PENDIDIKAN JASMANI DAN KESIHATAN

PJPK T2 : PEMAKANAN

NAMA : _____ KELAS: _____

Bungkusan makanan yang menarik



memilih - menyimpan - menyedia - memasak - menghidang

proses pengambilan makanan yang berkualiti untuk mengekalkan kesihatan dan mengelakkan daripada sebarang penyakit.



Simpan makanan yang mudah rosak di dalam peti sejuk. / Pastikan makanan mentah tidak diletak dan dibiarkan di atas lantai.



Makanan yang bersih dan bebas daripada bahan yang boleh mengancam kesihatan seperti kuman dan racun

Makanan yang berkualiti, seimbang, selamat, bersih dan segar untuk dimakan

Memulangkan semula barangan yang telah rosak atau telah lupus tarikh

Pemakanan sihat ialah _____



Makanan yang sihat ialah _____

Keselamatan makanan bermaksud _____



Kementerian Kesihatan Malaysia telah menetapkan lima proses dalam pengendalian makanan bagi memastikan makanan yang selamat iaitu:

Berikut adalah panduan memilih makanan atau minuman selamat KECUALI



Apakah langkah-langkah yang perlu dilakukan jika anda telah membeli barangan yang rosak atau telah luput tarikh.



Pilih cara penyimpanan makanan dan minuman yang sihat.

Antara berikut yang manakah makanan yang tidak sihat?

Antara berikut yang manakah cara pengendalian makanan yang salah?

Antara berikut yang manakah cara pengendalian makanan yang betul?

www.youtube.com/cikgurumainno

LIVEWORKSHEETS