

ใบงานสุขศึกษา อาหารหลัก 5 หมู่

คำชี้แจง : ให้นักเรียนจับคู่หมู่สารอาหารให้ถูกต้อง



•

● หมู่ที่1 โปรตีน



•

● หมู่ที่2 คาร์โบไฮเดรต



•

● หมู่ที่3 แร่ธาตุ



•

● หมู่ที่4 วิตามิน



•

● หมู่ที่5 ไขมัน