Lembaran Kerja

Nama : _____

Kelas : _____

Berdasarkan perbualan mereka,apakah yang kamu fahami.

1. Kepentingan membaca _____ pada produk makanan.

2. Kita juga perlu mengawal pengambilan makanan yang _____ dalam setiap sajian.

3. Mengambil makanan mengikut keperluan _____ agar badan sihat dan aktif.

LIVEWORKSHEETS

Encik Syed sedang mengingatkan anak-anaknya,Lili dan Hana agar membaca label pada bungkusan makanan sebelum membelinya.Label pada bungkusan makanan memberikan maklumat tentang kandungan nutrien dalam produk makanan tersebut.

Berdasarkan perbualan Encik Syed,Lili dan Hana.Apakah tindakan yang perlu dilakukan semasa memilih produk makanan di pasar raya?

Periksa tarikh luput produk makanan

Kenal pasti ramuan dan bahan yang digunakan

Pilih kerana makanan itu sedap

Beli ikut kemampuan

Pilih makanan yang mengandungi nutiren yang baik

LIVEWORKSHEETS