

# 食3

文部科学省後援

## 第45回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（平成29年度）

### 3級 筆記問題解答

3 級 (第45回)	問 題	1		2		3		4	5		6		7		8		9		10		11	
		(1)	(2)	(1)	(2)	順不同	(1)		(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	
	解 答	食物繊維	イ	エ	(3)	(5)	250 g	ヨーグルト	バター	たんぱく質	グルテニン	ウ	ア	イ	エ	イ	ウ	イ	ウ	18 g	大きじ 1 杯	
配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
合 計		2		2			2		2		2		2		2		2		2		2	
		20																				

# 食3

文部科学省後援

## 第46回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（平成29年度）

### 3級 筆記問題解答

3級 (第46回)	問 題	1		2	3		4	5		6		7		8		9		10		11	
		(1)	(2)		(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	名称	説明文	順不同		順不同		(1)	(2)	(1)	(2)
	解 答	イ	エ	必須脂肪酸(不可欠脂肪酸)	エ	オ	89 g	オ	ア	ア	エ	特定保健用食品	ア	(2)	(3)	(3)	(4)	ウ	イ	48 g	大きさ $2\frac{2}{3}$ 杯
	配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
		2			2			2		2		2		2		2		2		2	
	合 計	20																			



# 食3

文部科学省後援

## 第48回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（平成30年度）

### 3級 筆記問題解答

3級 (第48回)	問題	1		2		3	4		5		6		7	8		9	10		11	
		(1)	(2)	順不同			(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)
	解答	たんぱく質	脂質	欧米化	(1)	(4)	50g	オ	エ	エ	ア	×	○	イ	イ	エ	(1)	ア	イ	7.2g
配点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
合計	20																			

※ 1(1)は、順不同

※ 1(2)は、洋風化でも可

# 食3

文部科学省後援

## 第49回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（2019年度）

### 3級 筆記問題解答

3級 (第49回)	問 題	1		2	3		4	5		6		7		8		9		10		11	
		a	b		(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	①	⑤	(1)	(2)
	解 答	イ	エ	(4)	ア	エ	300 g	350 g	カロ レン	エ	イ	イ	ア	ア	イ	○	×	ア	エ	48 g	大きじ 2 $\frac{2}{3}$ 杯
	配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
		2			2			2		2		2		2		2		2		2	
	合 計	20																			

# 食 3

文部科学省後援

## 第50回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定 (2019年度)

### 3 級 筆記問題解答

3 級 (第50回)	問 題	1		2	3		4	5		6		7		8		9		10		11	
		(1)	(2)		(1)	(2)		ア	イ	A群	B群	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)
	解 答	エ	ア	(3)	ア	イ	200 g	ヒ レ	も も	ウ	c	オ	エ	イ	ア	ウ	ウ	×	○	12 g	大さじ $\frac{2}{3}$ 杯
配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	2			2		1	2		2		2		2		2		2		2		
合 計	20																				

# 食3

文部科学省後援

## 第51回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和2年度）

### 3級 筆記問題解答

3 級 (第51回)	問 題	1		2		3	4	5		6		7		8		9		10		11	
		①	②	(1)	(2)			(1)	(2)	順不同		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)
	解 答	健康	間食	イ	エ	(3)	145 g	イ	オ	(1)	(3)	×	×	エ	ア	ウ	ア	イ	ウ	6 g	小さじ 1 杯
配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	2		2				2		2		2		2		2		2		2		2
合 計	20																				

# 食 3

文部科学省後援

## 第52回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和2年度）

### 3級 筆記問題解答

3 級 (第52回)	問 題	1	2		3		4	5		6		7		8		9		10		11	
			(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	順不同		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)
	解 答	生活習慣		ア	エ	エ	オ	200 g	旬	コレステロール	(1)	(3)	イ	ア	イ	エ	イ	ウ	イ	イ	48 g
配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
合 計			2		2			2		2		2		2		2		2		2	
			20																		



# 食 3

文部科学省後援

## 第53回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和3年度）

### 3 級 筆記問題解答

問 題	1		2		3	4	5		6		7	8	9		10		11		12		
	(1)	(2)	(1)	(2)			(1)	(2)	(1)	(2)			順不同	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)		
3 級 (第53回)	4	○	ウ	ア	89	(2)	ア	イ	ア	ウ	消費	(1)	(2)	(3)	イ	イ	イ	ウ	3.6	小さじ $\frac{3}{5}$ 杯	
配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
合 計	2		2						2				2				2		2		2
											20										

# 食 3

文部科学省後援

第54回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和3年度）

3 級 筆記問題解答

3 級 (第54回)	問 題	1	2		3		4	5	6		7	8		9		10		11		12	
			(1)	(2)	(1)	(2)			順不同			順不同		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)
	解 答	中食	ウ	イ	ウ	エ	200 g	乳化 性	(1)	(5)	(2)	ア	オ	エ	オ	○	×	ウ	エ	12 g	大きじ $\frac{2}{3}$ 杯
配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
合 計	20																				

# 食 3

文部科学省後援

第55回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和4年度）

3 級 筆記問題解答

3 級 (第55回)	問 題	1		2	3	4		5		6		7		8		9		10		11	
		(1)	(2)			順不同		(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	順不同		(1)	(2)
	解 答	イ	エ	(2)	110	カルシウム	鉄	ウ	ア	○	×	イ	ア	ウ	イ	イ	イ	ウ	カ	4.8	小さじ $\frac{4}{5}$ 杯
配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
		2				2		2		2		2		2		2		2		2	
合 計	20																				

# 食3

文部科学省後援

第56回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和4年度）

3 級 筆記問題解答

問 題	1		2		3	4	5	6	7		8		9		10		11		12	
	(1)	(2)	ア	イ					(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)
3 級 (第56回)	エ	ア	たんぱく質	ビタミン	72 g	(3)	(1)	イ	エ	イ	×	○	ウ	ア	イ	ア	イ	オ	24 g	大きじ 1 $\frac{1}{3}$ 杯
配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
合 計	2		2		1	1	1	1	2		2		2		2		2		2	
	20																			

# 食3

文部科学省後援

第57回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和5年度）

3級 筆記問題解答

3級 (第57回)	問 題	1		2	3		4		5		6		7		8		9	10		11	
		(1)	(2)		(1)	(2)	順不同		(1)	(2)	(1)	(2)	順不同		(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)
解 答	ウ	b	大きさ 1½杯	グリセリン	必須脂肪酸	(1)	(3)	主食	主菜	ア	イ	ア	エ	オ	イ	(3)	ア	ウ	750	48	
配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	2			2	2		2		2		2		2		2		1	2		2	
合 計	20																				

※ 3(2)は、不可欠脂肪酸でも可

# 食 3

文部科学省後援

第58回 全国高等学校家庭科食物調理技術検定（令和5年度）

3 級 筆記問題解答

3 級 (第58回)	問 題	1	2		3		4		5		6		7		8		9	10		11	
			(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	①	②	順不同		(1)	(2)	(1)	(2)		(1)	(2)	(1)	(2)
	解 答	450 g	孤 食	個 食	ア	イ	ウ	イ	おから	(干し)ゆば	イ	ウ	ウ	エ	イ	オ	(5)	ウ	イ	4.5 g	小さじ $\frac{3}{4}$ 杯
配 点	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
合 計	20																				