

ใบงานที่ 1 สืบค้นสารอาหาร

ชื่อ-สกุล ชั้น.... / เลขที่

คำชี้แจง : ให้นักเรียนดูภาพและเติมข้อมูลลงในช่องว่างให้ถูกต้อง

1.



เป็นสารอาหารประเภท

ประโยชน์ คือ.....

.....

.....

พบได้จากอาหารประเภท.....

.....

.....

2.



เป็นสารอาหารประเภท

ประโยชน์ คือ.....

.....

.....

เกลือแร่ที่ร่างกายต้องการมีอะไรบ้าง.....

.....

.....

3.



เป็นสารอาหารประเภท

ประโยชน์ คือ.....

.....

.....

พบได้จากอาหารประเภท.....

.....

.....

4.



เป็นสารอาหารประเภท

ประโยชน์ คือ.....

.....

.....

พบได้จากอาหารประเภท.....

.....

.....

5.



เป็นสารอาหารประเภท

ประโยชน์ คือ.....

.....

.....

พบได้จากอาหารประเภท.....

.....

7. เมื่อขาดสารอาหาร จะมีผลกระทบต่อร่างกาย
อย่างไร

.....

.....

.....

6.



เป็นสารอาหารประเภท

ประโยชน์ คือ.....

.....

.....

พบได้จากอาหารประเภท

วิตามิน B

วิตามิน C

วิตามิน A

วิตามิน D

วิตามิน E

วิตามิน K

8. จงวิเคราะห์ภาพอาหารที่วาดขึ้นว่ามีสารอาหารประเภท
ใดบ้าง

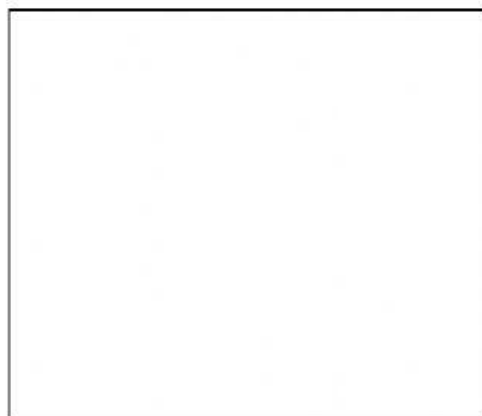
.....

.....

.....

.....

.....



จงวาดภาพอาหาร