

Nama: _____

Tarikh: _____

Isikan tempat kosong.

KEPENTINGAN PENGAMBILAN MAKANAN BERKHASIAT

Bekalkan zat dan _____ yang cukup setiap hari.

Kurangkan risiko terkena _____.

Memberi kesihatan mental yang _____.

Tingkatkan _____ rupa paras.

Mampu mengawal kadar _____.

Membantu pembesaran _____ yang lebih sempurna.

stabil

fizikal

penyakit

kecantikan

obesiti

nutrien