

1. Chọn:

	Nên ăn ít thức ăn chứa nhiều chất béo động vật để phòng tránh các bệnh như huyết áp cao, tim mạch
	Không nên ăn chất béo có nguồn gốc động vật vì trong chất béo này có chứa chất gây xơ vữa thành mạch máu
	Nên ăn phối hợp chất béo có nguồn gốc động vật và chất béo có nguồn gốc thực vật để đảm bảo cung cấp đủ các loại chất béo cần thiết cho cơ thể
	Chỉ nên ăn chất béo có nguồn gốc thực vật vì trong chất béo này có chứa chất chống lại bệnh xơ vữa thành mạch máu

2. Tại sao chúng ta không nên ăn mặn?

- a. Để phòng tránh bệnh tiểu đường
- b. Để phòng tránh bệnh huyết áp cao
- c. Để phòng tránh bệnh huyết áp thấp
- d. Để phòng tránh bệnh tim mạch

3. Tây nguyên là xứ sở của:

- a. Các cao nguyên xếp tầng.
- b. Cà phê và hạt tiêu.
- c. Cà phê và sầu riêng.

4. Khí hậu Tây Nguyên có mấy mùa?

- a. Hai mùa rõ rệt: mùa mưa và mùa khô.
- b. Hai mùa rõ rệt: mùa đông và mùa xuân.
- c. Hai mùa rõ rệt: mùa hè và mùa đông.