ใบงานที่ ๖.๓

เรื่อง เมนูโปรดของฉัน

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

ตัวชี้วัดระหว่างทาง พ ๔.๑ ม.๓/๑

• จุดประสงค์การเรียนรู้ •

๑ เข้าใจความต้องการพลังงานจากอาหารในแต่ละช่วงวัย

๒ รู้จักเลือกอาหารให้เหมาะสมกับวัยโดยคำนึงถึงความประหยัดและคุณค่าทางโภชนาการ

คำชี้แจง

๑. ให้นักเรียนเลือกอาหารและเครื่องดื่มที่นักเรียนชื่นชอบมา ๑ รายการ

๒. บอกวิธีทำอาหารและเครื่องดื่มนั้น พร้อมติดรูปประกอบ

๓. ระบุคุณค่าของอาหารและเครื่องดื่มที่นักเรียนชื่นชอบ

เมนูโปรดของฉันคือ

วิธีทำ .....

.....

.....

คุณค่าทางอาหาร .....

.....

.....

เครื่องดื่มที่ฉันชอบคือ

วิธีทำ .....

คุณค่าทางอาหาร .....

.....

.....

.....

LIVEWORKSHEETS

LIVEWORKSHEETS