แบบบันทึกกิจกรรม

FOOD LABELS

<u>คำชี้แจง</u> ให้นักเรียนร่วมกันสำรวจให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันสำรวจผลิตภัณฑ์อาหารที่สนใจ ตรวจสอบข้อมูลและสารอาหารบนฉลากเพื่อวิเคราะห์ความปลอดภัยต่อสุขภาพ

ตอนที่ 1 : ข้อมูลการสำรวจ

- ชื่อกลุ่ม
- สมาชิกกลุ่ม
- ชื่อผลิตภัณฑ์อาหาร
- ประเภทอาหาร



ตอนที่ 2 : ตรวจสอบฉลาก

รายการตรวจสอบ	ผลการตรวจสอบ
1. เครื่องหมาย อย.	
2. วันผลิต / วันหมดอายุ	
3. พลังงาน (kcal)	
4. น้ำตาล	
5. ไขมัน	
6. โซเดียม	
7. วัตถุเจือปนอาหาร	

ตอนที่ 3 วิเคราะห์ผล

1. ผลิตภัณฑ์ที่เลือกมีสารอาหารหรือส่วนประกอบใดที่ควรระมัดระวังเป็นพิเศษ เพราะเหตุใด
2. หากบริโภคผลิตภัณฑ์นี้เป็นประจำอาจส่งผลต่อสุขภาพอย่างไร
3. ผลิตภัณฑ์นี้เหมาะสมกับการบริโภคหรือไม่ เพราะเหตุใด
4. หากต้องเลือกซื้อผลิตภัณฑ์นี้นักเรียนจะมีวิธีการอย่างไรให้ปลอดภัยต่อสุขภาพที่สุด

ตอนที่ 4 สรุปผล

LIVEWORKSHEETS