

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเลือกกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัย 1 วัย

ชื่อ-นามสกุล เลขที่ ชั้น

รายการอาหารที่เหมาะสมกับวัย

มื้ออาหาร	รายการอาหาร
มื้อเช้า	
อาหารว่าง	
มื้อกลางวัน	
มื้อเย็น	
ก่อนนอน	