

11 ශ්‍රේණිය

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

නිපුණතාව - 05

ආහාර තෝරා  
ගැනීමේදී, ගබඩා  
කිරීමේදී හා සකස්  
කිරීමේදී ඒවායේ  
ගුණාත්මක ලක්ෂණ  
පවත්වා ගනියි

කියවීමේ ද්‍රව්‍ය



ආහාර වල ගුණාත්මක බව පවත්වා ගැනීමට ඇති දුෂ්කරතා අවම කරමු

11 ශ්‍රේණිය ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව පෙළ පොතේ 5.3 නිපුණතාව අධ්‍යයනය කිරීම හා අන්තර් ජාලයෙන් කරුණු සොයා බැලීම.

### අමතර දැනුමට

ආහාර ආකලන,  
වර්ණකාරක,  
රසකාරක,  
තෙලෝදකාරක,  
ප්‍රතිඔක්සිකාරක

අතීතයේදී ඖෂධීය රසකාරක වර්ණකාරක ලෙස යොදා ගැනීම.

20 වන ශත වර්ෂය අවසානයේදී මිනිසා කාර්යය බහුල වීමත් තාක්ෂණික දියුණුවත් සමඟ සකස් කළ ආහාර කෂණික ආහාර සඳහා ඉල්ලුම ඉහළයාම හේතුවෙන් ස්වභාවික හා කෘතිම ආහාර ආකලන භාවිතය වැඩි වීම.