

# Lembar Kerja Peserta Didik

# Beragam Nutrien pada Makanan



Kelas:

Kelompok:

Nama Anggota Kelompok:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

#### A. Tujuan Pembelajaran

- Siswa mampu membedakan makanan sehat dan tidak sehat dengan benar
- Siswa mampu menganalisis kandungan zat gizi (nutrien) yang terkandung dalam makanan sehari-hari dengan benar
- Siswa mampu merancang menu makanan sehat untuk satu hari dengan tepat

#### B. Petunjuk pengisian

- Tuliskan setiap nama anggota kelompokmu pada masing-masing kolom
- Tuliskan menu makan setiap anggota kelompok pada kolom yang disediakan
- Analisis kandungan zat gizi yang terkandung pada setiap makanan
- Dari hasil analisis tersebut, buatlah **rancangan menu makan** satu hari dengan gizi seimbang dalam bentuk **poster digital**
- Tanyakanlah pada guru apabila terdapat hal yang belum dimengerti
- Selamat mengerjakan!

## Ada zat gizi apa saja ya?

