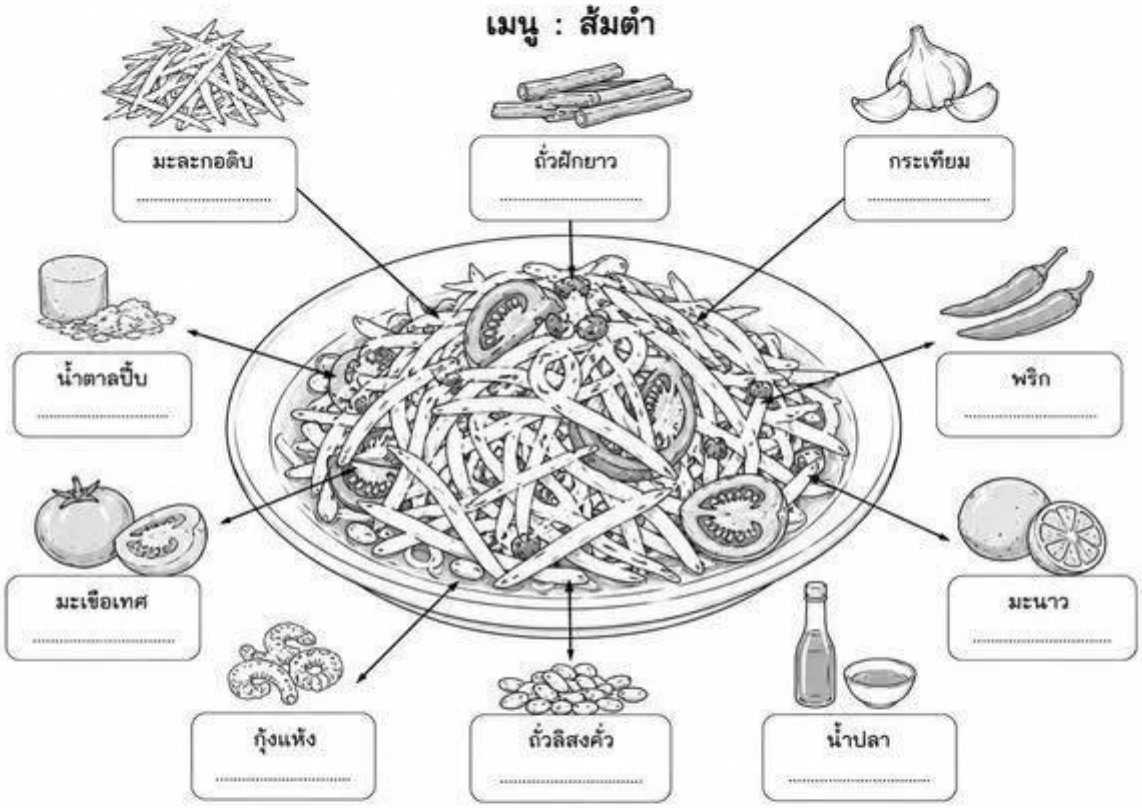
ชื่อ-สกุล ..... ชั้น ..... เลขที่ .....

ใบงานวิชาวิทยาศาสตร์ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

เรื่อง อาหารมาจากไหน (อาหาร 5 หมู่)

คำชี้แจง : ให้นักเรียนดูภาพเมนูอาหาร แล้วบอกว่าวัตถุดิบแต่ละชนิดในจานอาหารนี้ จัดอยู่ในอาหารหมู่ใด โดยเขียนหมายเลขหมู่ลงในช่องว่างที่ลูกศรชี้ (ตัวเลือกด้านล่าง)

เมนู : ส้มตำ



ตัวเลือก : หมายเลขอาหาร 5 หมู่

1	2	3	4	5
เนื้อ นม ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง	ข้าว แป้ง น้ำตาล เมือก มัน	ผักต่าง ๆ	ผลไม้ต่าง ๆ	ไขมันจากพืช และสัตว์

คำถามชวนคิด :

ถ้าเราเลือกรับประทานส้มตำที่มีผักหลากหลาย และไม่ใส่น้ำตาลกับน้ำปลามากเกินไป จะได้รับประโยชน์อย่างไร

.....

.....

สิ่งที่ได้เรียนรู้ ☆

.....

LIVEWORKSHEETS