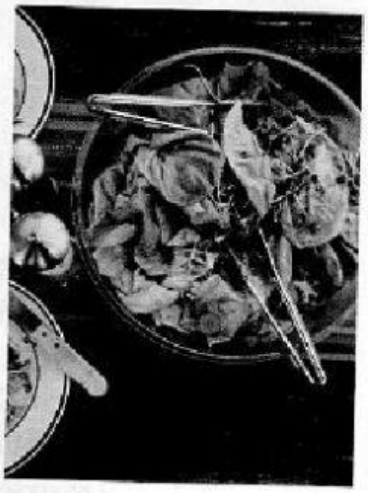
vk.com/oskolchinese

第三部分

第 23–28 题：请选出正确答案。

23-25.



在我们的健康观念中，人们都接受一种说法："多吃蔬果。"英国一场始于 1994 年的"每天五份果蔬"的运动，曾经得到大多数人的支持。英国牛津大学的专家迈克说："'每天五份果蔬'的口号当然比简单地告诉人们要'均衡膳食'有用多了，毕竟有几个普通人能知道所谓'均衡膳食'的真正含义呢？"

世界卫生组织曾建议人们每天吃的果蔬最好不低于 400 克。但有多少国家能达到这个水平呢？英国人当时每人平均果蔬食用量只有这个数量的一半左右，不过丹麦人能达到 600 克；希腊也远远"超标"——人均"六份蔬菜外加三份水果"，以平均每份 80 克来算，便能达到 720 克。

研究发现，那些由于饮食导致的心脏病和癌症发病率低的国家，人均果蔬食用量都很高——最高能达到每天十份。所以说，"每天吃五份果蔬"的确有助身体健康，也许多吃一些效果会更好。

然而，关于哪些加工食品可以用来补充我们的果蔬食用量，很多国家都没有相关的严格规定。当我们自以为吃着那些经过加工的水果和蔬菜，达到了"健康生活新标准"，实际上我们却有可能正吃下更多的盐、糖和脂肪。

23. 关于"均衡膳食"，专家迈克认为：

A 很难统一标准　　B 实际很难做到
C 一般人搞不清　　D 需要更多宣传

24. 关于世界卫生组织对果蔬食用量的建议，从文中可知：

A 丹麦人不愿接受　　B 很多国家都做不到
C 英国人均食用量最少　　D 希腊人能达到每天十份

25. 本文最可能出自下列哪种杂志？

A《科技前沿》　　B《农业天地》
C《家庭医生》　　D《环球影视》

LIVEWORKSHEETS