Nama : _____

Pilih komponen makanan yang betul untuk setiap yang berikut

| | |
|---|---|
| Perubahan dari segi tekstur dan warna apabila dimasak. | |
| Mudah larut dan diserap oleh tubuh tanpa proses pencernaan.<br>Tidak mudah musnah walaupn dimasak dalam tempoh yang lama. | |
| Ditukar oleh sistem tubuh kepada retinol. | |
| Menjadi pepejal apabila dipanaskan | |
| Mendidih pada suhu 100° c dan tersejat menjadi wap apabila dimasak | |
| Boleh didapati dalam bentuk cecair dan pepejal | |
| Boleh larut dalam air atau larut dalam lemak | |

LIVEWORKSHEETS