

Trả lời câu hỏi trang 12 SGK Khoa học 4

Câu hỏi

- Kể tên một số loại thức ăn chứa nhiều chất đạm mà em biết.
- Nêu vai trò của chất đạm đối với cơ thể

Trả lời

- Một số thức ăn chứa nhiều đạm: Đậu nành, hạnh nhân, bông cải xanh, đậu lăng, khoai tây, bơ, hạt điều, các loại thịt (lợn, gà, cá, tôm,...), trứng gà.
- Vai trò của chất đạm: Tạo ra những tế bào mới, thay thế những tế bào già bị hủy hoại trong hoạt động sống của con người.