

CÂU HỎI BÀI 34 TRANG 108 SGK SINH 8

| GIẢI BÀI TẬP SGK SINH HỌC LỚP 8 |

Câu hỏi

Nghiên cứu bảng 34 - 1, em hãy cho biết thực đơn trong bữa ăn nên như thế nào để cung cấp đủ vitamin cho cơ thể?

» Ôn tập [Câu hỏi bài 34 trang 107 sgk Sinh 8](#)

ĐÁP ÁN

Thực đơn trong bữa ăn cần được phối hợp để cung cấp đủ vitamin cho cơ thể như sau:

- + Đủ lượng thịt (hoặc trứng, sữa, gan) và rau quả tươi
 - + Lượng muối vừa phải (nên dùng muối i ốt), nước chấm
 - + Thực đơn cho trẻ em cần thêm muối canxi (trong sữa, nước xương hầm, ...)
 - + Chế biến hợp lý để không mất vitamin khi nấu.
- » Xem tiếp [Câu hỏi bài 34 trang 110 sgk Sinh 8](#)

» Tập xây dựng thực đơn trong bữa ăn cung cấp đủ vitamin cho cơ thể và đáp án các bài tập [Chương 6: Trao đổi chất và năng lượng](#) - sgk Sinh 8 cùng hướng dẫn soạn [Sinh học lớp 8](#) khác, mời các em học sinh click theo đường link tại doctailieu.com