

烹饪与营养教育专业

【考试科目】

《烹饪原料学》、《食品营养学》

【考试范围】

烹饪原料学：烹饪原料资源的特点，分类，烹饪原料新资源；烹饪原料的化学组成，烹饪原料的细胞结构和组织器官结构；微生物原料的功能成分与作用，烹饪中色素的变化，褐变及其防止，烹调过程中香气的形成，调香，烹饪原料的调味，烹饪对原料功能成分和营养的影响；原料的品质检验，烹饪原料败坏和劣变的原因及其抑制原理，稻谷、小麦分类及品质检验；蔬菜的分类、品质检验、保藏及烹饪应用；果品分类保藏及烹饪应用；烹饪中常用花卉、药草种类；畜禽类原料的物理特点及化学组成，畜禽肉的结构与分割，家畜、家禽分类及烹饪应用，畜禽原料的品质鉴别及保藏；蛋品的结构、品质鉴别，奶及奶制品的种类和品质，蛋奶在烹饪中的应用；鱼类的种类、结构、主要成分和烹饪应用，鱼类的品质鉴别、保藏，虾、贝等其他水产品的种类及烹饪应用；干货原料的分类、品质鉴别及应用，半成品原料的种类、品质判断、烹饪应用；调味料的种类、在烹饪中的作用，调料原料、食品添加剂的应用；食用油脂的种类、特点、作用、品质鉴别、保藏，水的作用。

食品营养学：营养、营养素、健康、DRIs、AI、EI、RNI、UL 等概念；消化、吸收的概念，消化系统的构成，蛋白质、脂肪、碳水化合物的消化，营养素的吸收场所；产能营养素、能量消耗的构成、基础代谢，能量的推荐摄入量和来源；碳水化合物的功能，单糖、双糖、多糖、膳食纤维的概念和功能，抗生酮作用；脂类及其功能，脂肪、磷脂、固醇等概念和功能，必需脂肪酸及其生理功能，饱和脂肪酸、不饱和脂肪酸的生理作用及食物来源；蛋白质、必需氨基酸的概念和功能，蛋白质-能量营养不良，蛋白质的营养评价；维生素的概念和功能，维生素的分类，维生素 C、维生素 B1、维生素 B2、维生素 B6、叶酸、维生素 A、维生素 D、维生素 E、维生素 K 等的性质、功能、缺素症及食物来源；大量元素和微量元素，铁、钙、锌、硒、磷、碘等元素的存在形式、生理功能、缺乏和过量的危害、推荐摄入量、食物来源；水的生理功能，水平衡；食物中的特殊功能成分，生物黄酮类、色素类、生物多糖、生物碱、 γ -氨基丁酸、皂苷等物质的生理功能、性质、食物来源；营养素密度，营养素生物利用率，影响营养素生物利用率的主要因素；豆类食物、谷物、畜肉、水产类、蛋类、奶类、蔬菜、水果等的营养特点；孕妇、乳母、婴幼儿、老年人的营养需求与膳食建议；营养缺乏病的概念、原因和预防，营养与肥胖、心血管疾病和糖尿病的关系，营养、食物与癌症的关系；营养强化和营养强化剂，营养强化的原则，强化食品的种类；食品营养面临的新问题。

【考试参考书】

《烹饪原料学》（第四版）. 王向阳. 高等教育出版社. 2021 年

《食品营养学》. 仲山民 黄丽. 华中科技大学出版社. 2016 年