

**XXXIX Olimpiada Wiedzy i Umiejętności Rolniczych**  
**Eliminacje okręgowe 2014/2015**  
**Blok: Żywnienie człowieka i gospodarstwo domowe**

- 1. Żywność porcjowana i pakowana tak, aby umożliwić konsumentowi szybkie przygotowanie posiłków, to żywność:**  
a) funkcjonalna c) wygodna  
b) transgeniczna d) wzbogacona
- 2. Spożycie mięsa wieprzowego na 1 mieszkańca w Polsce wynosi rocznie około:**  
a) 55kg b) 40kg c) 25kg d) 70kg
- 3. Zawartość błonnika pokarmowego w 100 gramach części jadalnych produktów jest najmniejsza w:**  
a) groszku konserwowym c) maku  
b) jabłku d) suszonych śliwkach
- 4. Białkami złożonymi są:**  
a) albuminy c) glikoproteidy  
b) gluteiny d) prolaminy
- 5. Produktami, które należy usunąć z jadłospisu chorych na celiakię są:**  
a) makaron ryżowy c) kasza manna  
b) płatki kukurydziane d) ziemniaki
- 6. Rolę ochronną w procesie starzenia się organizmu i w profilaktyce chorób nowotworowych pełni:**  
a) witamina B<sub>2</sub> c) witamina K  
b) witamina B<sub>1</sub> d) witamina E
- 7. Dienne zapotrzebowanie na białko w gramach na kilogram masy ciała u osób dorosłych wynosi około:**  
a) 1 c) 15  
b) 10 –12 d) 50
- 8. Za odkrywcę witamin uznawany jest:**  
a) Julian Aleksandrowicz c) Hipokrates  
b) Aleksander Szczygieł d) Kazimierz Funk
- 9. Z rogali świętomarcińskich słynie:**  
a) Francja c) Poznań  
b) Austria d) Kraków
- 10. Do wędzenia nie nadaje się drewno:**  
a) czereśni c) jabłoni  
b) sosny d) akacji
- 11. Obniżenie ciśnienia tętniczego jest objawem niedoboru:**  
a) fosforu c) fluoru  
b) miedzi d) sodu
- 12. Herbata ulung (oolong) nazywana jest herbatą:**  
a) białą c) niebieską  
b) żółtą d) czarną
- 13. Anyż gwiazdkowy jest przyprawą z:**  
a) owocu c) korzeni  
b) kory d) nasion
- 14. Do dekoracji tortów najczęściej wykorzystywany jest:**  
a) lubczyk c) wiesiołek  
b) arcydzięgiel d) koper włoski

**15. Podstawowa przemiana materii w organizmie nie obejmuje wydatku energii w związku z:**

- a) utrzymaniem temperatury ciała
- b) ciężką pracą fizyczną
- c) biciem serca
- d) oddychaniem

**16. Amylaza ślinowa rozkłada:**

- a) białka
- b) tłuszcze
- c) skrobię
- d) tłuszczowce

**17. Orkisz jest to gatunek:**

- a) prosa
- b) pszenicy
- c) owsa
- d) żyta

**18. Owocami palmy są:**

- a) figi
- b) orzechy pistacjowe
- c) daktyle
- d) granaty

**19. Gotowana pszenica i mak są głównymi składnikami potrawy o nazwie:**

- a) lemieszka
- b) pascha
- c) legumina
- d) kutia

**20. Środkiem spulchniającym dodawanym do czeskich knedlików są:**

- a) drożdże
- b) proszek do pieczenia
- c) soda
- d) amoniak

**21. Jajka „po wiedeńsku” są to jajka:**

- a) faszerowane
- b) gotowane
- c) pieczone
- d) smażone

**22. Napój sporządzony z białego, wytrawnego wina, cukru, wody sodowej, cytryn, pomarańczy i kostek lodu jest to:**

- a) kruszon
- b) grappa
- c) burbon
- d) krupnik

**23. Owoc z jedną dużą pestką wewnątrz jest to:**

- a) pameło
- b) papaja
- c) awokado
- d) kaki

**24. Optymalna temperatura rozmnażania się drobnoustrojów w pożywieniu wynosi:**

- a) 72 -82<sup>0</sup>C
- b) 15 -40<sup>0</sup>C
- c) 5- 10<sup>0</sup>C
- d) 65- 70<sup>0</sup>C

**25. Niezbędnym nienasyconym kwasem tłuszczowym jest kwas:**

- a) laurynowy
- b) linolowy
- c) palmitynowy
- d) stearynowy

**26. Najmniej energii dostarcza 100g:**

- a) chudego sera twarogowego
- b) szynki wieprzowej
- c) soczewicy
- d) pomidorów

**27. Sporządzając surówkę, aby nie zniszczyć witaminy C, nie należy łączyć:**

- a) kapusty kiszanej z jabłkiem
- b) ogórka świeżego z papryką
- c) marchwi z czarną rzodkwią
- d) cebuli czerwonej z pomidorem

**28. Ryba serwowana na surowo najbardziej popularna jest w kuchni:**

- a) japońskiej
- b) chińskiej
- c) meksykańskiej
- d) litewskiej

**29. Kotlet z siekanej lub mielonej wołowiny jest to:**

- a) medalion
- b) hamburger
- c) kotlet pożarski
- d) kotlet de volail

**30. Grzybem jest:**

- a) trufla czarna
- b) ketmia jadalna
- c) lipień
- d) tortilla

**31. Dienne spożycie płynów przez osoby dorosłe powinno wynosić:**

- a) około 2 l
- b) co najmniej 4,5-5 l
- c) 0,5- 1 l
- d) maksymalnie 1,5 l

**32. Szpinak i wątroba słońca są bogate w:**

- a) witaminy C
- b) wapnia
- c) żelaza
- d) błonnika

**33. Ilość energii, którą organizm otrzyma spalając 1 g węglowodanów, białek lub tłuszczów określa:**

- a) współczynniki energetyczne
- b) wskaźniki BMI
- c) racje pokarmowe
- d) racje żywieniowe

**34. Ziemniaki zawierające małą ilość skrobi najbardziej nadają się na:**

- a) puree
- b) kopytka, pyzy
- c) sałatki
- d) placki ziemniaczane

**35. Szpikowanie jest to:**

- a) wprowadzenie paszków słoniny w tkankę mięsną
- b) usunięcie wnętrzości z zabitego zwierzęcia
- c) sposób konserwowania mięsa
- d) oddzielenie kości od mięsa

**36. Słodkim ziemniakiem nazywany jest:**

- a) bakłażan
- b) pasternak
- c) fenkuł
- d) batat

**37. Urządzeniem służącym do utrzymywania potraw w stanie gorącym jest:**

- a) kombiwar
- b) warnik
- c) bemar
- d) parowar

**38. Proces dojrzewania mięsa najdłuższy jest dla:**

- a) wieprzowiny
- b) drobiu
- c) wołowiny
- d) ryb

**39. Dorsz jest rybą:**

- a) morską tłustą
- b) morską chudą
- c) słodkowodną tłustą
- d) słodkowodną chudą

**40. Dziewięć kilokalorii uzyskuje organizm spalając 1 gram:**

- a) alkoholu
- b) białka
- c) węglowodanów
- d) tłuszczu

**41. Przy zatruciu środkami ochrony roślin przez drogi pokarmowe należy podać:**

- a) kwaśne mleko
- b) krople żołądkowe
- c) osoloną wodę
- d) alkohol

**42. Orchidea jest to popularny:**

- a) cyklamen
- b) storczyk
- c) fikus
- d) cissus

**43. Warzywa korzeniowe najlepiej jest przechowywać w magazynie, w którym temperatura wynosi:**

- a) 2-3°C
- b) 5-10°C
- c) 15°C
- d) 12°C

**44. Podczas przyjęcia, wina należy podawać w kolejności:**

- a) czerwone przed białymi
- b) mocne przed słabymi
- c) stare przed młodymi
- d) wytrawne przed słodkimi

**45. Cieciora jest to:**

- a) warzywo z rodziny psiankowatych
- b) roślina uprawna z rodziny bobowatych
- c) przyprawa kuchenna
- d) zupa staropolska

**46. Bogatym źródłem węglowodanów jest zestaw produktów:**

- a) kapusta, ryba, masło
- b) kasza, chleb, makaron
- c) seler, jaja, mleko
- d) ziemniaki, cielęcina, olej

**47. Syrop klonowy jest popularnym produktem:**

- a) Litwy
- b) Holandii
- c) Hiszpanii
- d) Kanady

**48. Obsługując gości, z lewej strony:**

- a) podajemy talerze z daniami porcjowanymi
- b) podajemy dania serwowane z półmiska
- c) nalewamy soki owocowe
- d) podajemy talerze napełnione zupą

**49. Symbol na metce odzieżowej, który oznacza: „suszyć w pozycji poziomej” to:**



a)



b)



c)



d)

**50. Białe cieniutkie pajęczynki na spodniej stronie liścia są objawem zaatakowania kwiatów doniczkowych przez:**

- a) wciornastki
- b) przędziorki
- c) mszyce
- d) ziemiorzki

**51. Naczynie kuchenne z tłuczkiem, służące do rozdrabniania na proszek różnych produktów jest to:**

- a) makutra
- b) moździerz
- c) trybuszon
- d) kokilka

**52. Chorobą żywieniowo zależną nie jest:**

- a) miażdżyca
- b) cukrzyca typu II
- c) osteoporoza
- d) świnka

**53. Apertyzacja jest to metoda:**

- a) niszczenia szkodników
- b) konserwowania żywności
- c) pielęgnacji ciała
- d) pielęgnacji roślin

**54. Europejska Sieć Dziedzictwa Kulinarnego ma na celu:**

- a) promocję produktów regionalnych
- b) kontrolę produktów wytwarzanych w krajach UE
- c) ochronę produktów
- d) walkę z konkurencją

**55. Średnie spożycie składników pokarmowych (wody, białka, tłuszczów, składników mineralnych i węglowodanów) przez człowieka w ciągu 70 lat życia wynosi około:**

- a) 3 ton
- b) 78 ton
- c) 25 ton
- d) 10 ton

**56. Inspekcja Jakości Handlowej Artykułów Rolno- Spożywczych jest:**

- a) spółką komandytową
- b) stowarzyszeniem
- c) jednostką samorządową
- d) jednostką administracji rządowej

**57. Obiekty turystyczne na terenach wiejskich prowadzić mogą:**

- a) tylko osoby, które ukończyły kurs
- b) przedsiębiorcy i rolnicy
- c) tylko przedsiębiorcy
- d) wyłącznie rolnicy

**58. Działalność w zakresie dostaw bezpośrednich produktów produkcji pierwotnej pochodzenia roślinnego podlega obowiązkowi:**

- a) rejestracji przez organy Państwowej Inspekcji Sanitarnej
- b) wdrożenia systemu HACCP
- c) zatwierdzenia przez Powiatową Weterynarię
- d) wdrożenia systemu ISO

**59. Lista Produktów Tradycyjnych w Polsce utworzona została na mocy ustawy w roku:**

- a) 1958
- b) 2001
- c) 2004
- d) 2007

**60. Organizacja Narodów Zjednoczonych do spraw Wyżywienia i Rolnictwa ma swoją siedzibę w:**

- a) Brukseli
- b) Rzymie
- c) Genewie
- d) Amsterdamie