

## ใบงานที่ ๒๕

ให้นักเรียนจำแนกสารอาหารจากอาหารที่กำหนดให้ โดยใส่  
เครื่องหมาย ✓ ลงในตารางให้สมบูรณ์

| อาหาร                                                                               | คาร์โบไฮเดรต | โปรตีน | ไขมัน | วิตามิน | เกลือแร่ | น้ำ   |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------|-------|---------|----------|-------|
|    | .....        | .....  | ..... | .....   | .....    | ..... |
|   | .....        | .....  | ..... | .....   | .....    | ..... |
|  | .....        | .....  | ..... | .....   | .....    | ..... |
|  | .....        | .....  | ..... | .....   | .....    | ..... |
|  | .....        | .....  | ..... | .....   | .....    | ..... |
|  | .....        | .....  | ..... | .....   | .....    | ..... |