

SOALAN BAHAGIAN C (NO 11a dan 12a)

1. Jumlah tenaga dalam makanan dan minuman diukur dalam kalori. Apabila kita makan dan minum, kita membekalkan tenaga kepada badan kita. Tenaga yang mencukupi diperlukan untuk kita terus hidup dan memastikan organ badan kita berfungsi secara normal.

(a) Terangkan dua faktor yang mempengaruhi keperluan kalori individu.

Faktor	Penerangan
i.	
ii.	

[4 markah]

2. (a) Nyatakan **empat** perbezaan antara lemak tepu dengan lemak tak tepu.

Ciri-ciri	Lemak tepu	Lemak tak tepu
i.		
ii.		
iii.		
iv.		

[4 markah]