

# ใบงาน เรื่อง การทำอาหารเช้า

การงานอาชีพ | ง 1.1 การดำรงชีวิตและครอบครัว | 10 คะแนน

## 1. ข้อใดเป็นอาหารเช้าที่ง่ายและรวดเร็วที่สุด?

คำตอบ : (ข)

คำอธิบาย : ไข่เจียวเป็นอาหารเช้าที่ง่ายและรวดเร็ว เหมาะสำหรับมือเช้า

## 2. ก่อนเริ่มทำอาหารเช้า ควรทำสิ่งใดเป็นอันดับแรก?

คำตอบ : (ข)

คำอธิบาย : การจัดเตรียมส่วนผสมก่อนเริ่มทำอาหารจะช่วยให้การทำอาหารเป็นไปอย่างราบรื่นและรวดเร็ว

## 3. ถ้าจะทำแซนด์วิช ควรมีส่วนผสมหลักประเภทใด?

คำตอบ : (ค)

คำอธิบาย : ขนมปังเป็นส่วนผสมหลักของการทำแซนด์วิช

## 4. ประโยชน์ของการรับประทานอาหารเช้าคือข้อใด?

คำตอบ : (ข)

คำอธิบาย : การรับประทานอาหารเช้าช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานที่จำเป็นต่อการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การเรียน

## 5. เมื่อทำอาหารเสร็จแล้ว ควรทำความสะอาดอะไรเป็นอันดับแรก?

คำตอบ : (ค)

คำอธิบาย : การทำความสะอาดอุปกรณ์ทำครัวทันทีหลังใช้งานจะช่วยให้ง่ายต่อการทำความสะอาดและรักษาความสะอาดของห้องครัว

## 6. ข้อใดคือเมนูอาหารเช้าที่สามารถทำได้ง่ายและรวดเร็วที่สุด?

คำตอบ : (ค)

คำอธิบาย : ไข่ต้มกับขนมปังปิ้งเป็นเมนูที่ทำได้ง่ายและรวดเร็วที่สุดเมื่อเทียบกับตัวเลือกอื่นๆ

## 7. การเตรียมอาหารเข้ามีประโยชน์อย่างไรต่อนักเรียน?

คำตอบ : (ข)

คำอธิบาย : อาหารเข้าช่วยเติมพลังงานที่จำเป็นต่อร่างกายและสมอง ทำให้นักเรียนพร้อมสำหรับการเรียนรู้และทำกิจกรรมต่างๆ

## 8. อุปกรณ์ใดที่จำเป็นสำหรับการทำไข่เจียว?

คำตอบ : (ข)

คำอธิบาย : กระทะเป็นอุปกรณ์หลักที่ใช้ในการทอดไข่เจียว

## 9. ก่อนเริ่มทำอาหารเข้า ควรปฏิบัติสิ่งใดเป็นอันดับแรก?

คำตอบ : (ข)

คำอธิบาย : การล้างมือให้สะอาดก่อนทำอาหารเป็นสิ่งสำคัญที่สุดเพื่อสุขอนามัยที่ดี

## 10. หลังรับประทานอาหารเข้าเสร็จ ควรทำอย่างไรกับภาชนะ?

คำตอบ : (ค)

คำอธิบาย : หลังจากรับประทานอาหารเสร็จ ควรล้างทำความสะอาดภาชนะทันทีเพื่อรักษาความสะอาดและสุขอนามัย