



PENGAYAAN

Nama :

Kelas :

Nomor presensi :

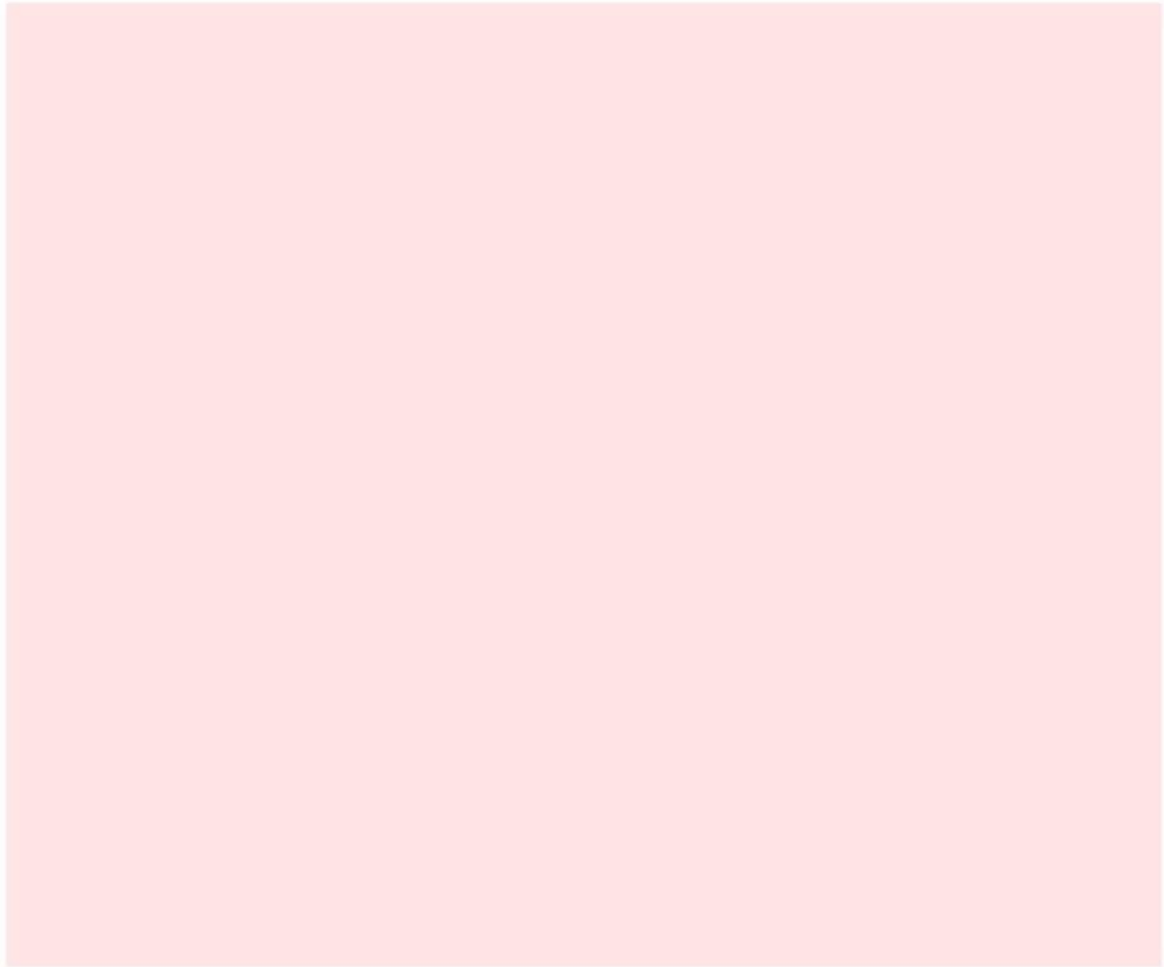
Bagi murid yang telah mencapai ketuntasan belajar, kerjakan soal pengayaan berikut untuk memperdalam pemahaman tentang makanan dan sistem pencernaan! Jawablah setiap pertanyaan berdasarkan konsep yang telah dipelajari, sertakan alasan yang tepat!

1. Perhatikan gambar berikut!

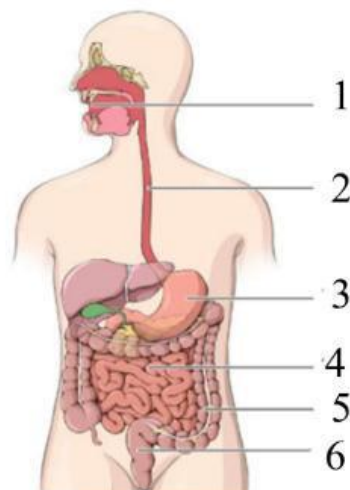


Pertanyaan:

Analisislah apakah makanan pada gambar telah memenuhi kebutuhan nutrisi yang seimbang. Sebutkan nutrisi yang sudah tersedia dan nutrisi yang masih kurang. Jelaskan pula dampaknya terhadap kesehatan sistem pencernaan jika menu tersebut sering dikonsumsi!

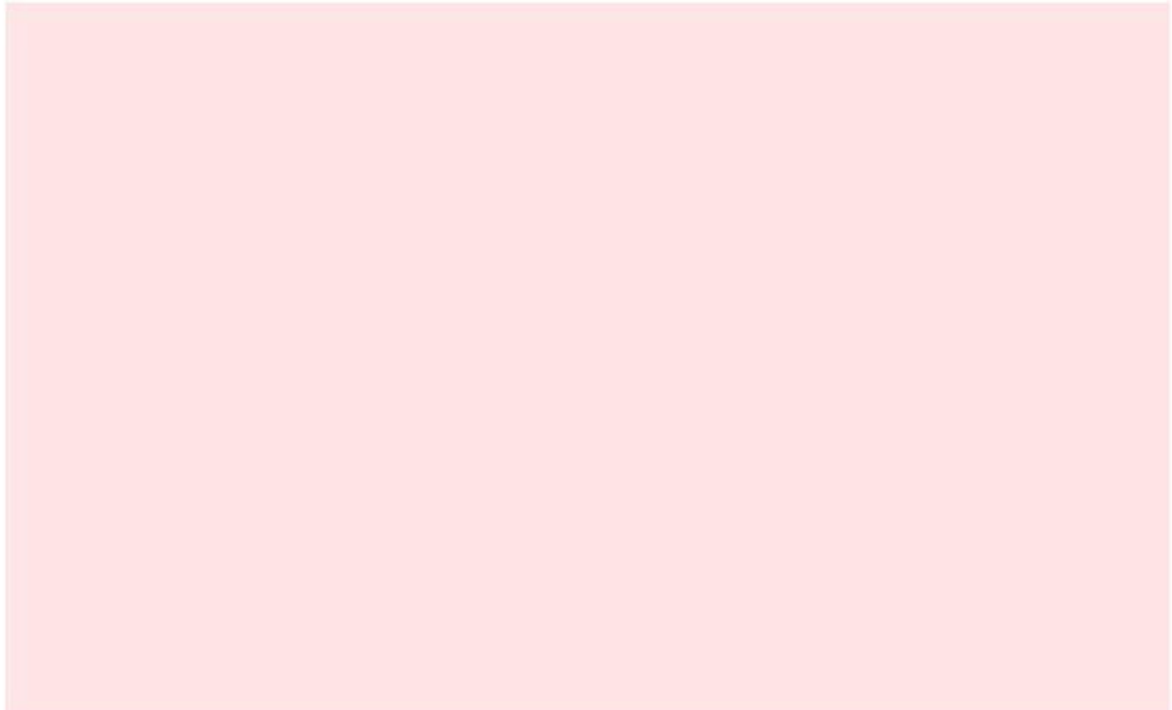


2. Perhatikan gambar berikut!



Pertanyaan:

Pilih tiga organ pencernaan pada gambar. Jelaskan proses pencernaan yang terjadi pada masing-masing organ tersebut serta hubungan proses tersebut dengan penyerapan nutrisi oleh tubuh!



3. Perhatikan label informasi gizi berikut!

INFORMASI NILAI GIZI		
Takaran Saji : 40 g		
Jumlah Sajian per Kemasan : 5		
JUMLAH PER SAJIAN		
Energi Total	180 kkal	
Energi dari Lemak	60 kkal	
		%AKG*
Lemak Total	6 g	9%
Lemak Jenuh	2 g	10%
Protein	4 g	7%
Karbohidrat Total	26 g	9%
Gula	6 g	
Serat Pangan	3 g	10%
Natrium	120 mg	5%
*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi Anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.		

PRODUK A

INFORMASI NILAI GIZI		
Takaran Saji : 40 g		
Jumlah Sajian per Kemasan : 5		
JUMLAH PER SAJIAN		
Energi Total	150 kkal	
Energi dari Lemak	35 kkal	
		%AKG*
Lemak Total	3 g	5%
Lemak Jenuh	1 g	5%
Protein	6 g	10%
Karbohidrat Total	22 g	7%
Gula	2 g	
Serat Pangan	5 g	17%
Natrium	80 mg	3%
*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi Anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.		

PRODUK B

Pertanyaan:

Bandingkan kedua produk berdasarkan informasi nilai gizinya! Tentukan produk yang lebih baik untuk menjaga kesehatan tubuh dan sistem pencernaan, kemudian berikan alasanmu berdasarkan kandungan nutrisi dan kebutuhan tubuh.!

