ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....



ใบงาน เรื่อง อาหารและสารอาหาร

คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์สารอาหารและคุณค่าของอาหารจากรูปที่กำหนดให้ แล้วนำข้อความที่กำหนดให้ไปเติมในช่องว่างให้ถูกต้อง

กุ้ง	ข้าวสวย	น้ำปลาซีอิ๊วขาว	น้ำตาลทราย	น้ำ
แตงกวา	น้ำมันหอย	มะเขือเทศ	น้ำมันพืช	ไข่





ข้าวผัดกุ้ง

คาร์โบไฮเดรต	→			มีประโยชน์ คือ
โปรตีน	→			มีประโยชน์ คือ
ไขมัน	→			มีประโยชน์ คือ
วิตามิน	→			มีประโยชน์ คือ
เกลือแร่	→			มีประโยชน์ คือ
น้ำ	→			มีประโยชน์ คือ



LIVEWORKSHEETS