

درس پنجم، بهداشت و ایمنی مواد غذایی

- ۱ - برای برخورداری از تغذیه مناسب کدام موارد را باید رعایت کنیم؟
- ۲ - اهمیت رعایت بهداشت مواد غذایی را بنویسید.
- ۳ - برای در امان ماندن از ابتلا به بیماری‌هایی مانند مسمومیت‌ها و بیماری‌های انگلی کدام موارد را باید رعایت کنیم؟
- ۴ - برای آنکه کارایی لازم برای حفظ سلامت بدن حاصل شود کدام موارد را باید رعایت کنیم؟
- ۵ - بیشترین آلودگی در مواد غذایی بر اثر بی احتیاطی در چه مراحل ایجاد می‌شوند؟
- ۶ - اطلاع از کدام اصول می‌تواند به استفاده از مواد غذایی سالم کمک کند؟
- ۷ - اصول و موازین بهداشتی در جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی را تعریف کنید.
- ۸ - اصول و موازین بهداشتی در جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی را نام ببرید.
- ۹ - نکات بهداشت فردی را که افراد مؤثر در فرایند تولید غذا باید رعایت کنند نام ببرید.
- ۱۰ - برای افراد شاغل در مکان‌های تهیه، تولید و توزیع غذا، داشتن و از اهمیت بسزایی برخوردار است .
- ۱۱ - رعایت بهداشت مواد غذایی از تهیه تا مصرف شامل کدام موارد است؟
- ۱۲ - نکات بهداشت فردی که برای جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی باید به آنها توجه کرد را نام ببرید.
- ۱۳ - برای سالم بودن غذا در مرحله طبخ و نگهداری توجه به چه نکاتی لازم است؟
- ۱۴ - چه موقعی پختن غذا کامل است؟
- ۱۵ - نگهداری غذا به صورت داغ یا سرد در چه دماهایی باید انجام شود؟
- ۱۶ - رعایت بهداشت محیط در چه مراحل برای مواد غذایی باید رعایت شود؟
- ۱۷ - اصولی بهداشت محیط که در رعایت در تأمین سلامت و ایمنی غذا لازمند را نام ببرید.
- ۱۸ - هر یک از موارد زیر جزء کدام اصول و موازین بهداشتی در جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی است؟
 (الف) پوشیدن لباس تمیز و پوشاندن موی سر
 (ب) پوشاندن بینی و دهان هنگام عطسه و سرفه
 (پ) نداشتن زیورآلات
 (ت) گذاشتن پوشش بهداشتی بر روی خراش‌ها دست
 (ث) کوتاه نگهداشتن ناخن‌ها
 (ج) شست و شوی صحیح دست‌ها قبل از کار
 (چ) استفاده از دستکش بهداشتی
 (ح) پختن کامل غذا
 (خ) نگهداری غذا به صورت داغ یا سرد
 (د) دفع صحیح زباله و مواد دفعی
 (ذ) مبارزه با حشرات و جوندگان
 (ر) تهیه آب سالم و کافی
 (ز) پیشگیری از ورود گرد و غبار و مواد خارجی در غذا
- ۱۹ - فساد مواد غذایی یعنی چه؟
- ۲۰ - عوامل ایجاد فساد مواد غذایی کدام‌اند؟
- ۲۱ - به طور کلی چهار دسته از عوامل که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شوند را نام ببرید.
- ۲۲ - عوامل شیمیایی که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شوند را نام ببرید.
- ۲۳ - عوامل شیمیایی چگونه سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شوند؟
- ۲۴ - عوامل بیولوژیکی که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شوند را نام ببرید.
- ۲۵ - سوسک‌های خانگی (سوسری) چگونه میکروب‌ها را از منابع آلوده به مواد غذایی منتقل می‌کنند .
- ۲۶ - بهترین شیوه مبارزه با مگس، سوسک را بنویسید.
- ۲۷ - عوامل فیزیکی که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می‌شوند را نام ببرید.
- ۲۸ - اگر درجه حرارت محیط برای بافت و نوع ماده غذایی مناسب نباشد چه تغییری در آن ایجاد می‌شود؟

- ۲۹- چرا لازم است مواد غذایی فاسدشدنی در یخچال نگهداری شوند؟
- ۳۰- عوامل مکانیکی که سبب ایجاد فساد در مواد غذایی می شوند را نام ببرید.
- ۳۱- چرا میوه های ضربه دیده زودتر فاسد می شوند؟
- ۳۲- در موقع خرید میوه ها باید به چه مواردی توجه کرد؟
- ۳۳- بیماری های ناشی از مصرف غذاهای آلوده چه تاثیر بر جوامع بشری دارد؟
- ۳۴- بر اساس گزارش های سازمان های بین المللی بیماری های ناشی از مصرف غذاهای آلوده در کدام کشورها شیوع بیشتری دارند؟
- ۳۵- بیماری های غذازاد یعنی چه؟
- ۳۶- عوامل ایجاد کننده بیماری های غذازاد یا بیماری های ناشی از غذا کدامند؟
- ۳۷- بیماری های غذازاد یا بیماری های ناشی از غذا چگونه بیماری هایی هستند؟