ, cà rốt
- B. Rau quế, xà lách, giá, đu đủ
- C. Xà lách xoong, dưa leo, giá
- D. Rau răm, rau om, ngò gai, húng lủi, cà rốt, đu đủ

**Câu 3. Hãy chọn thời điểm thích hợp để cho bột vào chiên?**

- A. Dầu bắt đầu bốc khói thì cho bột vào
- B. Nhúng đũa vào chảo dầu thấy dầu sôi quanh đũa thì cho bột vào chiên
- C. Vừa cho dầu vào chảo thì cho bột vào chiên
- D. Cho dầu vào chảo, đợi 5 phút thì cho bột vào chiên

**Câu 4. Cà rốt, đu đủ xanh được dùng làm gì trong món “ Bánh tôm Hồ Tây”?**

- A. Tia hoa trang trí
- B. Thái mỏng hoặc bào sợi, làm dưa góp
- C. Xắt mỏng cho vào bột
- D. Bào sợi cho vào bột

**Câu 5. Chọn mua tôm để làm “ Bánh tôm Hồ Tây” như thế nào?**

- A. Tôm sú, loại to con, lột vỏ, rút chỉ đen khi chế biến
- B. Tôm bạc loại vừa, lột vỏ khi chế biến
- C. Tôm bạc loại nhỏ con, lột vỏ khi chế biến
- D. Tôm đất loại nhỏ con, không lột vỏ, chỉ cắt bỏ đầu

**Câu 6. Nguyên liệu để làm nước mắm chua ngọt ăn kèm với Bánh tôm Hồ Tây là gì?**

- A. Nước, nước cốt chanh, đường, nước mắm, tỏi, ớt
- B. Nước mắm, nước cốt chanh, tỏi, ớt, đường, bột ngọt, giấm, muối, gừng
- C. Nước, nước mắm, nước cốt chanh, hành, tỏi, ớt, đường
- D. Nước, nước mắm, muối, giấm, tắc, hành, tỏi, ớt, đường

## ĐÁP ÁN

# BÀI MỞ ĐẦU

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
|   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| A |   | x |   | x |   | x |   | x |   | x  | x  |    | x  |    |    | x  |    |    |    |    |
| B |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    | x  |    |    | x  |    |    |    |
| C |   |   |   |   | x |   | x |   | x |    |    |    |    |    |    |    |    | x  |    |    |
| D | x |   | x |   |   |   |   |   |   |    |    | x  |    |    | x  |    |    |    | x  | x  |

## PROTEIN

|   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| A | x |   |   | x | x | x |   |   |   |    | x  |    | x  | x  | x  |    | x  |    |    |    |
| B |   |   | x |   |   |   |   | x |   | x  |    | x  |    |    |    |    |    |    | x  | x  |
| C |   | x |   |   |   |   |   |   | x |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| D |   |   |   |   |   |   | x |   |   |    |    |    |    |    |    | x  |    | x  |    |    |

## GLUXIT

[illegible]

## LIPIT

[illegible]

## BÁNH TÔM HỒ TÂY

[illegible]