

ใบความรู้ เรื่อง ฉลากผลิตภัณฑ์อาหารจำลอง  
 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 เรื่อง Food  
 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 12 เรื่อง Food Label  
 รายวิชา ภาษาอังกฤษ รหัสวิชา อ22101 ภาคเรียนที่ 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

<b>Nutrition Facts</b>	
6 servings per container	
<b>Serving size</b>	<b>1 cup (230g)</b>
<b>Amount per serving</b>	
<b>Calories</b>	<b>245</b>
<b>% Daily Value*</b>	
<b>Total Fat</b> 12g	<b>14%</b>
Saturated Fat 2g	<b>10%</b>
<i>Trans Fat</i> 0g	
<b>Cholesterol</b> 8mg	<b>3%</b>
<b>Sodium</b> 210mg	<b>9%</b>
<b>Total Carbohydrate</b> 34g	<b>12%</b>
Dietary Fiber 7g	<b>25%</b>
Total Sugars 5g	
Includes 4g Added Sugars	<b>8%</b>
<b>Protein</b> 11g	
Vitamin D 4mcg	20%
Calcium 210mg	16%
Iron 3mg	15%
Potassium 380mg	8%

\*The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

<b>Nutrition Facts</b>	Amount/serving	% Daily Value*	Amount/serving	% Daily Value*
	6 servings per container	<b>Total Fat</b> 12g	<b>14%</b>	<b>Total Carbohydrate</b> 34g
<b>Serving size</b> <b>1 cup (230g)</b>	Saturated Fat 2g	<b>10%</b>	Dietary Fiber 7g	<b>25%</b>
<b>Calories</b> <b>per serving</b>	<i>Trans Fat</i> 0g		Total Sugars 5g	
<b>245</b>	<b>Cholesterol</b> 8mg	<b>3%</b>	Includes 4g Added Sugars	<b>8%</b>
	<b>Sodium</b> 210mg	<b>9%</b>	<b>Protein</b> 11g	
	Vitamin D 4mcg 20 · Calcium 210mg 16% · Iron 3mg 15% · Potassium 380mg 8%			
	Thiamin 13% · Riboflavin 9% · Niacin 12%			

\*The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.