

NAMA :

## Tubuhku Sihat

Sekolah Kebangsaan Semarak mengadakan Minggu Kesihatan. Lalita dan rakan sekelasnya mengukur tinggi dan menimbang berat badan.

[ ] dan timbangan berat badan sangat penting kerana memberikan [ ] perubahan [ ] yang berlaku terhadap tubuh badan kamu.



ARAHAN : PILIH MAKANAN YANG MEMBERIKAN TENAGA DAN MEMBANTU TUMBESARAN.

**Nasi**

**Ayam**

**Puding**

**Kek**

**Telur**

**Roti**

**Ikan**

**Garam**

**Daging**

**SENARAIKAN MAKANAN YANG MEMBERIKAN  
TENAGA DAN MEMBANTU TUMBESARAN**