ชื่อ – นามสกุล .....เลขที่.....

1. ให้นักศึกษาวางแผนอาหารในแต่ละมื้อ และบอกส่วนประกอบในเมนูอาหาร

2. ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในโภชนบัญญัติ เมนูอาหารในแต่ละมื้อตอบโภชนบัญญัติข้อใดบ้าง

มื้ออาหาร	**โภชนบัญญัติ**									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
มื้อเช้า										
มื้อกลางวัน										
มื้อเย็น										