

1. Beslenme ile ilgili aşağıda verilen ifadelerden hangisi doğru değildir?

- A) Canlıların yaşamlarını devam ettirebilmeleri için beslenmeleri gerekmektedir.  
 B) Canlılar, besinlerle birlikte vücutları için gerekli olan yapıcı, onarıcı, düzenleyici ve enerji verici maddeleri alırlar.  
 C) Canlıların hayati faaliyetlerini devam ettirebilmeleri için tüm besin çeşitlerine ihtiyaçları vardır.  
 D) Beslenirken çeşitli besinleri almamızın bir önemi yoktur.

2. Hangi besinlerin içeriklerinde vücudumuzun büyümesini ve gelişmesini sağlayan yararlı maddeler bulunur?

- A) Et, süt gibi besinler,  
 B) Zeytin, ceviz gibi besinler,  
 C) Makarna, ekmek gibi nişasta içeren besinler,  
 D) Meyve ve sebzelerin içeriklerinde,

3. Hangi besinlerin içeriklerinde vücudumuzun enerji ihtiyacını karşılayan maddeler bol miktarda bulunur?

- A) Et, süt gibi besinler,  
 B) Meyve ve sebzelerin,  
 C) Zeytin, ceviz gibi besinler,  
 D) Su ve içeceklerin,

4. Aşağıdakilerden hangisi vücudumuzda kan dâhil birçok yapıya katılarak bu yapıların işlevlerini yerine getirmesine yardımcı olur?

- A) Yağ  
 B) Su  
 C) Bal  
 D) Vitamin

5. Aşağıda verilen nişasta içeren besinlerden hangisinde yaşamsal faaliyetlerin devamı için gerekli enerjiyi veren besin içerikleri bulunur?

- A) Et, süt gibi besinler,  
 B) Zeytin, ceviz gibi besinler,  
 C) Makarna, ekmek gibi nişasta içeren besinler,  
 D) Meyve ve sebzelerin içeriklerinde,

6. Aşağıda verilen besinlerin hangisinde hastalandığımızda çabuk ve kolayca iyileşmemizi sağlayacak, bizi güçlü yapacak maddeler bulunur?

- A) Et, süt gibi besinler,  
 B) Zeytin, ceviz gibi besinler,  
 C) Makarna, ekmek gibi nişasta içeren besinler,  
 D) Meyve ve sebzelerin içeriklerinde,

7. Besinlerin bazıları tatlı, bazıları ekşi, bazıları ise acıdır. Besinlerin tatlarının yanında elde edildikleri kaynaklar da farklı olabilir. Aşağıdaki besinlerden hangisinin kaynağı farklıdır?

- A) Bal  
 B) Zeytin  
 C) Ekmek  
 D) Şeker

8. Aşağıdaki besinlerden hangisinin kaynağı farklıdır?

- A) Peynir  
 B) Reçel  
 C) Yumurta  
 D) Yoğurt

9. Besinleri bitkisel ve hayvansal besinler olmak üzere iki grupta ele alırız. Aşağıdakilerden hangisi bitkisel besinler içerisinde yer almaz?

- A) Baklagil  
 B) Meyve  
 C) Sebze  
 D) Yumurta

10. Aşağıdakilerden hangisi hayvansal besinlerden birisi değildir?

- A) Tavuk  
 B) Balık  
 C) Nohut  
 D) Süt

11. Aşağıdakilerden hangisi beslenmede farklı bir göreve sahiptir?

- A) Et  
 B) Su  
 C) Süt  
 D) Bal

12. Besinlerle ilgili aşağıdakilerden hangisi doğru değildir?

- A) Vücudumuzun ihtiyacı olan enerjiyi verir.  
 B) Büyümemizi ve gelişmemizi sağlar.  
 C) Hastalıklara karşı korunmamızı sağlar.  
 D) Uyumamızı ve dinlenmemizi sağlar.