

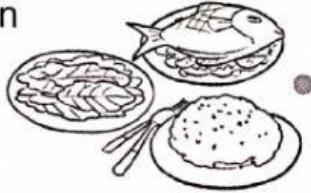
UNIT 12: Amalan Pemakanan Sihat

Buku Teks: m.s. 89 – 92

PBD ELAK BERLEBIHAN

Padankan amalan pengambilan yang berikut dengan akibatnya. SP8.1.2, 8.1.3

1. Pengambilan makanan yang seimbang.



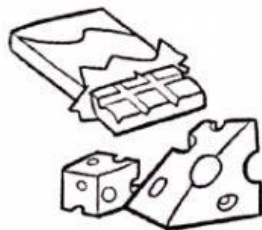
Penyakit jantung

2. Pengambilan gula yang berlebihan.



Tenaga

3. Kerap mengambil makanan yang berlemak.



Kurang berat badan

4. Pengambilan makanan segera yang kerap.



Obesiti

5. Pengambilan makanan yang masin secara berlebihan.



Diabetes

6. Gemar mengambil makanan ringan setiap hari.



Darah tinggi

TP