Quizizz 8 月 用餐禮儀及衛生習慣（1-4 年級測驗試題）

1. 挑食或偏食的人，「不」容易發生什麼情形？**①免疫力佳**②容易生病③影響學習④食慾不好

2. 哪一項習慣是不好的？①三餐定時定量②嘗試吃各種不同的食物③規律的運動**④肚子餓了就吃零食**

3. 取餐、用餐時，哪一個行為是不好的？①吃飯時細嚼慢嚥**②排隊取餐時和前後的同學大聲聊天**③取餐完和服務的同學說謝謝 ④打菜的餐具清洗乾淨

4. 用餐時及用餐後不要做哪些行為？ **①垃圾和廚餘都集中到廚餘桶丟棄**②刷牙漱口③盡量吃完餐盤中的食物，不浪費④嘴巴裡有食物時不說話嬉戲

5. 使用筷子時，哪一個行為是不好的？①筷子不含在嘴巴裡②不用筷子指別人**③將筷子當作樂器敲打碗盤**④不將筷子當牙籤使用

6. 如何挑選及保存食材？請選出不正確的。 **①選擇外殼光滑的蛋**②選擇完整沒有枯黃的蔬菜③沙拉油放在乾燥陰涼的地方④選擇魚鰓鮮紅色的魚

7. 如何正確使用冰箱？請選出不正確的。**①冰箱內食物要塞好塞滿**②打開時間不要過長③定期清理和除霜④食品放入冰箱時要分類且個別包裝

8. 下列哪一個標章是「台灣農產品生產追溯 QR Code」？

①

②

③

④

9. 下列哪一個標章是代表「使用國產生乳製造的100%純鮮乳」的鮮乳標章？

①

②

③

④

10. 營養標示的內容有熱量、蛋白質、脂肪、碳水化合物、糖、鈉等。

① ②

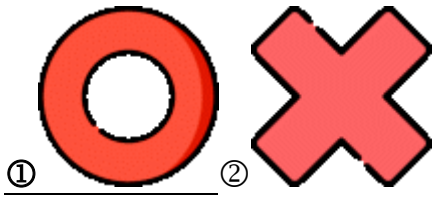
Quizizz 8月用餐禮儀及衛生觀念(5-9年級測驗試題)

1. 自然界中原本就存有許多種類的氣體，太陽輻射進入地球後，釋放出的能量部分被大氣層中的氣體吸收，地表因此可維持現在的溫度，稱為①蝴蝶效應②鐘擺效應③西瓜效應**④溫室效應**

2. 如何響應低碳生活，健康又環保？請選出不正確的。

   ①選擇當季的食材②選擇精簡包裝少加工的食材和食品**③用餐多用免洗餐具**④垃圾分類

3. 根據聯合國研究，約18%的溫室氣體來自化學燃料燃燒和農牧業排放，表示「食物」對全球暖化有很大的影響。



①　②

4. 如何預防「食品中毒」？請選出錯誤的。

   ①勤洗手，尤其如廁後、進食前②不生食、不生飲**③食品價格便宜就好，其他不重要**④選擇乾淨衛生的餐廳或用餐地方

5. 哪一項不是「食安五環」？

   ①加重惡意黑心廠商的責任②全民監督食安③十倍市場查驗十倍安全**④末端控管**

6. 如何挑選及保存「蛋」？請選擇錯誤的。①選擇外殼粗糙的②選擇光照下會透光的**③選擇蛋黃散開的**④鈍端向上放冰箱保存

7. 如何挑選及保存「奶類」？請選擇錯誤的。

① 選擇包裝良好無破損的②注意製造日期和保存期限③ **放在冰箱冷凍層**

④避免放在陽光照射的地方

8. 哪一個標章代表「原料是以國產品為主，證明國產農產品和它的加工品的安全性和優良性」？

①

②

③

④

9. 哪一個標章代表「台灣唯一的有機農產品辨識準則，代表不使用化學肥料、化學農藥和食品添加物的農產品」？

①

②

③

④

10. 有容器或包裝的食品需要有「食品標示」，包含品名、內容物名稱、食品添加物名稱、原產地、有效日期、營養標示等標示。

① ②