

11 ශ්‍රේණිය

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

නිපුණතාවය 04

විවිධ අවශ්‍යතා සහ අවස්ථා සඳහා උචිත
ආහාර වේල් සැලසුම් කරයි.



විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතා ඇති අවධි සඳහා ආහාර වේල්
සැලසුම් කරයි- 4.2

නිපුණතාවය - 4

4.2- විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතා ඇති අවධි සඳහා ආහාරවේල් සැලසුම් කරයි.

කියවීම් ද්‍රව්‍යය,

11 ශ්‍රේණියේ ශාභ ආර්ථික විද්‍යාව පෙළ පොතේ 04 නිපුණතාවය වන විවිධ අවශ්‍යතා සහ අවස්ථා සඳහා උචිත ආහාර වේල් යන මාතෘකාව යටතේ කරුණු අධ්‍යයනය කිරීමට යොමුවන්න.

- කියවීම් ද්‍රව්‍යය ලෙස ඉහත පෙළපොත භාවිතා කරන්න.
 - අන්තර්ජාලය වෙත යොමුවී තොරතුරු ලබාගත හැක .
- විශේෂ පෝෂණ අවශ්‍යතා - Special nutritional requirements
 - ළදරු විය - Infancy
 - නව යෞවන විය - Adolescent
 - ගර්භණී විය - Pregnancy
 - ක්ෂීරණ විය - Lactation
 - මහළු විය - Elderly