



## แบบฝึกกิจกรรม

### เรื่อง เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์ (พ 4.1 ป 2/2)

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

คำชี้แจง : ให้นักเรียนอ่านข้อความที่กำหนดให้ แล้วจำแนกว่าอาหารที่อโด้กินชนิดใด มีประโยชน์หรือไม่มีประโยชน์

วันนี้ในตอนเช้า ออโด้กินข้าวผัดและดื่มนมก่อนไปโรงเรียน

ตอนพักเที่ยงออโด้กินก๋วยเตี๋ยวราดหน้า และกินฝรั่งดอง ๑ ถู ดื่มน้ำอัดลม

เมื่อกลับมาถึงบ้าน ออโด้ก็กินพิชซ่า ๑ ชิ้น แล้วกินอาหารเย็น คือ ข้าว

แกงส้มผักบุ้ง ปลาทอด ก่อนนอนออโด้ก็กินไอศกรีมอีก ๑ ถ้วย แล้วจึง

เข้านอน

| อาหารที่มีประโยชน์ | อาหารที่ไม่มีประโยชน์ |
|--------------------|-----------------------|
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |
|                    |                       |

