

Trả lời câu hỏi trang 22,23 SGK Khoa học 4

Câu hỏi 1: Vì sao cần ăn nhiều rau và quả chín hằng ngày?

Trả lời

Ăn nhiều rau và quả chín hằng ngày để bổ sung: Vitamin, chất khoáng, chất xơ.

Câu hỏi 2

- Theo bạn, thế nào là thực phẩm sạch và an toàn?
- Làm thế nào để thực hiện vệ sinh an toàn thực phẩm?

Trả lời

- Thực phẩm sạch và an toàn là thực phẩm giữ được phẩm chất (các chất dinh dưỡng), không chứa chất độc hại cho người sử dụng, quy trình sản xuất, chế biến, bảo quản hợp vệ sinh.

- Để thực hiện vệ sinh an toàn thực phẩm ta cần:
 - + Chọn thức ăn tươi, có giá trị dinh dưỡng.
 - + Vệ sinh thực phẩm, dụng cụ để nấu ăn bằng nước sạch.
 - + Sử dụng ngay khi nấu xong, nếu không phải bảo quản đúng cách.