

Ulangan Harian PKWU

P Makanan/ Minuman Fungsional

Nama :

Kelas :

A. Pilihlah salah satu jawaban yang paling benar!

1. Dalam definisi pangan fungsional, hal penting yang diutamakan adalah terkait....
 - a. daya beli masyarakat
 - b. manfaat untuk kesehatan
 - c. popularitas jenis makanan saat ini
 - d. teknik pemasaran
 - e. kemasan makanan yang menarik
2. Berikut ini yang tidak termasuk fungsi dari makanan fungsional adalah.
 - a. Meningkatkan daya tahan tubuh
 - b. Mengikuti tren makanan kekinian
 - c. Mencegah timbulnya berbagai macam penyakit
 - d. Menjaga keteraturan kondisi ritme tubuh
 - e. Mempercepat proses pengobatan pada berbagai macam penyakit
3. Kelemahan dari alat pengolahan makanan fungsional dengan bahan alumunium adalah....
 - a. Mengandung bahan berbahaya
 - b. Tidak tahan panas
 - c. Tidak dapat menghantarkan panas dengan baik
 - d. Tidak cocok untuk mengolah makanan yang bersifat asam
 - e. Ringan
4. Perhatikan jenis makanan fungsional berikut!
 - a. Tempe
 - b. Apel
 - c. Yoghurt
 - d. Anggur
 - e. PisangJenis makanan fungsional di atas yang termasuk makanan fungsional alami adalah....
 - a. 1, 2, 3
 - b. 1, 3, 5
 - c. 2, 3, 4
 - d. 2,4,5
 - e. 3,4,5
5. Makanan fungsional berikut ini yang proses pengolahan bahan utamanya tanpa perebusan adalah....
 - a. Pecel
 - b. Wedang uwuh
 - c. Beras kencur
 - d. Salad buah
 - e. Kunyit asam

B. Masukkan kata yang tepat pada tabel berikut ini!

No.	Nama Makanan	Jenis Makanan/ Minuman	Khasiat/ fungsional untuk Tubuh
1.		Makanan	Sebagai sumber protein yang baik bagi fungsi otak
2.		Makanan	Sebagai sumber vitamin dan mineral yang baik untuk pencernaan
3.		Minuman	Sebagai sumber anti oksidan yang baik untuk kulit
4.		Makanan	Sebagai sumber betakaroten yang baik untuk fungsi mata
5.		Makanan	Sumber vitamin dan serat yang baik untuk pencernaan dan kulit

KACANG

SAYURAN

TEH

IKAN

WORTEL

BUAH-BUAHAN

C. TEBAK NAMA GAMABAR





Semangat dan tetap sehat selalu