

食品安全常识八讲（中学）



[食品安全常识八讲（中学） 下载链接1](#)

著者:全国青少年儿童食品安全行动领导小组办公室

出版者:高等教育

出版时间:2010-1

装帧:

isbn:9787040252248

《食品安全常识八讲(中学)》共分八讲介绍了食品安全的一些常识。内容包括：食品不安全的源头；安全选购食品；食品器具和环境卫生；食物中毒的预防等。《食品安全常识八讲(中学)》适合中学生阅读。民以食为天，食以安为先。病从口入，三分之一的病症是吃出来的，吃的贵不如吃的对。

作者介绍：

目录: 食品安全与营养知识歌谣	/1	第一讲 食品不安全的源头	/7
一、食品生产源头的重要性	/8	二、食品加工过程要规范	/10
三、食品的运输过程不容忽视	/11	四、食品包装有学问	/13
五、把好进食关	/14	自测题	/15
第二讲 安全选购食品	/17	一、选择正规的商场和超市	/18
三、选择新鲜的食品	/18	三、购买食品看“三期”	/21
五、票据千万要保全	/27	四、常见标签要认识	/22
自测题	/27	第三讲 食品器具和环境卫生	/29
一、食品要用专用包装	/30	二、做好盛具和餐具的消毒	/32
三、保持餐厅和厨房的干净整洁	/34	四、餐厅就餐的注意事项	/35
自测题	/36	自测题	/36
正确保存食品	/39	第四讲 正确使用冰箱	/40
三、正确保存米面	/42	自测题	/43
四、怎样保存剩饭菜	/40	第五讲 食物中毒的预防	/45
二、果蔬洗净再食用	/47	三、学会鉴别有毒食物	/49
四、食物中毒后怎么办？	/52	自测题	/53
一、生水为什么不能喝	/56	第六讲 健康饮水常识	/55
二、为什么要常喝白开水	/57	三、“千滚水”不能喝	/58
四、把握好喝水的时段	/59	五、碳酸饮料不宜常喝	/60
自测题	/62	六、为什么要少吃冷饮	/62
第七讲 均衡膳食营养	/65	一、膳食结构要合理	/66
三、警惕慢性病低龄化	/69	二、膳食与肥胖	/68
五、为什么不要经常吃西式快餐	/70	自测题	/71
自测题	/71	第八讲 养成良好的饮食习惯	/73
一、暴饮暴食的危害	/74	二、细嚼慢咽好处多	/75
四、街边小吃的危害	/76	三、吃饭时要专心	/76
七、不混用餐具	/81	五、勤洗手，会洗手	/78
十、为什么要少吃油炸食品	/85	六、早晚刷牙，饭后漱口	/81
自测题参考答案	/91	八、不吃早餐害处多	/82
• • • • • (收起)		九、要吃有质量的早餐	/84
		十一、怎样正确选择零食	/86
		自测题	/88

[食品安全常识八讲 \(中学\) 下载链接1](#)

标签

评论

[食品安全常识八讲 \(中学\) 下载链接1](#)

书评

[食品安全常识八讲（中学）_下载链接1](#)