

මුළුතැන්ගෙය ක්‍රමානුකූල කරමු.- ආහාරයේ ගුණාත්මක බව සුරකිමු.

1. මුළුතැන්ගෙය තුළ ඇති වැඩි ඒකක ස්ථාන 3න නම් කරන්න
2. මුළුතැන්ගෙය කෙරෙන විවිධ කාර්යයන් ලැයිස්තු ගත කරන්න
3. පහත දැක්වෙන ඒකක සඳහා අදාළ කාර්යයන් වගාතෙන කරන්න

ආහාර ගබඩා කිරීමේ ඒකකයට අදාළ කාර්යයන්	ආහාර පිසිමට පෙර සැකසීමේ ිශාකයට අදාළ කාර්යයන්	ආහාර පිසිමේ ඒකකයට අදාළ කාර්යයන්

4. පහත දැක්වෙන ඒකකවලට අදාළ කාර්යයන් සිදුකිරීමට අවශ්‍ය මුළුතැන්ගෙය ආම්පන්න, පිසිමේ
ආම්පන්න හා උපකරණ ගොනු කරන්න

ගබඩා කිරීමේ ඒකකයට අදාළ බඳන්	ආහාර පිසිමට පෙර සැකසීමේ ිශාකයට අදාළ පිසිමේ ආම්පන්න හා උපකරණ	ආහාර පිසිමේ ඒකකයට අදාළ පිසිමේ ආම්පන්න හා බඳන්

5. මුළුතැන්ගෙයක ආකෘතියක් නිර්මාණයක් කරන්න

