

MENGANALISIS NUTRIEN DALAM LABEL MAKANAN

ARAHAN : BACA LABEL DAN JAWAB SOALAN DIBERI.

KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

CONTOH LABEL MAKANAN

NAMA SEBUTAN SEBENAR MAKANAN
Nama yang jelas, tepat dan tidak mengelirukan

SENARAI RAMUAN
Ramuan yang digunakan dalam produk yang disusun mengikut berat dalam susunan menurun

ARAHAN PENYIMPANAN:
Simpan di tempat sejuk dan kering

MAKLUMAT PENGELUARAN
nama dan alamat pengilang/ pembungkus/agen (termasuk produk import)

roti

Tinggi Kalsium

	Setiap /100g	Setiap hidangan 2 keping (80g)
Tenaga	252 kcal	151 kcal
Karbohidrat	48.5g	29.1g
Protein	8.3g	5.0g
Lemak	2.4g	1.4g
Kalsium	250mg	150mg

Ramuan: Tepung Gandum, Susu Tepung Tanpa Lemak, Lemak Sayur, Montega, Gula Pasir, Garam, Ragi

Mengandungi bahan pengawet yang dibenarkan

Berat Bersih: 450g

Arahan Penyimpanan:
Simpan di tempat sejuk dan kering

CUNA SEBELUM: 09/12/2018

Dikilangkan oleh:
ABC Sdn Bhd
No.1, Jalan 123
Taman perindustrian EPG
5000 Kuala Lumpur, Malaysia

AKUAN PEMAKANAN
menunjukkan kualiti pemakanan produk tersebut

PELABELAN MAKANAN
maklumat mengenai kandungan pemakanan sesuatu produk

PENYATAAN ADITIF MAKANAN
Perlu nyatakan semua editif makanan yang dibenarkan iaitu bahan pengawet, bahan pewarna, bahan perisa, penambahan perisa, antipengoksida dan kondisioner makanan

PENYATAAN MENGENAI KUANTITI/BERAT/ISIPADU
Pernyataan mengenai berat bersih atau isipadu atau bilangan minimum isi bungkusan makanan tersebut

PENANDAAN TARIKH
Pastikan Makanan Yang Dipilih Tidak Melepassi Tarikh Luput

Infografik: Unit Komunikasi Korporat

1. Roti tersebut mengandungi kalsium yang tinggi.

☐

betul

☐

salah

2. Adakah roti tersebut mengandungi bahan pengawet ?

☐

ada

☐

tiada

3. Jika pengguna makan 4 keping roti, berapakah kandungan protein yang diperolehi ?

5.0 g

10.0 g

15.0 g

4. Berikut merupakan antara ramuan yang digunakan untuk menghasilkan roti **KECUALI**

susu tepung tanpa lemak

tepung gandum

gula pasir

pewarna makanan

5. Apakah ramuan paling banyak yang digunakan untuk menghasilkan roti ?

susu tepung

tepung gandum

lemak sayuran

mentega