

Trả lời câu hỏi trang 13 SGK Khoa học 4

Câu hỏi

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

Trả lời

- Một số thức ăn nhiều chất béo: Bơ, phomat, socola, trứng, mỡ cá, dầu thực vật, dầu dừa, vừng, lạc,...
- Vai trò của chất béo: Chất béo cung cấp năng lượng và giúp cơ thể hấp thụ các vitamin A, D, E, K.