

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....



ใบงาน 1 เรื่อง สารอาหารที่ร่างกายต้องการ
คำชี้แจง : ให้นักเรียนเขียนชื่ออาหาร จำแนกส่วนประกอบในอาหารที่รับประทาน
และ ทำเครื่องหมาย ถูกลงในช่องว่าง พร้อมทั้งเขียนประโยชน์ที่ได้รับ

ชื่ออาหาร	ส่วนประกอบในอาหาร	สารอาหาร						ประโยชน์ที่ได้รับ
		โปรตีน	คาร์โบไฮเดรต	ไขมัน	วิตามิน	เกลือแร่	น้ำ	

