

SELASA

2/3/2021

Latihan 1

Padankan definisi di bawah dengan betul

**Makanan
Berkhasiat**

Makanan yang mengandungi kurang nutrisi dan boleh mendatangkan penyakit berbahaya sekiranya diambil dalam kuantiti berlebihan

**Makanan Tidak
Berkhasiat**

Makanan yang mengandungi pelbagai sumber nutrisi yang diperlukan oleh tubuh badan dengan kadar yang betul

Latihan 2

Pilih jawapan yang betul

Pilih 3 kepentingan memakan makanan sihat?

Latihan 3

Pilih jawapan yang betul berdasarkan gambar di bawah.

