

۴۷ - در تعیین نمایه خوردن سالم (HEI) چند جزء غذایی مورد نظر قرار گرفته و حداکثر چند امتیاز به فرد داده می‌شود؟

- الف) ۱۰ جزء، ۱۰۰ امتیاز
 ب) ۶ جزء، ۶۰ امتیاز
 ج) ۱۰ جزء، ۶۰ امتیاز
 د) ۶ جزء، ۱۰۰ امتیاز

۴۸ - در کودکان بزرگتر از ۷ سال و با نمایه توده بدنی بین پرستایل ۸۵ تا ۹۵ و دارای مشکلات ثانویه، چه میزان کاهش وزن توصیه می‌شود؟

- الف) حدود ۲ کیلو در ماه
 ب) حدود ۱ کیلو در ماه
 ج) حدود ۰/۵ کیلو در ماه
 د) صفر کیلو در ماه

۴۹ - مقدار تیامین موجود در کدام ماده غذایی بیشتر است؟

- الف) نخود سبز ب) لوبیای پخته ج) برنج د) سیب زمینی

۵۰ - کدام غذاها به ترتیب توان سم زدایی فاز I و II در بدن را دارند؟

- الف) یک فنجان کلم، مرکبات
 ب) انواع توت، یک فنجان بروکلی
 ج) مرکبات، سیر
 د) انگور، مرکبات

۵۱ - اکسیداسیون LDL-C و عوارض قلبی و عروقی از افزایش دریافت کدامیک می‌باشد؟

- الف) روی ب) کلسیم ج) آهن د) سولفور

۵۲ - کدام عبارت در مورد پروتئین‌ها درست می‌باشد؟

- الف) پروتئینها به ازاء هر گرم ۵ کیلوکالری انرژی دارند.
 ب) پروتئین‌ها نمی‌توانند به گلوکز تبدیل شوند.
 ج) تمام انرژی پروتئین‌ها در بدن انسان قابل دسترس است.
 د) اسکلت کربنی پروتئین‌ها در بدن انسان نمی‌تواند انرژی تولید کند.

۵۳ - در تخلیه شدید منیزیم از بدن، کدام بترتیب افزایش و کاهش می‌یابد؟

- الف) ترشح پاراتورمون، مقاومت به ویتامین D
 ب) مقاومت به ویتامین D، پاراتورمون
 ج) کلسی تریول، پاراتورمون
 د) کلسی تریول، مقاومت به ویتامین D