



විෂය : ප්‍රා.තා.කු (ආහාර)

ಗ್ರಂಥಾಲಯ : 6

ମାନ୍ୟରେ ଅଦ୍ୟାତ୍ମନ କଲାପଦ

గුණාත්මක ආහාර තොරතු - පරිභේදනය තෙක් සූරක්ෂිත ව තබමු

1. වෙළුදුපොලෙහි අංති සැකසු ආහාර ලැයිස්තු ගත කරන්න?
 2. සැකසු ආහාර හඳුන්වන්න?
 3. සැකසු ආහාරවලින් සැලසෙන වාසි මොනවාද?
 4. ඔබ නිවසට වෙළුදුපොලෙහි ගෙනෙන විවිධ ආහාර මතකයට නංවා ගන්න. ඒවා පරීභෝෂනය තෙක් ගබඩා කරන ආකාරය දක්වන්න?

ආහාරය	ගබඩා කරන ආකාරය
ධින්ස	
මස් ,මාලු	
පලතරු, එළවුල් ..	
පලාවර්ග	
කිරී හා කිරී ආහාර	
මාෂ බේශ්ග	
බිත්තර	

5. පැසුරුම් කළ ආහාර වෙළඳපොලෙන් මිල දී ගැනීමේ දී ඇවතානය යොම කළ යත් කරනු ලොත්වාද?