**Тема «Овощи»**

**1. Отметьте цифрами последовательность первичной обработки овощей.**1. Нарезать 2. Промыть 3. Перебрать / сортировать

4. Почистить 5. Помыть

*Ответ: 3, 2, 4, 5, 1*

**2. Что нужно сделать, чтобы при нарезке лука эфирные масла не раздражали слизистую оболочку глаз?**
1. Надеть очки 2. Накалить под пламенем нож

3. Ополаскивать нож в воде

*Ответ: 3*

**3. Что относится к корнеплодам?**
1. Свекла 2. Картофель 3. Капуста

*Ответ: 1*

**4. Что относится к пряностям?**

1. Салат 2. Чеснок 3. Тмин

*Ответ: 3*

**5. Что относится к клубнеплодам**?

1. Репа 2. Картофель 3. Огурцы

*Ответ: 2*

6. Что относится к луковичным?

1. Лук репчатый 2. Анис 3. Томаты

*Ответ: 1*

**7. Что относится к тыквенным?**
1. Перец сладкий 2. Тыква 3. Батат

*Ответ: 2*

**8. Что относится к бобовым?**

1. Хрен 2.Фасоль 3.Баклажан

*Ответ: 2*

**9.Что относится к листовым?**

1. Горох 2. Мята перечная 3. Кресс-салат

*Ответ: 3*

**10. Что относится к пасленовым?**
1. Томаты 2. Кабачки 3. Редиска

*Ответ: 1*

**11. Крахмал получают из:**1. Риса 2. Яблок 3. Картофеля 4. Капусты

*Ответ: 3*

**12. Кубиками овощи нарезают для:**

1. Жарки 2. Овощного рагу 3. Жарки во фритюре

*Ответ: 2*

**13. Овощи для винегрета:**1. Морковь 3. Зеленый горошек 2. Чеснок 4. Помидоры

*Ответ: 1*

**14. Картофель следует хранить**?

1. На свету при t + 18ºC 3. В темноте при t + 5ºС

2. В темноте при t + 18ºC 4. На свету при t + 5ºС

*Ответ: 3*

**15. Какие продукты богаты витаминами?**1. Овощи 2. Крупы 3. Мясо

*Ответ: 1*

**16. Какие продукты богаты углеводами?**
1. Сахар 2. Рыба 3. Фрукты

*Ответ: 1*

**17. Какие продукты богаты белками?**

1. Мед 2. Яйцо 3. Зеленые культуры

*Ответ: 2*
 **18. Какие продукты богаты жирами?**

1. Овощи 2. Крупы 3. Молочные продукты

*Ответ: 3*
 **19. Какие культуры богаты водой?**

1. Фрукты 2. Бахчевые культуры 3. Молочные продукты

*Ответ: 2*

20. В каких продуктах наибольшее количество железа?

1. Рыба 2. Яблоко 3. Крупа

*Ответ: 2*
 **21. Какой витамин повышает сопротивление организма инфекционным заболеваниям**?

1. А 2. С 3. Д

*Ответ: 2*

22. Какой витамин предохраняет организм от заболеваний?

1. А 2. В 3. С

*Ответ: 3*
 **23. Воду в организме удерживает минеральное вещество**:

1. Соль 2. Железо 3. Фосфор

*Ответ: 1*
 **24. Для восстановления и роста клеток необходимы:**
1. Белки 2. Жиры 3. Углеводы

*Ответ: 1*

**25. Какое минеральное вещество питает клетки мозга?**1. Кальций

2. Фосфор

3. Йод

*Ответ: 2*

**26. Какой витамин улучшает зрение и ускоряет рост?**1. А 2. В 3. С 4. Д

*Ответ: 1*

28. Для регулирования теплообмена в организме необходимы:

1. Углеводы 2. Жиры 3. Вода 4. Витамины

*Ответ: 3*

**29. Для осуществления химических процессов в организме необходимы:**1. Жиры 4. Вода

2. Белки 5. Витамины

3. Углеводы 6. Минеральные вещества

*Ответ: 4*