

# ใบงานวิทยาศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

คำชี้แจง ลงทำเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อที่ถูกต้อง และ ✗ หน้าข้อที่ผิด

..... 1.อาหารหลักมี 6 หมู่

..... 2.ผักใบเขียวอยู่ในกลุ่มโปรตีน

..... 3.กลุ่มโปรตีน ได้แก่ เนื้อ นม ไข่

..... 4.คาร์โบไฮเดรตให้พลังงานแก่ร่างกาย

..... 5.แป้ง เมื่อกิน มัน อยู่กลุ่มคาร์โบไฮเดรต

..... 6.สร้างภูมิคุ้มกันและเสริมสร้างกระดูกและฟัน คือ หมู่ไขมัน

..... 7.เกลือแร่และแร่ธาตุ ได้แก่ น้ำมันพืช น้ำมันมะพร้าว

..... 8.หมู่วิตามิน ได้แก่ ผลไม้ต่างๆ

..... 9.หมู่ไขมัน ให้พลังงานและความอบอุ่นแก่ร่างกาย

..... 10.เราไม่จำเป็นต้องรับประทานไขมัน 5 หมู่

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....