

Nama: _____ Tarikh: _____

PIRAMID MAKANAN

Tarik gambar makanan ke dalam piramid makanan ini mengikut kategori.

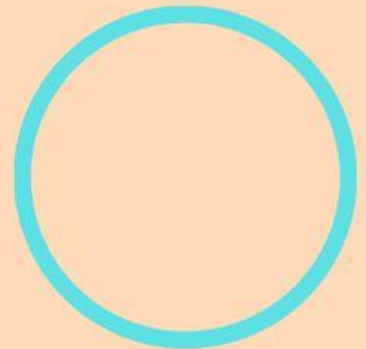


**Hadkan
makanan tinggi
lemak dan gula**

Lemak Sihat

Tenusu

Protien



**Banyakkan minum
air kosong**

Karbohidrat dan Bijirin

Sayur-sayuran

Buah-buahan

