

PENDIDIKAN KESIHATAN KSSM TINGKATAN 4

UNIT 2 : PEMAKANAN

Arahan : Klik (✓) pada pernyataan yang betul dan (✗) untuk pernyataan yang salah.

1. Kekurangan vitamin A, D, E dan K akan menjejaskan buah pinggang.



2. Pengambilan suplemen secara berlebihan akan membebankan fungsi buah pinggang.



3. Asid amino merupakan protein terkecil untuk keperluan badan.



4. Pengambilan probiotik sebagai suplemen mampu merendahkan imuniti badan.



5. Vitamin D dan K boleh mencegah kereputan.

