

## 实操考试题目

大学生营养午餐配餐设计（食物模型实操）

## 实操考试内容

根据《中国居民膳食指南》大学生营养需求，使用食物模型完成一份营养均衡的午餐配餐，包含食物选择、份量搭配、营养合理性说明及模型整理四个环节。

## 实操考试要求（满分 100 分）

（1）**考试时长：**5 分钟，5 分钟以内完成满分 20 分；4-5 分钟完成扣 1-10 分；超过 5 分钟停止操作扣 20 分；

（2）**营养合理性：**包含三大营养素脂肪、碳水化合物、蛋白质和膳食纤维，共 20 分，缺一项扣 5 分；

（3）**食物多样性：**食物种类 $\geq 5$  种（含主食、蛋白质类、蔬菜、水果/豆制品等）；每少 1 种扣 4 分，累计不超 20 分；

（4）**规范操作：**模型摆放整齐、标签注明食物名称及份量（如“米饭 100g”“鸡胸肉 50g”）、配餐理由清晰（说明营养特点）；一项违规扣 5 分，累计不超 20 分；

（5）**职业素养：**爱护模型、操作文明、使用后原样放回；一项违规扣 5 分，累计不超 20 分。

## 实操仪器

食物模型套装（含主食、肉类、蔬菜、水果、豆制品等）、配餐盘 1 个、标签纸若干、记号笔 1 支、《中国居民膳食指南》大学生营养参考卡 1 张

## 实操考试注意事项

（1）满分为 100 分；

（2）安全操作，不得损坏食物模型；

- (3) 考试时长 5 分钟；
- (4) 模型整理放回时间不计入操作时长；
- (5) 考试过程中保持安静，独立完成；
- (6) 考试结束后立即停止操作，等待监考老师评分。

## 大学生营养午餐配餐设计（食物模型实操）试评分表

考生姓名：\_\_\_\_\_ 准考证号：\_\_\_\_\_

序号	项目名称	分值	评分标准
1	考试时长	20	①5 分钟内完成不扣分； ②4-5 分钟扣 1-10 分； ③超 5 分钟扣 20 分。
2	营养合理性	20	①含有蛋白质、碳水化合物、脂肪、膳食纤维满分； ②一项不达标扣 5 分。
3	食物多样性	20	①种类 $\geq$ 5 种满分； ②每少 1 种扣 4 分。
4	规范操作	20	①摆放/标签/理由达标满分； ②一项违规扣 5 分。
5	职业素养	20	①爱护模型/文明操作/整理达标满分； ②一项违规扣 5 分。

监考人员签字：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_