Nama: _____ Kelas: _____

NUTRISI MAKANAN

A. Pilih kandungan nutrisi yang terdapat pada gambar bahan makanan berikut ini!

B. Tariklah sebuah garis dari pernyataan di sebelah kiri ke pernyataan pasangannya di sebelah kanan yang dianggap benar!

sebagai sumber energi utama karena tubuh memecahnya menjadi glukosa, yang digunakan sebagai bahan bakar untuk aktivitas sehari-hari	lemak
menjadi cadangan sumber energi dan membantu penyerapan vitamin A, D, E, K	air
zat pembangun dan memperbaiki jaringan tubuh, membentuk hormon dan enzim	karbohidrat
membantu proses metabolisme, menjaga fungsi organ dan jaringan, serta mendukung sistem kekebalan tubuh dan pertumbuhan sel	vitamin
	protein

LIVEWORKSHEETS

SALIN DI BUKU CATATAN

ZAT ADITIF

Zat aditif adalah bahan yang ditambahkan ke makanan untuk menambah rasa, aroma, tekstur dan warna bahan makanan.

Zat Pemanis

Alami: Gula pasir dan gula aren.

Buatan: Bahan permen seperti Aspartam dan sorbitol.

Zat pemanis secara berlebihan akan memicu penyakit seperti diabetes.

Zat Pewarna

Alami: Kunyit, bunga telang, dan buah naga.

Buatan: Pewarna sintesis seperti tartrazin.

Pewarna sintetis, seperti pewarna kain, akan menimbulkan penyakit kanker.

Zat Penyedap

Alami: Bawang, garam, dan merica.

Buatan: Monosodium Glutamat (MSG) atau micin.

MSG atau micin yang berlebihan akan berdampak buruk untuk kesehatan.

Zat Pengawet

Alami: Pengasinan dan pemanisan.

Buatan: Potasium benzoat dan natrium benzoat.

Zat pengawet secara berlebihan akan menimbulkan penyakit seperti kanker.

Zat Aroma

Alami: Melati, daun pandan, dan vanili.

Buatan: Perisa buah, zat yang menyerupai aroma buah.

Zat pemberi aroma berlebihan akan berdampak buruk untuk kesehatan.

Zat Pengental

Alami: Agar-agar, telur, dan tapioka.

Buatan: Carboxyl Methyl Cellulose (CMC)

Zat pengental secara berlebihan akan menimbulkan gangguan kesehatan.

LIVEWORKSHEETS

ZAT ADITIF PADA MAKANAN

Jawab pertanyaan berikut!

1. Zat Aditif adalah zat yang sengaja ditambahkan pada makanan untuk tujuan tertentu. Tujuan yang benar adalah ...
   (Boleh memilih lebih dari 1 jawaban)
   - [ ] Mempertahankan nilai gizi makanan
   - [ ] Membuat makanan lebih menarik
   - [ ] Menjaga mutu dan kestabilan makanan
   - [ ] Membuat makanan lebih tahan lama.

Tentukan Jenis zat Aditif dari gambar bahan makanan berikut !

LIVEWORKSHEETS

KUIS ZAT ADITIF PERTEMUAN 1

A. Pilihlah jawaban yang paling tepat !

1. Ibu berencana membuat kue klepon besok pagi. Untuk mempercantik tampilan warna kue klepon zat aditif manakah yang paling tepat untuk di aplikasikan pada pembuatan klepon ...
   a. Merica
   b. Kunyit
   c. Daun suji
   d. Natrium benzoate

2. Berikut ini yang merupakan jenis jenis zat berdasarkan fungsinya adalah ...
   a. pengawet, pewarna, dan penyedap
   b. pengkilap, pengental, dan pewarna
   c. pewarna, penyejuk, dan pengeras
   d. pewarna, penyejuk, dan penyedap

3. Pilihlah jenis zat aditif yang sesuai dengan produk di bawah ini!

4. Perhatikan kemasan minuman di bawah ini!

Fungsi penambahan Konsentrat apel pada minuman tersebut adalah ...
   a. Pengawet
   b. Perasa
   c. Pewarna
   d. Pemanis

5. Tariklah produk zat adiktif pasangkan sesuai jenisnya !

PEWARNA	=	
PEEMBERI AROMA	=	
PENGAWET	=	
PENYEDAP	=	
PENGENTAL	=	

NATRIUM BENZOAT

TEPUNG PATI

DAUN JERUK

TARTAZINE

BAWANG PUTIH

LIVEWORKSHEETS

LIVEWORKSHEETS