



Importance of different types of food

ความสำคัญของอาหารประเภทต่างๆ

Choose the correct answers from the following given options below

เลือกคำตอบที่ถูกต้องจากตัวเลือกที่ระบุด้านล่าง

1. Which of the following food help us grow and repair our muscles and tissues?
อาหารใดต่อไปนี้จะช่วยให้เราเติบโตและซ่อมแซมกล้ามเนื้อและเนื้อเยื่อของคุณ
 - a. Carbohydrates
 - b. Proteins
 - c. Minerals
2. Which of the following food give us energy?
อาหารใดต่อไปนี้จะให้พลังงานแก่เรา
 - a. Vitamins
 - b. Proteins
 - c. Carbohydrates
3. Which of the following food help us stay fit and healthy?
อาหารใดต่อไปนี้จะช่วยให้เรามีสุขภาพดี
 - a. Minerals and vitamins
 - b. Fats
 - c. Carbohydrates
4. Which of the following food help us keep our body warm?
อาหารใดต่อไปนี้จะช่วยให้ร่างกายอบอุ่น
 - a. Fats
 - b. Minerals
 - c. Vitamins

By Teacher Kinley