



සබරගමුව පළාත් අධ්‍යාපන දෙපාර්තමේන්තුව - සති පාසල

ශ්‍රේණිය - 10

විෂය - ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

සතිය - සැප්තැම්බර් 01 සතිය

01. ආහාර පිළිගැන්විය හැකි ප්‍රධාන සංස්කෘතීන් 2 නම් කරන්න.
02. එම සංස්කෘතීන් 2ට අදාළ පිළිගැන්වීමේ ක්‍රම සඳහා උදාහරණ වෙන වෙනම ලියන්න.
03. ආහාර පිළිගැන්වීමට සිදුවන විවිධ අවශ්‍යතා නම් කරන්න.
04. එම එක් එක් ක්‍රම වලදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු දක්වන්න.
05. කුමන ක්‍රමයකට ආහාර පිළිගැන්විය වුවත් ඒ සෑම අවස්ථාවකදීම සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු සඳහන් කරන්න.
06. ද්‍රවිඩ සංස්කෘතියට හා මුස්ලිම් සංස්කෘතියට අනුව ආහාර පිළිගැන්වීමේදී දක්නට ලැබෙන විශේෂ ලක්ෂණ වෙන වෙනම සටහන් කරන්න.
07. පහත පිළිගැන්වීමේ ක්‍රම ඇඳ දක්වන්න.
  - ❖ සිංහල සංස්කෘතියට අනුව ආහාර පිළිගැන්වීම.
  - ❖ අපරදිග සංස්කෘතියට අනුව ආහාර පිළිගැන්වීම.
08. ආහාර මේසයට සුදුසු වන්නේ කුමන ආකාරයේ මල් සැකසුමක්ද යන්න පැහැදිලි කරන්න.