

CÔNG NGHỆ LỚP 6 – CÂU HỎI BÀI 21

Câu hỏi 1 trang 105

Em hãy cho biết nhận xét chung về các bữa ăn thường ngày của gia đình:

- Có những món ăn nào?
- Có những loại chất dinh dưỡng nào?
- Có đủ dùng không? Có cảm thấy ngon miệng không?

Trả lời

- Có những món ăn như: Rau củ, thịt, cá, trứng, sò, cua, hến,...
- Rau củ = vitamin các loại,
Thịt, cá, trứng,... = chất đạm,
Sò, cua, hến,... = canxi, photpho,...
- Theo em đủ dùng không - giải thích lí do phù hợp với bản thân em và gia đình.

Câu hỏi 2 trang 105

Việc phân chia số bữa ăn trong ngày có ảnh hưởng gì đến việc tổ chức ăn uống hợp lí?

Trả lời

Có.

Câu hỏi 3 trang 105

Mỗi ngày em nấu mấy bữa? Bữa nào là bữa ăn chính?

Trả lời

Mỗi ngày gia đình em nấu ăn 3 bữa, bữa tối là bữa chính.

Câu hỏi trang 106

Em hãy nêu ví dụ về một bữa ăn hợp lí trong gia đình và giải thích tại sao đó là bữa ăn hợp lí?

Trả lời

- Bữa sáng nên ăn vừa phải để đáp ứng năng lượng cho cơ thể hoạt động.
- Bữa trưa nên ăn nhanh, ăn no để có thời gian nghỉ ngơi và dưỡng sức.
- Bữa tối cần ăn đủ các món và các loại rau củ quả để bồi dưỡng sức khỏe sau 1 ngày đầy căng thẳng.

Để các em học sinh lớp 6 học tốt môn [Công nghệ 6](#), doctailieu.com đã tổng hợp lời [giải bài tập SGK Công nghệ lớp 6](#) cho các em để giúp các em hiểu bài và ôn luyện bài được tốt hơn. Chúc các em học tốt môn học ý nghĩa này.