

版权声明

编写组依法对本书享有专有著作权，同时我们尊重知识产权，对本电子书部分内容参考和引用的市面上已出版或发行图书及来自互联网等资料的文字、图片、表格数据等资料，均要求注明作者和来源。但由于各种原因，如资料引用时未能联系上作者或者无法确认内容来源等，因而有部分未注明作者或来源，在此对原作者或权利人表示感谢。若使用过程中对本书有任何异议请直接联系我们，我们会在第一时间与您沟通处理。

因编撰此电子书属于首次，加之作者水平和时间所限，书中错漏之处在所难免，恳切希望广大考生读者批评指正。

目录

封面.....	1
目录.....	3
2026 年复旦大学 761 卫生综合(一)考研核心笔记.....	6
《营养与食品卫生学》考研核心笔记	6
第 1 章 营养学基础.....	6
考研提纲及考试要求	6
考研核心笔记.....	6
第 2 章 食物中的生物活性成分	20
考研提纲及考试要求	20
考研核心笔记.....	20
第 3 章 各类食物的营养价值	27
考研提纲及考试要求	27
考研核心笔记.....	27
第 4 章 特殊人群的营养.....	35
考研提纲及考试要求	35
考研核心笔记.....	35
第 5 章 公共营养	44
考研提纲及考试要求	44
考研核心笔记.....	44
第 6 章 临床营养	51
考研提纲及考试要求	51
考研核心笔记.....	51
第 7 章 营养与营养相关疾病	54
考研提纲及考试要求	54
考研核心笔记.....	54
第 8 章 分子营养与营养流行病学	62
考研提纲及考试要求	62
考研核心笔记.....	62
第 9 章 食品污染及其预防	68
考研提纲及考试要求	68
考研核心笔记.....	68
第 10 章 食品添加剂及其管理	81
考研提纲及考试要求	81
考研核心笔记.....	81
第 11 章 各类食品卫生及其管理	86
考研提纲及考试要求	86
考研核心笔记.....	86

第 12 章 食源性疾病预防	95
考研提纲及考试要求	95
考研核心笔记	95
第 13 章 食品安全性风险分析和控制	103
考研提纲及考试要求	103
考研核心笔记	103
第 14 章 食品安全监督管理	108
考研提纲及考试要求	108
考研核心笔记	108
2026 年复旦大学 761 卫生综合(一) 考研辅导课件	114
《营养与食品卫生学》 考研辅导课件	114
2026 年复旦大学 761 卫生综合(一) 考研复习提纲	228
《营养与食品卫生学》 考研复习提纲	228
2026 年复旦大学 761 卫生综合(一) 考研核心题库	232
《营养与食品卫生学》 考研核心题库之名词解释精编	232
《营养与食品卫生学》 考研核心题库之简答题精编	237
2026 年复旦大学 761 卫生综合(一) 考研题库[仿真+强化+冲刺]	245
复旦大学 761 卫生综合(一) 之营养与食品卫生学 考研仿真五套模拟题	245
2026 年营养与食品卫生学五套仿真模拟题及详细答案解析(一)	245
2026 年营养与食品卫生学五套仿真模拟题及详细答案解析(二)	247
2026 年营养与食品卫生学五套仿真模拟题及详细答案解析(三)	249
2026 年营养与食品卫生学五套仿真模拟题及详细答案解析(四)	251
2026 年营养与食品卫生学五套仿真模拟题及详细答案解析(五)	253
复旦大学 761 卫生综合(一) 之营养与食品卫生学 考研强化五套模拟题	255
2026 年营养与食品卫生学五套强化模拟题及详细答案解析(一)	255
2026 年营养与食品卫生学五套强化模拟题及详细答案解析(二)	257
2026 年营养与食品卫生学五套强化模拟题及详细答案解析(三)	259
2026 年营养与食品卫生学五套强化模拟题及详细答案解析(四)	261
2026 年营养与食品卫生学五套强化模拟题及详细答案解析(五)	263
复旦大学 761 卫生综合(一) 之营养与食品卫生学 考研冲刺五套模拟题	265
2026 年营养与食品卫生学五套冲刺模拟题及详细答案解析(一)	265
2026 年营养与食品卫生学五套冲刺模拟题及详细答案解析(二)	267
2026 年营养与食品卫生学五套冲刺模拟题及详细答案解析(三)	269
2026 年营养与食品卫生学五套冲刺模拟题及详细答案解析(四)	271
2026 年营养与食品卫生学五套冲刺模拟题及详细答案解析(五)	273
附赠重点名校: 卫生综合 2016-2024 年考研真题汇编(暂无答案)	275
第一篇、2024 年卫生综合 考研真题汇编	275

2024 年扬州大学 353 卫生综合 (A 卷) 考研专业课真题	275
2024 年暨南大学 353 卫生综合考研专业课真题	284
第二篇、2023 年卫生综合考研真题汇编	292
2023 年扬州大学 353 卫生综合 (A 卷) 考研专业课真题	292
第三篇、2022 年卫生综合考研真题汇编	299
2022 年湖南师范大学 353 卫生综合考研专业课真题	300
2022 年扬州大学 353 卫生综合考研专业课真题	302
2022 年暨南大学 353 卫生综合考研专业课真题	309
第四篇、2021 年卫生综合考研真题汇编	318
2021 年暨南大学 353 卫生综合 A 卷考研专业课真题	318
第五篇、2020 年卫生综合考研真题汇编	326
2020 年武汉科技大学 353 卫生综合考研专业课真题及参考答案	326
2020 年杭州师范大学 353 卫生综合考研专业课真题	336
2020 年扬州大学 353 卫生综合考研专业课真题	344
第六篇、2019 年卫生综合考研真题汇编	352
2019 年湖南师范大学 353 卫生综合考研专业课真题	352
2019 年山东大学 353 卫生综合考研专业课真题	354
2019 年山东大学 634 卫生管理综合考研专业课真题	356
第七篇、2018 年卫生综合考研真题汇编	358
2018 年杭州师范大学 353 卫生综合考研专业课真题	358
2018 年扬州大学 353 卫生综合考研专业课真题	369
第八篇、2017 年卫生综合考研真题汇编	377
2017 年暨南大学 353 卫生综合考研专业课真题	377
2017 年杭州师范大学 353 卫生综合考研专业课真题	384
2017 年青岛大学 353 卫生综合考研专业课真题	408
第九篇、2016 年卫生综合考研真题汇编	413
2016 年扬州大学 353 卫生综合考研专业课真题	413
2016 年青岛大学 353 卫生综合考研专业课真题	422

2026 年复旦大学 761 卫生综合(一)考研核心笔记

《营养与食品卫生学》考研核心笔记

第 1 章 营养学基础

考研提纲及考试要求

考点：蛋白质的功能，氨基酸和必需氨基酸，蛋白质的消化、吸收和代谢
考点：食物蛋白质营养学评价，蛋白质营养不良及营养状况评价
考点：蛋白质参考摄入量及食物来源，脂类的分类及功能
考点：脂类的消化、吸收及转运，脂类的食物来源及参考摄入量
考点：碳水化合物的分类、食物来源，碳水化合物的功能
考点：碳水化合物的消化吸收，碳水化合物供给，概述
考点：人体的热能消耗，人体一日热能需要的确定
考点：钙，磷，铁，碘，锌，硒，铜，锰，钴，钼，铬，镍
考点：概述，维生素 A，维生素 D，维生素 E，维生素 C，硫胺素
考点：核黄素，烟酸，维生素 B6，叶酸

考研核心笔记

【核心笔记】蛋白质

1. 蛋白质的功能

蛋白质的功能概括起来主要有三个方面，即是人体组织的构成成分；构成体内各种重要物质和提供能量。

2. 氨基酸和必需氨基酸

(1) 氨基酸和肽：

蛋白质是由许多氨基酸以肽键连接在一起，由于氨基酸的种类、数量、排列次序和空间结构的千差万别，就构成了无数种功能各异的蛋白质。蛋白质被分解时的次级结构称肽，含 10 个以上氨基酸的肽称多肽，含 3 个或 2 个氨基酸分别称 3 肽和 2 肽。

(2) 必需氨基酸：

构成人体蛋白质的氨基酸有 20 种，根据来源分别称非必需氨基酸、必需氨基酸、半必需氨基酸。成人体内必需氨基酸有 8 种，即异亮氨酸、亮氨酸、赖氨酸、蛋氨酸、苯丙氨酸、苏氨酸、色氨酸、缬氨酸，儿童为 9 种，即上述 8 种加上组氨酸。

(3) 氨基酸模式和限制氨基酸：

人体蛋白质以及食物蛋白质在必需氨基酸的种类和含量上存在着差异，在营养学上常用氨基酸模式来反应这种差异。其计算方法是将该种蛋白质中的色氨酸含量为 1，分别计算出其它必需氨基酸的相应比值，这一系列的比值就是该种蛋白质的氨基酸模式。当食物蛋白质氨基酸模式与人体蛋白质越接近时，必需氨基酸被机体利用的程度也越高，食物蛋白质的营养价值也相对越高。反之，食物蛋白质中限制氨基酸种类多时，其营养价值相对较低。

3. 蛋白质的消化、吸收和代谢

蛋白质消化的主要场所在小肠。由胰腺分泌的胰蛋白酶和糜蛋白酶使蛋白质在小肠中被分解为氨基酸