

## Aktivitas 1.1

### Ayo mengidentifikasi nutrisi pada makanan!

Nama :

Kelas :

Nomor presensi :



#### Petunjuk kegiatan :

1. Amatilah gambar menu makanan sehat dengan saksama.
2. Identifikasilah jenis nutrisi yang terkandung pada setiap makanan.
3. Jelaskan fungsi nutrisi tersebut bagi tubuh.
4. Tuliskan hasil pengamatan pada tabel yang tersedia.

Berdasarkan materi yang telah kalian pelajari, amatilah Gambar 1.9 Menu Makanan Sehat berikut dengan saksama. Identifikasilah jenis nutrisi yang terkandung pada setiap makanan dan jelaskan fungsinya bagi tubuh.



**Gambar 1.9** Menu makanan sehat

Lengkapilah tabel berikut berdasarkan hasil pengamatan kalian!

**Tabel 1.2** Identifikasi menu makanan

NO	Jenis Makanan	Nutrien	Fungsi
1	Nasi		
2	Bayam		
3	Ayam goreng		
4	Buah Pepaya		
5	Air putih		