

NAMA : _____

SENARAIKAN NAMA-NAMA MAKANAN BAGI SETIAP ARAS DENGAN JAWAPAN YANG BETUL.



ARAS 1 (VITAMIN DAN MINERAL)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

ARAS 2 (KARBOHIDRAT)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

ARAS 3 (PROTEIN)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

ARAS 4 (LEMAK, MINYAK, GULA DAN GARAM)

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____