保健食品知识题

一 单项选择题，每个题只有一个正确答案。

1. 下面那样一种营养素对眼睛最适合？

A胡萝卜素 B 蛋白质粉C骨胶原高钙D多维元素

1. 豆浆里面含有哪一种有益物质对女性比较好

A大豆异黄酮B花青素C胡萝卜素D维生素B

1. 一般人每天需要多少辅酶Q10?

A10毫克B20毫克C30----90毫克D100毫克

1. DHA的化学名称是

A二十二碳六烯酸B花生四烯酸C泛醌D烟酸

1. 下列哪一种铁最容易被人体吸收？

A二价铁B三价铁C无机铁D有机二价铁

1. 葡萄糖胺适用于以下哪种人群？

A骨关节炎B糖尿病C心脏病D泌尿感染

1. 鱼肝油主要含有哪种维生素？

A 维生素A B维生素B C 维生素D D维生素AD

1. 番茄红素的主要功能？
2. 美容B.增强免疫力C.保护前列腺D抗菌消炎

二．多项选择，以下至少有2个符合的答案

1.玛卡的主要功能是

A.增强性能力B。缓解压力C.保护前列腺D。改善生殖功能

2.辅酶Q10的主要功能

A.保护心脏B.提高免疫力C.延缓衰老D.改善牙周疾病

3.飞行员的最佳护眼配方

A.越桔加维生素C .B鱼肝油加花青素C.越桔加鱼肝油D越桔加花青素

4.蜂胶主要具有那种功效？

A.消炎抗菌B。提高免疫力C抗氧化D.预防白内障

5.B族维生素主要包括？

A.维生素B1 B维生素B2 C。维生素B6 D 维生素B12

三 填空题

1 芦荟是--------------的佳品。

2 叶黄素的主要功能------------。

3 褪黑素的主要功能------------。

4 牛初乳-------均可补充，尤其是--------。

5.大蒜一般可以每天咀嚼---瓣。

四 判断题

1 大蒜可以帮助控制血糖（ ）

2 大蒜不可以保护心脑血管（ ）

3 葡萄籽提取物含有含有OPC（ ）

4 硒是抗癌和抗氧化的矿物质（ ）

5，锌是最容易缺乏的矿物质（ ）

6.维生素E是最普遍的抗氧化剂（ ）

7.维生素C是容易流失的水溶性维生素。（ ）

8.素食主义是一种健康的饮食主义、（ ）。

五 问答题

1 谈谈多种维生素的保健功能

2 现在主要经营的几个保健品品种？

华油路：张群英

2014年4月30日