中五家政练习卷

中五　家政　｜　时限：90 分钟　｜　总分：100 分　｜　共 24 题

甲、膳食计划与营养需要（18 分）

能量以每克碳水化合物及蛋白质 4 千卡、每克脂肪 9 千卡计算。

1. 早餐吃了燕麦 50 克（碳水化合物 32 克、蛋白质 6 克、脂肪 4 克）及牛奶 250 毫升（碳水化合物 12 克、蛋白质 8 克、脂肪 8 克）。求早餐总能量（千卡），并求脂肪所提供能量占早餐的百分比。（5 分）

2. 该女生每日需要 2 000 千卡。求早餐所提供能量占每日所需的百分比。（4 分）

3. 午餐吃了鸡胸 150 克（蛋白质 31 克）、鸡蛋 1 只（蛋白质 6.5 克）及豆腐 100 克（蛋白质 8 克）。求午餐蛋白质总量，并求占每日建议摄入量（每公斤体重 0.9 克，体重 55 公斤）的百分比。（5 分）

4. 说明两项在中式膳食中增加膳食纤维摄取的方法，并各举一个食物例子。（4 分）

乙、食物成本、分量与厨余（17 分）

所有价格以元为单位，答案取至小数后一或两位。

5. 购买猪肉 500 克（每公斤 88 元）、蔬菜 400 克（每公斤 24 元）、白米 300 克（每公斤 12 元）。求食材总成本，并求四人平均每人成本。（5 分）

6. 原本的食谱为四人份，猪肉用量 500 克。若要改为十人份，求换算系数及猪肉用量。（4 分）

7. 某家庭采购 1.8 公斤食物，最后丢弃 0.45 公斤。求厨余百分比。若某屋苑每户每日平均产生 0.6 公斤厨余，共 800 户，求一年（365 日）厨余量的公吨数。（4 分）

8. 列举两项在采购及贮存阶段减少厨余的具体做法。（4 分）

丙、针织与缝纫技巧（16 分）

缝纫机每分钟可缝 900 针。

9. 一条长 60 厘米的布边，每厘米需缝 4 针。求总针数；若以缝纫机缝完整条布边，求所需时间（秒）。（4 分）

10. 一件毛衣需用毛线 450 克，每球毛线 50 克、售 38 元。求所需毛线球数及毛线成本。（4 分）

11. 编织密度为每 10 厘米 22 针。胸阔 50 厘米，求起针数目。（4 分）

12. 比较针织布与梭织布在弹性及用途上的分别，各举一例。（4 分）

丁、能源效益与家庭电器（17 分）

电费以每度（千瓦时）1.3 元计算。

13. 一部 2 000 瓦焗炉每日使用 1.5 小时。求每日耗电量（千瓦时）、30 日耗电量及该月电费。（5 分）

14. 一部一级能源标签雪柜每年较旧型号省 260 度电，售价 5 200 元，旧雪柜可售 400 元。求每年节省金额及回本期（年）。（4 分）

15. 两部同样使用 4 小时的电器，功率分别为 1 200 瓦及 800 瓦。求两者耗电量之差及较低功率者可省电的百分比。（4 分）

16. 列举两项在家庭中提升能源效益的具体做法，并说明其原理。（4 分）

戊、食物安全与标签（16 分）

假设食物在摄氏 25 度下每 30 分钟细菌倍增一次。

17. 食物在室温放置 4 小时。求细菌数量增至原来的多少倍。（4 分）

18. 某饮品每 100 毫升含糖 12 克，一盒 30 毫升。求每盒含糖量；若每日建议糖摄入上限为 50 克，求占比。（4 分）

19. 说明“此日期前最佳”与“食用期限”的分别，并各指出一种适用食物。（4 分）

20. 列举三项处理生熟食物时避免交叉污染的做法。（4 分）

己、家庭财政、保险与消费（16 分）

每月收入及支出均以元为单位。

21. 某家庭月入 32 000 元，每月租金 11 200 元、食物 6 400 元、交通 2 400 元、其他 4 000 元。求每月总支出、每月储蓄额及储蓄率。（5 分）

22. 家居保险的保单自负额为 1 500 元。若家中失窃损失 12 000 元，求保险公司赔偿金额。（4 分）

23. 一件货品售 7 200 元，可分 12 期付款，每期 650 元。求总付款额、利息及利率（相对原价）。（4 分）

24. 列举两项购物前比较价格的具体方法。（3 分）

TutorZone 中五家政练习卷｜题目与文章为原创，并非任何学校或出版社的教材。