



沙田公立學校 2015 至 2016 年度  
「健康校園」問答遊戲(1)  
熱量知多少



姓名：\_\_\_\_\_ 班級：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

請回答下列問題，並於 **12月2日前** 交回 **言語治療室** 彙集，如答對的同學可得禮物乙份。家長可與子女一起完成。



1. 熱量的單位是甚麼？（請在□填上✓）

- A 公斤(kilogram)
- B 千卡(kilocalorie)
- C 厘米(centimeter)



2. 請填寫你的資料並圈出你每天平均所需的熱量(千卡)。

你的性別： 男 / 女 你的年齡： \_\_\_\_\_

年齡		男		女
7-10 歲		1950		1850
11-14 歲		2650		2300
15-18 歲		2900		2400

3. 植物油與動物油有甚麼分別？（請在□填上✓）

- A 植物油熱量較低
- B 植物油熱量較高
- C 植物油不含膽固醇



請於 **12月2日前** 交回 **言語治療室**。答對的同學可獲獎品一份。