

**BÀI 14: MỘT SỐ LƯỢNG THỰC – THỰC PHẨM****Câu 14.2 – Trang 45 Sách bài tập KHTN 6 – Chân trời sáng tạo**

Trong các thực phẩm dưới đây, loại nào chứa nhiều protein (chất đạm) nhất?

- A. Gạo.
- B. Rau xanh.
- C. Thịt.
- D. Gạo và rau xanh.

**Phương pháp**

Thực phẩm chứa nhiều chất đạm thường là thịt, trứng, sữa, các loại hạt

**Lời giải chi tiết**

- A: nhiều tinh bột
- B: nhiều chất xơ
- C: nhiều đạm
- D: nhiều tinh bột và nhiều chất xơ

⇒ Đáp án C