Lampiran III

Permainan Ular Tangga

21
22
23
24
Report Card
A+
25
JUARA
20
19
18
17
16
Lauk-pauk
Buah-buahan
Makanan pokok
Sayuran
Air Putih
FIRING MAKANKU : PORSI SEKALI MAKAN
11
12
13
14
15
Sumber Lemak
10
9
8
Sumber Protein
7
Hafal...
HAFAL
6
1
Start
2
3
4
Sumber Karbohidrat
5

Kartu Informasi

Mari kita mulai permainan

Ular Tangga Sarapan Pagi

Kartu Informasi

"Sarapan pagi sebelum berangkat sekolah dan sebelum memulai aktivitas"

ambil kartu informasi nomor 13

Kartu Informasi

"Karbohidrat sebagai Sumber Tenaga seperti Nasi, Kentang Goreng, Mie Goreng dan Jagung Bakar"

Kartu Informasi

"maka dapat mengingat pelajaran di kelas"

Kartu Informasi

"Kelengkapan zat gizi sarapan terdiri dari Karbohidrat sebagai sumber tenaga, Protein sebagai zat pembangun, dan lemak. Vitamin dan Mineral sebagai zat pengatur"

Kartu Informasi

"Sarapan sebelum jam 9 pagi"

ambil kartu informasi nomor 6

Kartu Informasi

"Protein sebagai Zat Pembangun terdiri dari 2 jenis yaitu Protein Hewani dan Nabati. Protein hewani seperti daging ayam, susu, telur, ikan, dll. Protein nabati seberti tahu, tempe, kedelai, kacang hijau, dll."

Kartu Informasi

"maka akan sulit mengerjakan tugas dan sulit menerima pelajaran di kelas"

Kartu Informasi

"maka akan mudah lapar dan kekurangan zat gizi"

Kartu Informasi

"Vitamin dan Mineral sebagai Zat Pengatur. Sumber vitamin dan mineral adalah sayur-sayuran dan buah-buahan"

Kartu Informasi

"Sumber lemak seperti minyak kelapa sawit, minyak jagung, minyak zaitun. Alpukat merupakan sumber lemak yang baik"

Kartu Informasi

"Sarapan lengkap setiap pagi. Sarapan yang terdiri dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral, serta air putih"

ambil kartu informasi nomor 24

Kartu Informasi

"maka tidak akan mengantuk di dalam kelas"

Kartu Informasi

"Anak tidak sarapan sebelum berangkat sekolah karena terlambat"

ambil kartu informasi nomor 8

Kartu Informasi

"Contoh menu sarapan sehat: Sereal + susu dengan buah pisang serta air putih"

Kartu Informasi

"maka akan mudah sakit"

20

Kartu Informasi

"Sarapan hanya dengan makan roti saja"

ambil kartu informasi nomor 10

21

Kartu Informasi

"Contoh menu sarapan sehat: Nasi goreng, telur, mentimun, tomat serta air putih"

25

Kartu JUARA

SELAMAT! Kamu adalah SANG JUARA

25

Kartu JUARA

SELAMAT! Kamu adalah SANG JUARA

22

Kartu Informasi

"Anak yang tidak sarapan pagi, akan jajan sembarangan di sekolah"

ambil kartu informasi nomor 18

24

Kartu Informasi

"mendapat nilai yang bagus karena dapat berkonsentrasi dan mengingat pelajaran di kelas"

25

Kartu JUARA

SELAMAT! Kamu adalah SANG JUARA

25

Kartu JUARA

SELAMAT! Kamu adalah SANG JUARA