4. Sınıf Fen Bilimleri · Besinlerimiz · 10 Soruluk Test

Sınav Tarihi: ____ / ____ / _____

Adı Soyadı: _____

Sınıf: _____

1. Aşağıdakilerden hangisi doğru saklama yöntemlerinden biri değildir?

A) Kurutma
B) Tuzlama
C) Kızartma
D) Dondurma

2. Tuz ve su gibi maddeler vücudun çalışmasını düzenleyen besinler arasındadır. Bu besin grubu aşağıdakilerden hangisini kapsar?

A) Sadece İnorganik Maddeler
B) Yapıcı ve Onarıcı Maddeler
C) Enerji Veren Maddeler
D) Düzenleyici Maddeler

3. Obezite ile ilgili olarak aşağıdakilerden hangisi yanlıştır?

A) Obezite aşırı yağlı besinler tüketmekten oluşur.
B) Vücudumuzda aşırı yağ birikmesi sonucu oluşur.
C) Obezite düzenli beslenme sonucu ortaya çıkar.
D) Obezite bir kişi günlük yaşamında zorluk çeker.

4. Paketli bir besin alırken aşağıdakilerden hangisine dikkat etmek gerekmez?

A) Son kullanma tarihine
B) TSE işaretinin bulunmasına
C) Ambalajın sağlam olmasına
D) Paketin üzerinde ünlü birinin resminin olmasına

5. Proteinlerle ilgili aşağıdaki bilgilerden hangisi yanlıştır?

A) En çok şeker ve bal gibi tatlılarda bulunur.
B) Vücudumuzda yapıcı ve onarıcı olarak görev yapar.
C) Et, yumurta ve baklagillerde bol bulunur.
D) Saç ve tırnaklarımızın uzamasına yardım eder.

6. Aşağıdaki bilgilerden hangisi karbonhidratlarla ilgili değildir?

A) Un ve unla yapılan ürünler karbonhidrat bakımından zengindir.
B) Gün içinde en çok tüketmemiz gereken besin grubudur.
C) Vücudumuz için gerekli enerjiyi verir.
D) Balık ve yumurtada bulunur.

7. Vücudumuzun gelişmesini, boyumuzun uzamasını sağlayan besinler .....I..... besinlerdir. Su, vitaminler ve mineraller .....II..... besinlerdir. **Noktalı yere sırasıyla hangi kelimeler gelmelidir?**

A) enerji verici - düzenleyici
B) düzenleyici- enerji verici
C) enerji verici - yapıcı ve onarıcı
D) yapıcı ve onarıcı - düzenleyici

8. Kolu kırılan Fatih'in iyileşme sürecinde aşağıdaki besin gruplarından hangisini tüketmesi daha yararlı olur?

A) Yaş pasta, kurabiye, gazlı içecek
B) Patates kızartması, cips, şekerleme
C) Yoğurt, balık, kuru fasulye
D) Lokum, bal, reçel

9. Besinleri dondurarak saklama yöntemi hakkında bazı bilgiler verilmiştir.
I. Çözdürülen besinler yeniden dondurulabilir.
II. Dondurulacak besinler temiz ve taze olmalıdır.
III.Çözdürülen besinler kısa sürede tüketilmelidir.
Verilen bilgilerden hangisi doğrudur?

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

Sorumasyon v1.0.0-20261101-214746

10. I. Hem hayvansal hem de bitkisel besinlerde bulunur.
II. Kasların ve dokuların yapımında görev alır.
III. Vücudumuzda öncelikle enerji vermek için kullanılır.
Proteinlerle ilgili verilen bilgilerden hangileri doğrudur?

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

SORUMASYON