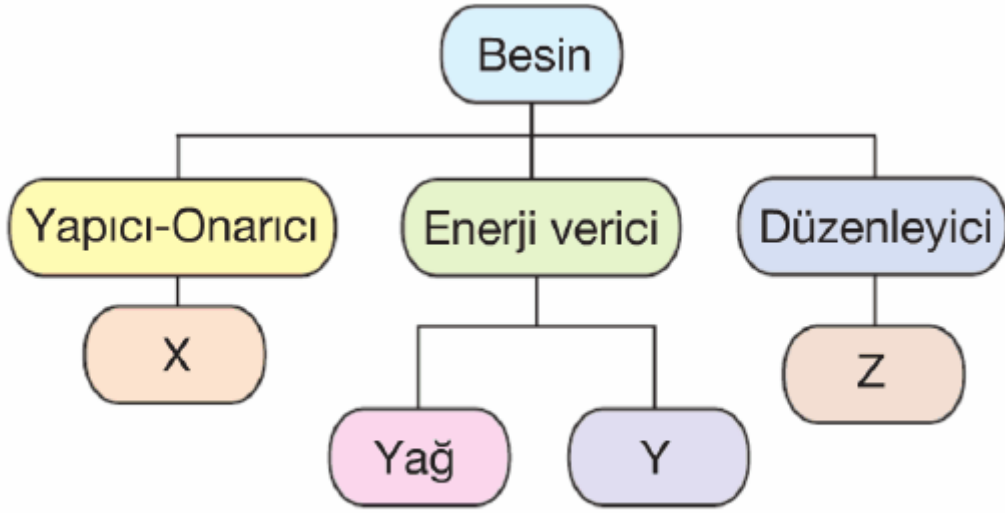


## 5. Sınıf Fen Bilimleri Besinler Ve Dengeli Beslenme Testi Çöz

1.



Yukarıdaki kavram haritasında besin maddeleri ve görevleri verilmiştir.

**Buna göre; X, Y ve Z yerine aşağıdakilerden hangisi gelmelidir?**

- | <u>        X        </u> | <u>        Y        </u> | <u>        Z        </u> |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| A) Karbonhidrat          | Vitamin                  | Protein                  |
| B) Protein               | Mineral                  | Vitamin                  |
| C) Mineral               | Su                       | Karbonhidrat             |
| D) Protein               | Karbonhidrat             | Vitamin                  |

Cevap :

2. Vitaminler için aşağıdaki öğrencilerden hangisi **yanlış** bir bilgi vermiştir?

A)



Taze sebze ve meyvelerde bol miktarda bulunur.

B)



Vücudumuzda enerji verici olarak görev yaparlar.

C)



Vücudu hastalıklara karşı korur ve direncini artırırlar.

D)



Kemik ve diş gelişimine yardımcı olur.

Cevap : B

3.

I.

Yiyeceklerin temizliğine dikkat etmek

II.

Paketlenmiş ürünlerin son kullanma tarihlerine bakmadan tüketmek

III.

Besinleri çok sıcak veya çok soğuk yememek

**Yukarıdakilerden hangileri sindirim sistemi organlarının sağlığı için yapılmalıdır?**

A) Yalnız I

B) I ve II

C) I ve III

D) I, II ve III

Cevap : C

4.



Zeynep

Taze ve iyice temizlenmiş besinleri tüketmeliyiz.

Dengeli beslenmek için vücuda protein, karbonhidrat ve yağ almak yeterlidir.



Sıla



Gizem

Açıkta satılan besinleri yememeliyiz.

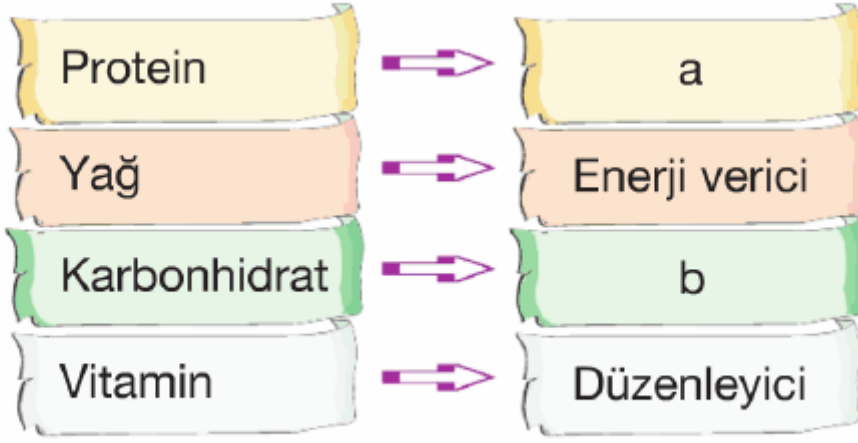
Yukarıdaki öğrenciler dengeli beslenmek için dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında yorum yapmışlardır.

**Buna göre, hangi öğrencilerin yorumları doğrudur?**

- A) Zeynep ve Gizem
- B) Sıla ve Gizem
- C) Zeynep ve Sıla
- D) Zeynep, Sıla ve Gizem

Cevap : A

5.



**Yukarıdaki besinlerin öncelikli görevlerinin eşleştirmesinde a ve b ile belirtilen yerlere hangi seçenekte verilenler yazılmalıdır?**

- | <u>          a          </u> | <u>          b          </u> |
|------------------------------|------------------------------|
| A) Yapıcı ve onarıcı         | Düzenleyici                  |
| B) Yapıcı ve onarıcı         | Enerji verici                |
| C) Enerji verici             | Yapıcı ve onarıcı            |
| D) Düzenleyici               | Yapıcı ve onarıcı            |

Cevap : B





6. I. Konuşmada, yürümede zorluklar oluşur.  
II. Hem kendilerine hem çevrelerine zarar verirler.  
III. Trafik kazalarına sebep olurlar.

**Yukarıda verilenlerden hangisi ya da hangileri alkol kullanan kişilerde görülebilen davranışlardandır?**

- |                 |              |
|-----------------|--------------|
| A) I, II ve III | B) II ve III |
| C) I ve II      | D) I ve III  |

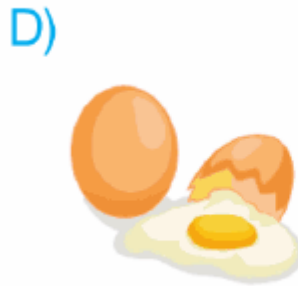
Cevap : A

7. Aşağıda verilenlerden hangisi doğru değildir?

- A) Vücudumuzda su ve mineraller düzenleyici görev yapar. 
- B) Diyetin anlamı dengeli beslenmedir. 
- C) Sigara içilen ortamlarda bulunan, sigara içmeyen kişiler de en az içenler kadar zarar görür. 
- D) Sigara ve alkol vücudumuzda sadece akciğerlere zarar verir. 

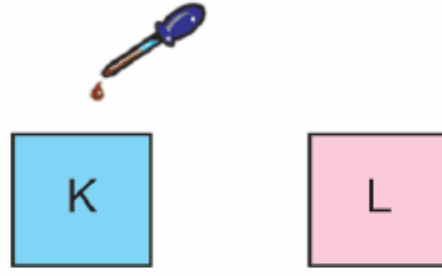
Cevap : A

8. Sağlıklı beslenmek isteyen bir kişi aşağıdakilerden hangisini en az tüketmelidir?



Cevap : C

9.



Yukarıda verilen K maddesine tentürdiyot damlatılınca rengi maviye dönüşüyor. L maddesini bir kağıda sürülünce kağıt şeffaflaşıyor.

**Buna göre, K ve L maddeleri için aşağıdakilerden hangisini kesin olarak söyleriz?**

- A) K maddesi protein içerir.
- B) Her iki madde de bol miktarda yağ vardır.
- C) L maddesinde bol miktarda karbonhidrat vardır.
- D) K maddesi karbonhidrat, L maddesi ise yağ içerir.

Cevap : C

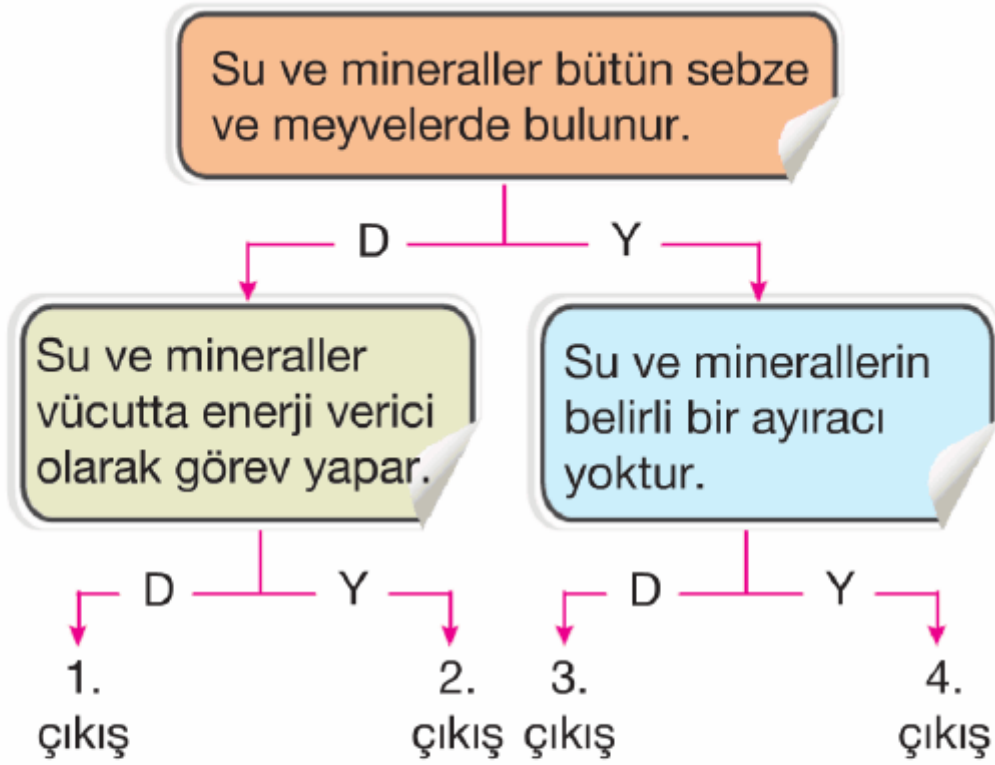
10. I. Baharat  
II. Koruyucu  
III. Tatlandırıcı  
IV. Renklendirici

**Yukarıdakilerden hangisi ya da hangileri hazır besin teknolojisinde kullanılan katkı maddelerinden biri **değildir**?**

- A) I      B) II      C) III      D) IV

Cevap : A

11.



Yukarıdaki bilgi diyagramında doğru "D", yanlış "Y" anlamındadır.

**Su ve minerallerle ilgili yeterli bilgiye sahip öğrenci kaçınıcı çıkışa ulaşır?**

- A) 1. çıkış                      B) 2. çıkış  
C) 3. çıkış                      D) 4. çıkış

Cevap : B

12.



**Grafik incelendiğinde süt ile ilgili;**

- I. Sütün içerisinde bütün besin çeşitlerinden bulunur.
- II. Süt yapıcı onarıcı özelliktedir.
- III. Yapısında en az karbonhidrat bulunur.

**ifadelerinden hangisi ya da hangileri doğrudur?**

- A) Yalnız I                      B) I ve III  
C) I ve II                        D) I, II ve III

Cevap : C



13. • Havuçta bulunan, göz için önemli bir vitamin  
• Turunçgillerde bolca bulunan dişler için önemli bir vitamin  
• Yeşil sebzelerde bulunan, kanın pıhtılaşmasında önemli bir vitamin

**Yukarıda verilen bilgilere bakılarak aşağıda verilen vitaminlerin hangisinden bahsedilmemiştir?**

- A) K      B) A      C) C      D) D

Cevap : C

14. **Aşağıda verilen menülerden hangisi dengeli beslenme için uygun bir menüdür?**

A) Pilav  
Kuru fasulye  
Tavuk  
Tatlı

B) Ekmek  
Tavuk  
Pilav  
Meyve suyu

C) Makarna  
Tavuk  
Yoğurt  
Elma

D) Bal  
Ekmek  
Çikolata  
Süt

Cevap : C

15.

Besin	Ayraç	Oluşan renk
I	Beyaz kağıt	Şeffaf
Karbonhidrat	Tentürdiyot	II
Protein	III	Sarı

**Yukarıda verilen tabloda boş bırakılan yerlere aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir?**

\_\_\_\_\_ I \_\_\_\_\_ II \_\_\_\_\_ III

- A) Yağ Mor Nitrik asit  
B) Yağ Kırmızı Nitrik asit  
C) Vitamin Mor Nitrik asit  
D) Vitamin Sarı Nitrik asit

Cevap : A

16.

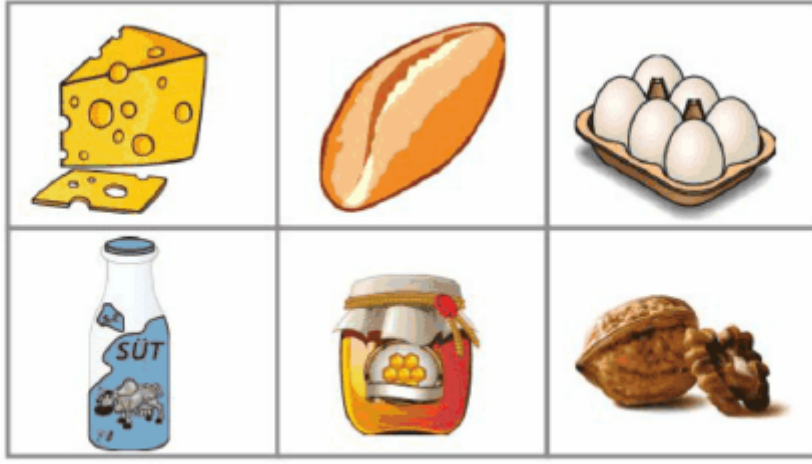
1. Buğday	a. Protein
2. Fındık	b. Karbonhidrat
3. Nohut	c. Yağ

**Yukarıda verilen besinler ve içerikleri eşleştirildiğinde eşleşme aşağıdakilerden hangisi gibi olur?**

- A) 1 - b B) 1 - a C) 1 - c D) 1 - b  
2 - c 2 - b 2 - b 2 - a  
3 - a 3 - c 3 - a 3 - c

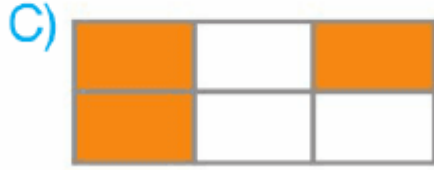
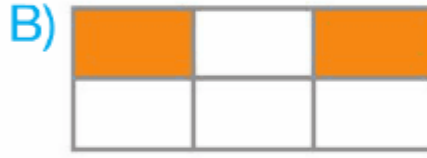
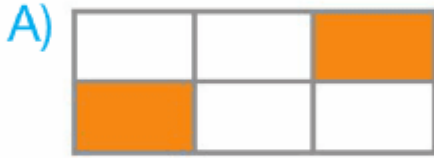
Cevap : A

17.



Yukarıdaki tabloda bazı besinler verilmiştir.

**Besinlerin öncelikli görevleri düşünülerek yapıcı ve onarıcı besinlerin bulunduğu kutular boyanırsa tablonun boyalı halı aşağıdakilerden hangisi gibi olur?**



Cevap : C

18.

Halil: Patates kızartması, ekmek, bal

Onur: Yumurta, süt, peynir

Ahmet: Domates, salatalık, peynir, ekmek

İlker: Yumurta, süt, peynir

Yukarıda öğrencilerin sabah kahvaltısında yedikleri besinler verilmiştir.

**Buna göre, hangi öğrencinin kanında en çok karbonhidrata rastlanır?**

- A) Ahmet                      B) Onur  
C) Halil                        D) İlker

Cevap : C

19.



**Yukarıda verilen besinler ile ilgili;**

- I. Yapılarında bol miktarda yağ bulunur.
- II. Beyaz kağıda sürülürse şeffaf leke bırakır.
- III. Vücuda enerji verir.

**ifadelerinden hangisi ya sda hangileri doğrudur?**

- A) I ve II
- B) I ve III
- C) II ve III
- D) I, II ve III

Cevap : C

[Online Test Çöz](#)

[Pdf İndir](#)