

ชื่อ-สกุล

ชั้น

เลขที่



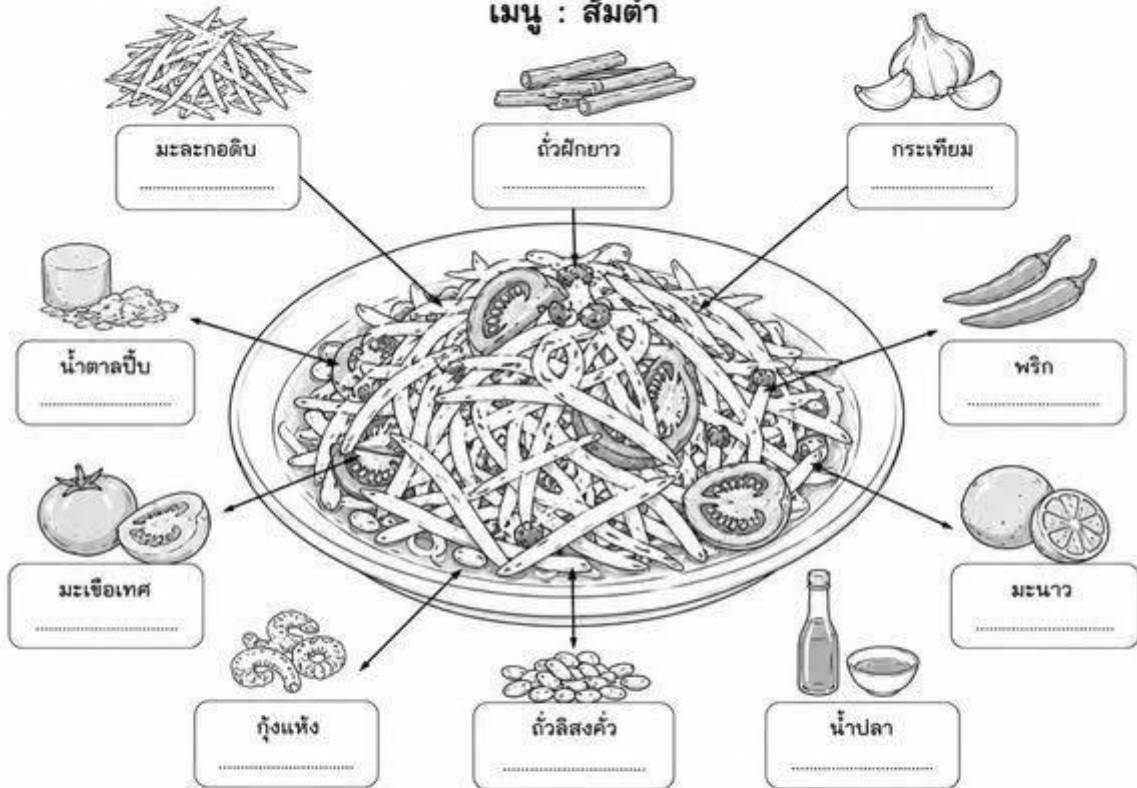
ใบงานวิชาวิทยาศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

เรื่อง อาหารมาจากไหน (อาหาร 5 หมู่)



คำชี้แจง : ให้นักเรียนดูภาพเมนูอาหาร แล้วบอกว่าวัตถุดิบแต่ละชนิดในจานอาหารนี้ จัดอยู่ในอาหารหมู่ใด โดยเขียนหมายเลขหมู่ลงในช่องว่างที่ลูกศรชี้ (ตัวเลือกด้านล่าง)

เมนู : ส้มตำ



ตัวเลือก : หมายเลขอาหาร 5 หมู่

1 เนื้อ นม ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง 	2 ข้าว แป้ง น้ำตาล เมื่อก มัน 	3 ผักต่าง ๆ 	4 ผลไม้ต่าง ๆ 	5 ไขมันจากพืช และสัตว์
---	--	---------------------------	-----------------------------	---

คำถามชวนคิด : 💡

ถ้าเราเลือกรับประทานส้มตำที่มีผักหลากหลาย และไม่ใส่น้ำตาลกับน้ำปลามากเกินไป จะได้รับประโยชน์อย่างไร

สิ่งที่ได้เรียนรู้ ☆