ክፍል ሶስት ፡ ለሚከተሉት ጥያቄዎች ትክክለኛውን መልስ ምረጡ፡፡

1. ከሚከተሉት ውስጥ ዓቢይ አልሚ ምግብ ያልሆነው የቱ ነው ?

ሀ. ኃይልና ጉልበት ሰጪ ሐ. ቅባትና ዘይት

ለ. ማዕድናት መ. ገንቢ

2. በአብዛኛው ከቅጠላ ቅጠል የሚገኙት ምግቦች _____እና ____ ናቸው፡፡

ሀ. ማዕድንና ቫይታሚን ሐ. ኃይልና ጉልበት ሰጪ

ለ. ቅባትና ዘይት መ. ገንቢና ጠጋኝ

3. ከሚከተሉት ውስጥ ስለ ምግብ ትክክል ያልሆነው የቱ ነው ?

ሀ. ምግብ ለኑሮ መሰረታዊ አስፈላጊ ከሆኑት ነገሮች መካከል ቀዳሚ ነገር ነው፡፡

ለ. ምግብ ለሰዉነት አስፈላጊ የሆኑ አልሚ ምግቦች ምንጭ ነው፡፡

ሐ. ምግብን ከእንስሳትና ከእፅዋት ማግኘት ይቻላል፡፡

መ. ምግብ ለሰውነት በሚሰጠው ጥቅም መሰረት በሁለት ዋና ዋና ክፍሎች ይከፈላል፡፡

4. ከሚከተሉት ቫይታሚኖች ውስጥ የድድ መድማትን የሚከላከለው የቱ ነው?

ሀ. ቫይታሚን «ኤ» ሐ. ቫይታሚን «ቢ»

ለ. ቫይታሚን «ሲ» መ. ቫይታሚን «ኬ»

5. ከሚከተሉት ማዕድናት ውስጥ የዕንቅርት በሽታን የሚከላከለው የቱ ነው?

ሀ. ብረት ለ. ካለሲየም

ሐ. አዮዲን መ. ፎስፈረስ

LIVEWORKSHEETS

6. ከሚከተሉት ውስጥ ካርበንማ ያልሆነው አልሚ ምግብ የቱ ነው ?

ሀ. ውሃ ለ. ማዕድናት

ሐ. ገንቢ ምግ ቦች መ. ሀ እና ለ

7. ውሃ የተገነባው ከ ................ እና ...................... ንጥረ ነገሮች ነው ፡፡

ሀ. ሃይድሮጅን እና ናይትሮጅን ለ. ኦክስጅን እና ሃይድሮጅን

ሐ. ኦክስጅን እና ናይትሮጅን መ. ሁሉም

8. ለመጠጥ የሚያገለግል ውሃ ከየት ሊገኝ ይችላል ?

ሀ. ከዝናብ ለ. ከከርሰ ምድር

ሐ. ከወንዞች መ. ለ እና ሐ

9. ከሚከተሉት ውስጥ ከ ቫይታሚን ዲ እጥረት የሚመጣ በሽታ የቱ ነው ?

ሀ. የድድ መድማት ለ. የእንቅርት

ሐ. የእይታ ድክመት መ. የአጥንት መወላገድ እና መልፈስፈስ

10.ከሚከተሉት ቫይታሚኖች ውስጥ ልብ ህመምና ካንሰር ከመሳሰሉት በሽታዎች የሚከላከለው የቱ ነው?

ሀ. ቫይታሚን «ኤ» ሐ. ቫይታሚን «ቢ»

ለ. ቫይታሚን «ኢ» መ. ቫይታሚን «ኬ»

11. ከሚከተሉት ውስጥ የምግብ ፍላጎት መቀነስና የሰውነት ድካምን የሚያስከትለው የየትኛው ቫይታሚን እጥረት ነው ?

ሀ. ቫይታሚን «ዲ» ሐ. ቫይታሚን «ቢ»

ለ. ቫይታሚን «ሲ» መ. ቫይታሚን «ኬ»

LIVEWORKSHEETS

12.ከሚከተሉት ውስጥ ብረት የተባለው የማእድን መገኛ የሆነው የቱ ነው ?

ሀ. እንቁላል ለ. ዳቦ

ሐ. ቀይ ጤፍ መ. ሀ እና ሐ

13.ከሚከተሉት የማዕድን አይነቶች ለተስተካከለ ለጥርስ እና ለአጥንት እድገት የሚረዳው የቱ ነው ?

ሀ. ሶዲ የም ለ. ፎስፈረስ

ሐ. ብረት መ. ካልሲየም

14. ከሚከተሉት ውስጥ ንዑስ አልሚ ምግብ የሆነው የቱ ነው ?

ሀ. ኃይልና ጉልበት ሰጪ (ካርቦሃይድሬት)፣

ለ. ማእድናትና ቫይታሚን

ሐ. ገንቢ (ፕሮቲን)

መ. ቅባትና ዘይት

15.ከሚከተሉት የማዕድን አይነቶች ለጥርስ እና ለአጥንት ጥንካሬ የሚረዳው የቱ ነው ?

ሀ. ሶዲየም ለ. ማኘዚየም

ሐ. ብረት መ. ካልሲየም

16.ከሚከተሉት ውስጥ በማዕድን እጥረት ከሚከሰቱ በሽታዎች ያልሆኑት የትኞቹ ናቸው ?

ሀ. እንቅርት ለ. የአጥንት መወላገድ

ሐ. ደም ማነስ መ. የመገጣጠሚያ ህመም

ሰ. የደም መፍሰስ ረ. የአጥንትና ጥርስ መልፈስፈስ

ሠ. የመገጣጠሚያ ህመም ሽ. የእይታ ድክመት

በ. የድድ መድማትና የቆዳ መላላጥ

LIVEWORKSHEETS

17.ሎሚ፣ ብርቱካን፣ የወይን ፍሬ የምን ምንጮች ናቸው ?

ሀ. ቫይታሚን «ዲ»

ሐ. ቫይታሚን «ቢ»

ለ. ቫይታሚን «ሲ»

መ. ቫይታሚን «ኬ»

18.በአዮዲን የታከመ የገበታ ጨው የትኛውን በሽታ ይከላከላል?

ሀ. የአጥንት መልፈስፈስን

ለ. የደም ማነስን

ሐ. የእንቅርትን

መ. የድድ መድማትን

19.ጉበት፣ ወተትና የወተት ውጤቶች፣ የዓሣ ዘይት፣ የጓሮ አትክልት በተለይ ካሮት፣የምን ምንጮች ናቸው ?

ሀ. ቫይታሚን «ኤ»

ሐ. ቫይታሚን «ቢ»

ለ. ቫይታሚን «ሲ»

መ. ቫይታሚን «ኬ»

20.በዋናነት ከእንስሳት ውጤቶችና ከቅባት እህሎች ከየትኛው የአልሚ ምግቦች ምድብ ናቸው?

ሀ. ገንቢ

ለ. ቫይታሚን

ሐ. ከቅባት ዘይት

መ. ማእድናት

LIVEWORKSHEETS