ใบงานเรื่อง สารอาหาร

ชื่อ-สกุล _____

ชั้น _____ เลขที่ _____

คำชี้แจง : จงเติมอาหารหลัก 5 หมู่ ให้ถูกต้อง

เนื้อสัตว์ น้ำมัน แตงโม ข้าว น้ำตาล
ไข่ นม กั๋ว ฝรั่ง น้ำมันหมู กะหล่ำปลี
กะน้า น้ำตาล เผือก มัน

หมู่ 1 โปรตีน	
หมู่ 2 คาร์โบไฮเดรต	
หมู่ 3 เกลือแร่/แร่ธาตุ	
หมู่ 4 วิตามิน	
หมู่ 5 ไขมัน	

LIVEWORKSHEETS