Soalan SPM Sebenar SPM 2006-2018

1 Pengambilan lemak tepu berlebihan boleh menjejaskan kesihatan kerana ia

A Tidak larut di dalam air
B Pepejal pada suhu bilik
C Menyebabkan aras kolesterol lebih tinggi
D Bertindak sebagai pelarut vitamin

SPM 2006

2 Antara minyak berikut, yang manakah kaya dengan lemak tepu?

A Minyak sapi
B Minyak sawit
C Minyak zaitun
D Minyak jagung

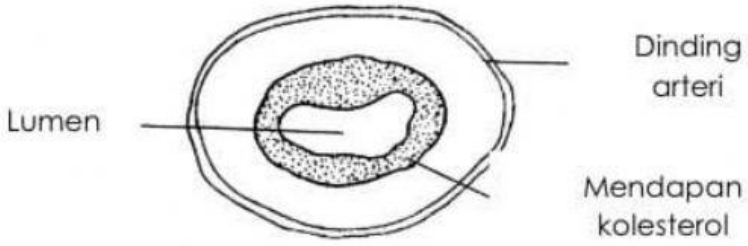
SPM 2007

3 Apakah kandungan utama minyak sapi?

A Lemak
B Protein
C Pelawas
D Karbohidrat

SPM 2008

4 Rajah 1 menunjukkan keratan rentas suatu arteri.



Rajah 1

Makanan manakah jika diambil secara berlebihan, boleh menyebabkan situasi ini?

A Buah-buahan
B Mentega
C Sayur-sayuran
D Kacang soya

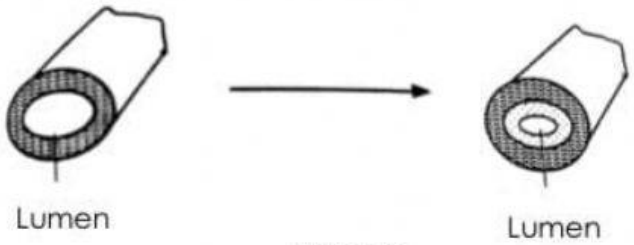
SPM 2010

5 Apakah ciri lemak tak tepu?

A Diperoleh daripada haiwan
B Kandungan kolesterol yang tinggi
C Cecair pada suhu bilik
D Menyebabkan arteri tersumbat

SPM 2011

6 Rajah 2 menunjukkan perubahan saiz dalam lumen arteri.



Rajah 2

Makanan manakah sekiranya diambil berlebihan akan menyebabkan perubahan itu?

A Biskut
B Pisang
C Sup sayur
D Ayam goreng

SPM 2012

7 Antara yang berikut, yang manakah merupakan contoh lemak tak tepu?

A Daging
B Mentega
C Minyak zaitun
D Susu kambing

SPM 2016

LIVEWORKSHEETS