ใบงานที่ 2 เรื่อง บันทึกโภชนาการในการใช้พลังงานต่อวัน
หน่วยที่ 1 แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง นำเสนอรายการอาหารที่เหมาะสมตามวัย
รายวิชาสุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

วัน/เดือน/ปี	อาหารที่รับประทาน	ปริมาณแคลอรี	กิจกรรมเผาผลาญ	ปริมาณแคลอรี	แคลอรีคงเหลือ	หมายเหตุ

(.....)
ลงชื่อผู้บันทึก

อ้างอิงเว็บไซต์ข้อมูล (ม.๓)

เรื่อง นำเสนอรายการอาหารที่เหมาะสมตามวัย
ภาพที่เกี่ยวข้อง : นำเสนอเมนูอาหารจำนวน ๑ สัปดาห์

ภาพที่ ๑ : https://bit.ly/2UXVgjV
https://www.chillpainai.com/src/wewakeup/scoop/img_scoop/INFO/ann1.jpg
ภาพที่ ๒ : https://bit.ly/2VrQIl7
http://www.thailandbestbeauty.com/wp-content/uploads/2017/08/1-112.jpg
ภาพที่ ๓ : https://bit.ly/2ExIgsd
http://nutrition.anamai.moph.go.th/images/files/tong1.jpg
ภาพที่ ๔ : https://bit.ly/2ZA4wsX
https://s.isanook.com/he/0/ud/2/12649/exercise2.jpg
ภาพที่ ๕ : https://bit.ly/2L122AP
https://img.kapook.com/u/2015/supparat/Infographic_2015/running-eating3-600.jpg

ภาพที่เกี่ยวข้อง : เกร็ดความรู้
เกร็ดความรู้ ๑ : https://bit.ly/2UHpLWo
https://www.moph.go.th/uploads/news/image/cb8da967d193db035ed007666c5467b2.jpg
เกร็ดความรู้ ๒ : https://bit.ly/2IFscXU
http://www.lovefitt.com/system/wp-content/uploads/2013/11/6-best-breakfast-1.jpg
เกร็ดความรู้ ๓ : https://bit.ly/2IGIgbE
http://kudson4u.ran4u.com/userfiles/fckeditor/81146/image/boot-up-metabolisium.jpg