



පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව සබරගමුව- සතිපාසල

සතිය - 29

විෂයය:- කෘෂි හා ආහාර තාක්ෂණය

ශ්‍රේණිය :- 11

Prepared by - කලාප අධ්‍යාපන කාර්යාලය,
කෑගල්ල

5.නිපුණතා ඇගයීම

- 1.මානව පෝෂණය ගැන කතා කිරීමේ දී මිනිසා ලබාගන්නා ආහාර වේලක අඩංගු විය යුතු ප්‍රධාන පෝෂක පහ නම් කරන්න. (ලකුණු 2 1/2)
- 2.මොනොසැකරයිඩ්,ඩයිසැකරයිඩ්,පොලිසැකරයිඩ් වර්ගීකරණය කර පෙන්වන්න .(ලකුණු 4)
- 3.ශක්ති ප්‍රභවයක් ලෙස, දේහයේ වර්ධනය සඳහා සහ නිරෝගී දිවි පැවැත්මට යන කරුණු සඳහා වැදගත් වන පෝෂීය පදාර්ථ වෙන් වෙන්ව සඳහන් කරන්න.(ලකුණු 1 1/2)
- 4.මන්ද පෝෂණය හා අධිපෝෂණය අර්ථ දක්වන්න.(ලකුණු 2)