

실력 곁하기

75쪽

01 ④ 02 ① 03 ② 04 ② 05 ② 06 ⑤  
07 해설 참조

03 가정 폭력의 아동 피해자는 학교생활 부적응, 학교 폭력, 충동 자제력 부족, 폭력 행동 모방, 가출, 공격성, 비행, 싸움, 우울, 두려움, 위축, 문제 해결 능력 부족, 주의력 결핍 등의 피해를 입는다.

04 건강한 가정을 만들기 위해서는 서로 존중하는 가정 분위기를 형성하고, 가족과 대화를 자주 하며, 함께하는 시간을 많이 갖도록 한다. 또한, 정기적인 가족 회의를 통해 상호 간의 이해를 높여야 한다.

05 건강가정지원센터는 가족 문제의 발생을 사전에 예방하기 위해 다양한 가족을 대상으로 가족 교육, 가족 상담, 지역 사회 네트워크 등의 통합적인 가족 지원 서비스를 제공하는 기관이다.

07 [예시 답안] 순환성은 세대 간에 대물림된다는 의미이고, 중복성은 배우자, 자녀, 부모 폭력이 같이 일어날 수 있다는 의미이다.

[채점 기준]

상	① 순환성은 세대 간에 대물림된다는 의미이다. ② 중복성은 배우자, 자녀, 부모 폭력이 같이 일어날 수 있다는 의미이다. 2가지 모두 서술하였다.
중	1가지만 서술하였다.
하	1가지도 제대로 서술하지 못하였다.

04 식품의 선택과 안전한 조리

1. 식품의 선택과 관리

기초 더하기

78~79쪽

01 ④ 02 ④ 03 ② 04 ① 05 ④ 06 ①  
07 술라닌 08 ⑤ 09 ③ 10 ⑤ 11 ④

01 푸드 마일리지의 적은 식품을 선택하는 것이 바람직하다.

04 폐기율은 식품 전체 무게에 대한 먹을 수 없는 부분의 비율이다.

05 쇠고기나 돼지고기 모두 냉동육이 아닌 경우 눌러 보았을 때 탄력이 있는 것이 좋다.

06 ① 아가미가 암적색이다. → 선홍색이다.

08 ① 통조림은 뚜껑이 불룩하게 올라와 있는 것을 고른다. →

뚜껑이 오목하게 들어가 있어야 한다.

② 병조림은 직사광선을 받는 곳에 보관된 것을 고른다. → 직사광선을 피해 보관되어야 한다.

③ 냉동식품은 포장 안에 작은 얼음조각이 많은 것을 고른다. → 냉동식품은 녹은 흔적이 없어야 한다.

④ 햄이나 베이컨 등 훈제 식품은 상온에 보관된 것을 고른다. → 냉장이나 냉동 보관되어 있어야 한다.

09 ① 보존료 - 미생물에 의한 손상을 방지하여 식품의 저장 기간 연장

② 착향료 - 식품에 특유한 향을 부여하여 식욕을 증진시킴.

④ 착색료 - 식품에 색소를 부여하거나 복원

⑤ 감미료 - 식품에 단맛 부여

10 HACCP 또는 '해썹'이라고 읽는다.

11 우유와 버터는 냉장 보관해야 한다.

실력 곁하기

80~81쪽

01 ① 02 ③ 03 ② 04 ① 05 ③ 06 ①  
07 ③ 08 ④ 09 ④ 10 ⑤ 11 ① 12 ⑤  
13 ⑤ 14 해설 참조 15 해설 참조

01 탄소 배출량이 적은 제품을 구입하면 온실 가스 배출을 줄여 지구 온난화의 피해를 줄일 수 있다.

03 오래 저장할 수 있는 식품은 일정 기간 사용할 분량을 한꺼번에 구매한다. 오래 저장할 수 없는 식품은 필요한 양만 제때 구매한다.

05 소금물에 담갔을 때 떠있는 것은 오래된 달걀의 특징이다.

06 우유는 반드시 냉장 보관되어 있어야 하며, 포장이 손상되지 않아야 하고 유통기한 이내의 것을 선택한다.

07 오이는 표면에 가시가 있어 거친 것이 싱싱한 것이다.

08 가공식품이란 식품의 원료인 농산물·축산물·수산물의 특성을 살려 보다 맛있고 먹기 편한 것으로 변형시키는 동시에 저장성을 좋게 한 식품을 의미한다.

10 영양 정보에는 열량, 나트륨, 탄수화물, 당류, 지방, 트랜스 지방, 포화지방, 콜레스테롤, 단백질 등의 정보가 표시된다.

11 식품의 보관 장소가 습도가 높고 햇빛이 잘 들고 온도가 따뜻하면 상하기 쉽다.

12 냉동실에 어패류를 보관할 때 생선 핏물은 생선을 빨리 상하게 하므로 씻어서 보관한다.

13 ① 냉기를 유지하기 위해서는 냉장 공간 가득 식품을 채운

다. → 냉기를 유지하기 위해서는 냉장 공간의 70% 이내로 식품을 채운다.

② 문 쪽은 온도 변화가 크므로 오래두고 먹을 것만 보관한다. → 문 쪽은 온도 변화가 크므로 바로 먹을 것만 보관한다.

③ 금방 먹을 육류·어패류는 냉동실에 보관한다. → 금방 먹을 육류·어패류는 냉장실에 보관한다.

④ 어패류는 씻지 않고 그대로 봉지채 보관한다. → 어패류는 씻어서 밀폐 용기에 보관한다.

14 [예시 답안] 감자는 썩이 나지 않고 껍질이 녹색 빛을 띠지 않는 것을 고르고, 햇빛에 노출되지 않도록 보관한다.

[채점 기준]

상	① 썩이 나지 않은 것, ② 녹색 빛을 띠지 않는 것, ③ 햇빛에 노출되지 않는 곳(그늘진 곳) 3가지 모두 서술하였다.
중	2가지만 서술하였다.
하	1가지만 서술하였다.

15 [예시 답안] 제품명, 원재료명, 유통 기한, 포장 상태, 보관 상태

[채점 기준]

상	제품명, 원재료명, 유통 기한, 포장 상태, 보관 상태, 가격, 식품 표시, 영양 표시 중 5가지 모두 서술하였다.
중	3~4가지를 서술하였다.
하	1~2가지를 서술하였다.

2. 음식의 안전한 조리

기초 더하기

84~85쪽

01 ⑤ 02 ④ 03 ⑤ 04 ② 05 ⑤ 06 ①  
07 콩나물이 익을 때까지 뚜껑을 열지 않아야 한다. 08 ⑤  
09 ④ 10 ④ 11 ②

01 가루 식품을 계량할 때에는 수북이 담아 윗면을 평평하게 깎아서 계량한다.

02 어슷썰기는 긴 토막을 한쪽으로 비스듬하게 경사지게 하여 썰는 것이다.

03 식품이 가진 맛과 향을 그대로 살리는 것은 생조리의 특징이다.

04 기름을 이용하여 조리하면 지용성 영양소의 흡수를 돕는다.

05 녹말의 호화 현상과 반대되는 녹말의 노화는 호화를 통해 생성된 녹말을 상온에서 방지하면 녹말 구조가 단단한 원래의

녹말로 돌아가는 현상을 말한다.

08 육류를 가열하면 근육 단백질이 수축하면서 질겨지지만 결합 조직은 부드러워지는 변화가 나타난다. 구이용인 안심이나 등심은 근육 단백질이 많으므로 높은 온도에서 오래 가열할수록 더 많이 수축하면서 질겨진다. 반면 국물용인 양지머리나 사태는 결합 조직이 많으므로 찬물에 넣고 낮은 온도에서 장시간 가열할수록 조직이 연해지고 단백질이 충분히 우려나와 국물 맛이 좋아진다.

09 엽록소에 식초(산)이 닿으면 색이 어떻게 변한다.

10 식품의 크기를 작게 할수록 산소와의 접촉면이 넓어져서 갈변이 더 많이 일어난다.

11 <올바른 식사 예절>

- ① 어른이 수저를 든 후에 수저를 든다.
- ② 숟가락과 젓가락을 한꺼번에 쥐지 않는다.
- ③ 음식을 먹는 소리나 그릇이 부딪히는 소리를 내지 않는다.
- ④ 함께 먹는 반찬을 뒤적이거나 골라 먹지 않는다.
- ⑤ 입에 들어간 음식은 보이지 않게 한다.
- ⑥ 재채기를 할 때에는 얼굴을 돌리고 입을 가린다.

실력 곁하기

86~87쪽

01 ⑤ 02 ④ 03 ① 04 ⑤ 05 ② 06 ③  
07 ⑤ 08 ① 09 ④ 10 ① 11 ③ 12 ③  
13 ㉠ 효소, ㉡ 산소 14 ① 15 해설 참조  
16 해설 참조

01 1컵 = 200mL, 1Ts = 15mL, 1ts = 5mL

02 액체 표면과 눈높이를 맞추어 눈금을 읽는다.

03 일반적으로 호박전은 통썰기나 반달썰기로, 카레라이스의 감자나 당근은 깍둑썰기로 썰다. 통썰기는 통째썰기라고도 하고, 깍둑썰기는 팔모썰기라고도 한다.

04 대부분의 채소나 과일 샐러드는 생조리이지만, 감자 샐러드는 감자를 삶아 으깨어 만들기 때문에 생조리가 아니다.

05 끓이기는 식품을 물에 넣고 오랫동안 가열하여 익히는 방법이다.

06 부치기의 예로는 호박전, 생선전유어, 빈대떡, 해물파전, 달걀지단 등이 있다.

07 ① 갈비찜의 조리법은 찌기가 아니라 끓이기와 조리기이다. ⑤ 숙회는 생조리인 회(생회)와 달리 재료를 끓는 물에 살짝 데쳐서 익혀먹는 것이다. 예로는 오징어 숙회, 문어 숙회, 두릅 숙회, 브로콜리 숙회 등이 있다.