

NAMA : _____

KELAS : _____

NO. ABSEN : _____

GURU : _____

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

MATA PELAJARAN PRAKARYA KELAS VII SEMESTER GANJIL

SMP NEGERI 1 LEBAKSIU

PENGOLAHAN SAYURAN

KOMPETENSI DASAR:

- 3.3 Memahami rancangan pengolahan, penyajian dan pengemasan bahan pangan sayuran menjadi makanan dan minuman kesehatan yang ada di wilayah setempat.
- 4.3 Mengolah, menyajikan, dan mengemas bahan pangan sayuran menjadi makanan dan minuman kesehatan yang ada di wilayah setempat

A. PILIHLAH JAWABAN YANG DIANGGAP BENAR

1. Hasil utama dari tanaman sayuran yaitu sebagai berikut, kecuali....

DAUN

BUNGA

UMBI

KULIT BUAH

2. Berdasarkan pigemen yang dikandungnya, wortel, ubi jalar, biji melinjo, labu kuning termasuk golongan

SAYURAN BERWARNA HIJAU

SAYURAN BERWARNA MERAH

SAYURAN BERWARNA UNGU

SAYURAN BERWARNA KUNING

3. Berdasarkan bagian yang dimakan, jamur dapat dikategorikan sebagai sayuran. Sayuran jamur yang baik mempunyai sifat berikut, kecuali...

TAMPAK BERSIH

SUDAH CUKUP UMUR (TUA)

TIDAK ADA BAGIAN YANG BUSUK

TIDAK ADA BAGIAN YANG RUSAK TERKENA HAMA

4. Berdasarkan bagian yang dimakan, brokoli merupakan golongan sayuran....

BUNGA

UMBI

BUAH

BATANG

5. Sayuran daun merupakan jenis sayuran yang dapat dikonsumsi pada bagian daunnya. Berikut ini termasuk sayuran daun, kecuali....

SAWI

KANGKUNG

BAYAM

LABU SIAM

6. Sayuran umbi lapis merupakan sayuran yang tumbuh di bawah permukaan tanah. Sayuran umbi lapis yang baik mempunyai ciri sebagai berikut, kecuali ...

Umbi lapis yang masih berumur muda

Lapisan umbi yang tebal dan kompak

Lapisan umbi yang tampak berukuran besar

Tidak ada bagian yang rusak, busuk atau bekas gigitan hama

7. Sayuran batang yang dimanfaatkan adalah bagian batang dari tumbuhan yang terdiri dari buku dan ruas. Tanaman yang batangnya dapat menjadi sayuran adalah...

WORTEL

ASPARAGUS

MENTIMUN

LABU SIAM

8. Berikut ini termasuk tanaman yang batangnya dapat dijadikan sayuran, kecuali....

Rebung

Kecambah

Bayam

Asparagus

9. Perhatikan data berikut!

- | | | |
|--------------|------------|-----------|
| 1. Pare | 3. Ceme | 5. Wortel |
| 2. Labu Siam | 4. Kentang | 6. Lobak |

Tanaman yang buahnya dapat disayur adalah....

1, 2 DAN 3

2, 3 DAN 5

1, 3 DAN 4

3, 4 DAN 6

10. Tangkai hijau wortel mengandung banyak nutrisi yaitu memiliki banyak.... yang baik untuk kesehatan

KALORI

VITAMIN

MINERAL

ANTI OKSIDAN

11. Berdasarkan bagian yang dimakan, Wortel merupakan golongan sayuran ...

BUNGA

UMBI AKAR

BUAH

UMBI BATANG

12. Sayuran berwarna ungu seperti terong, bayam ungu mengandung vitamin A dan....

Kalsium

Beta dan Alfa

Klorofil

Zat Anthocyanin

13. Kandungan vitamin wortel adalah....

Vitamin A dan C

Vitamin B dan E

Vitamin C dan D

Vitamin C dan E

14. Sayuran berwarna ungu juga mengandung antosianin, resveratrol dan asam elagik yang bisa menangkap radikal bebas dan mencegah terserang penyakit...

Kanker, diabetes dan Migrain

Liver, diabetes dan serangan jantung

Kanker, diabtes dan serangan jantung

Kanker, gagal ginjal dan serangan jantung

15. Merengolah bahan makanan yang terlebih dahulu ditumis bumbunya, dan direbus dengan cairan berbumbu dan cairan tidak terlalu banyak dengan api sedang merupakan teknik...

Mengetim

Mendidih

Mengukus

Menyetup



B. MENJODOHKAN

Jodohkan Pernyataan di "Kolom Sebelah Kiri" dengan pernyataan di "Kolom Sebelah Kanan". Tariklah sebuah garis dari sebuah pernyataan ke Pernyataan Pasangannya yang dianggap benar...!

16. Sayuran Bunga

A. Mentimun

17. Sayuran Buah

B. Rebung

18. Sayuran Daun

C. Kentang

19. Sayuran Batang

D. Bunga kol

20. Sayuran Polong

E. Buncis

F. Bayam

G. Wortel

-TERIMA KASIH-