

Nội dung bài viết

1. [Liên hệ thực tế và trả lời \(SGK Khoa học 4 tập 1 trang 10\)](#)
2. [Quan sát và trả lời \(SGK Khoa học 4 tập 1 trang 10\)](#)
3. [Liên hệ thực tế và trả lời \(SGK Khoa học 4 tập 1 trang 10\)](#)
4. [Liên hệ thực tế và trả lời \(SGK Khoa học 4 tập 1 trang 11\)](#)

Liên hệ thực tế và trả lời (SGK Khoa học 4 tập 1 trang 10)

Kể tên các thức ăn, đồ uống bạn thường dùng vào các bữa: sáng, trưa, tối.

Trả lời:

Các thức ăn, đồ uống bạn thường dùng vào các bữa: sáng, trưa, tối: sữa, thịt, cá, đậu phụ, rau, tôm, cơm, lạc,...

Quan sát và trả lời (SGK Khoa học 4 tập 1 trang 10)

Nói tên các thức ăn, đồ uống có nguồn gốc động vật và thức ăn, đồ uống có nguồn gốc thực vật.

Trả lời:

Các thức ăn, đồ uống có nguồn gốc động vật: thịt gà, sữa bò tươi, cá, thịt lợn, tôm

Các thức ăn, đồ uống có nguồn gốc thực vật: rau cải, đậu cô ve, bí đao, lạc, nước cam, cơm

Liên hệ thực tế và trả lời (SGK Khoa học 4 tập 1 trang 10)

Người ta còn có thể phân loại thức ăn theo cách nào khác?

Trả lời:

Dựa vào lượng các chất dinh dưỡng chứa trong mỗi loại thức ăn, người ta chia thức ăn thành 4 nhóm :

- Nhóm thức ăn chứa nhiều chất bột đường.
- Nhóm thức ăn chứa nhiều chất đạm.
- Nhóm thức ăn chứa nhiều chất béo.
- Nhóm thức ăn chứa nhiều vi-ta-min, chất khoáng.

Liên hệ thực tế và trả lời (SGK Khoa học 4 tập 1 trang 11)

1. Kể tên một số thức ăn chứa nhiều chất bột đường mà bạn biết.

Trả lời:

Một số thức ăn chứa nhiều chất bột đường: gạo, ngô, bánh quy, bánh mì, mì sợi, bún,...

2. Nêu vai trò của chất bột đường đối với cơ thể.

Trả lời:

Chất bột đường cung cấp năng lượng cần thiết cho mọi hoạt động và duy trì nhiệt độ của cơ thể.