

ใบงานวิชาวิทยาศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

คะแนน

เรื่อง อาหารและสารอาหาร

ตัววัด : มฐ.ว.1.2 ป.6/2

ชื่อ - สกุล _____ ชั้น _____ เลขที่ _____

คำชี้แจง : ให้นักเรียนเรียงลำดับอาหารที่กำหนดให้ โดยเรียงตามการให้สารอาหารแก่ร่างกาย เมื่อบริโภคเข้าสู่ร่างกาย ซึ่งมี
ระดับสารอาหารดังนี้ โปรตีน ไขมัน คาร์โบไฮเดรต วิตามิน เกลือแร่ ตามลำดับ

1. ไก่ทอด ขนมปัง แอปเปิ้ล ผักกาดขาว น้ำกะทิ

ตอบ _____

2. ผักสด นมสด ขนมปังปิ้ง เนื้อติดมันแดดเดียว ผลไม้สด

ตอบ _____

3. เฟรนช์ฟรายส์ ไก่อบ ส้ม ผักสลัด น้ำสลัดน้ำข้น

ตอบ _____

4. ส้มโอ ต้นหอมสด ขนมปังทอด ส่วนท้องปลาสด เนื้อปลาสด

ตอบ _____

5. หมูสะเต๊ะ น้ำอจาด ขนมปังปิ้ง ครีมทาขนมปัง เจาะโรงเรียน

ตอบ _____

6. แดงกวา น้ำสลัด ไข่เจียว ลูกเดือย ผักกาดหอม

ตอบ _____

7. น้ำหวาน ครีม นานมถั่วเหลือง ส้มเขียวหวาน มะเฟือง

ตอบ _____

8. ไส้กรอกทอด ไข่ต้ม องุ่น เผือก ลูกพลับ

ตอบ _____

9. ตำลึง มะนาว น้ำเต้าหู้ ปาท่องโก๋ น้ำมันมะพร้าว

ตอบ _____

10. น้ำแกงกะทิ ปลาทอด น้ำพริกกะปิ ผักสด ข้าวกล้องสุก

ตอบ _____

