

SABARAGAMUWA - PROVINCIAL EDUCATION OFFICE

WEEKLY SCHOOL

Subject

HPE

Week

24

1. பின்வரும் போசணை வகைகளுக்கு இரண்டு உணவு வகைகள் எழுதுக.

1. விற்றமின்

.....
.....

2. புரதம்

.....
.....

3. கொழுப்பு

.....
.....

2. பின்வரும் போசணைப் பதார்த்தத்தால் ஆற்றப்படும் பணிகள் இரண்டு தருக.

1. காபோவைதரேற்று

.....
.....

2. கனியுப்பு

.....
.....

3. இலிப்பிட்டு

.....
.....

3. ஆரோக்கியமான உணவை பெறும் போது கவனிக்க வேண்டிய விடயங்கள் ஐந்து தருக.

.....
.....
.....
.....

4. உணவின் பல்வகைமை என்றால் என்ன?

.....
.....
.....
.....