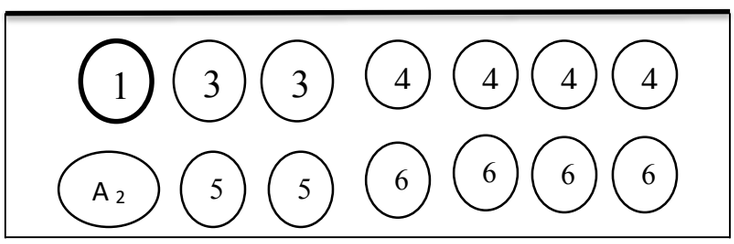
පුනරීක්ෂණ අභ්‍යාස

1. විශේෂ අවස්ථා සඳහා ආහාර පිළිගැන්වීමේදී සැලකිළිමත් විය යුතු කරුණු 04 ක් දක්වන්න.
2. ස්වයං සේවා ක්‍රමයට ආහාර පිළි ගැන්වීමෙන් අත්වන වාසි 02 ක් සඳහන් කරන්න.
3. නියමිත පරිදි අංක යොදා නම් කරන්න.



4. අපරදිග ස්වයං සේවා ක්‍රමයට අනුව කෑම මේසයට අසුන් ගත හැකි අමුත්තන් සංඛ්‍යාව කොපමණද?
5. ස්වයං සේවා ක්‍රමයට අනුව මේසය පිළියෙල කිරීමේදී සැලකිළිමත් විය යුතු කරුණු 04 ක් දක්වන්න.
6. ඔබ කෑම මේසයේදී අනුගමනය කළ යුතු යහ පුරුදු 04 ක් දක්වන්න
7. ඔබේ නෑගනියගේ උපන්දින උත්සවයට පැමිණි ආරාධිතයින්ට බන්දේසියේ තබා ආහාර පිළි ගැන්වීමට ඔබට සිදු විය. මෙහි දී බන්සද්සිය මත ආහාර පිළිගැන්වීමේදී සැලකිළිමත් විය යුතු කරුණු 03 ක් ලියන්න.
8. ස්වයං සේවා ක්‍රමයට අනුව ආහාර පිළි ගැන්වීම සිදුකරන උත්සව අවස්ථා නම් කරන්න.
9. ආහාර නරක් වීමට බලපාන ප්‍රධාන හේතු මොනවාද?
10. පහත සඳහන් ආහාර නිවසේදී කල් තබා ගත හැකි සරල ක්‍රම 01 ක බැගින් නම් කරන්න.

    කොස්, මාළු, අල, දෙහි
11. ආහාර නරක් වීමට බලපාන හේතු පාලනය කිරීම සඳහා යොදා ගන්නා ශිල්පීය ක්‍රම 04 ක් නම් කරන්න.
12. ඉහත සඳහන් ශිල්පීය ක්‍රම යෙදීමෙන් බලාපොරොත්තු වන අරමුණු 02 ක් නම් කරන්න.
13. සූර්යය තාපය මඟින් කොස් වියලීමේ පරීක්ෂණ මූලධර්මය විස්තර කරන්න.
14. ලුණු යෙදීමෙන් කල්තබා ගත හැකි ආහාර වර්ග මොනවාද?
15. බාහිරාස්‍රැතිය පැහැදිළි කරන්න.
16. සාන්ද්‍රණය වැඩි තැනක සිට සාන්ද්‍රණය අඩු තැනකට අංශු ගමන් කිරීම කුමන නමකින් හැඳින්වේද?
17. ජල සක්‍රියතාවය පැහැදිලි කරන්න.
18. පරිරක්ෂිත ආහාරයක් ඇසුරුම් කිරීමේදී වාතය ඇතුළු නොවන සේ ඇසුරුම් කරනුයේ කුමන මූලධර්මයක් පදනම් කරගෙනද?
19. අන්නාසි ජෑම් සෑදීමේදී යොදා ගන්නා පරිරක්ෂක උපක්‍රම හා ඒවාට අදාල මූල ධර්ම වෙන් වශයෙන් වගුගත කර දක්වන්න.