

# මිනුවන්ගොඩ අධ්‍යාපන කලාපය

## ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

### 11 ශ්‍රේණිය

### පළමු වාරය

### කාර්යය - පත්‍රිකාව 04

නිපුණතාව 05 : ආහාර තෝරා ගැනීමේ දී, ගබඩා කිරීමේ දී හා සකස් කිරීමේ දී ඒවායේ ගුණාත්මක ලක්ෂණ පවත්වා ගනියි.

නිපුණතා මට්ටම 5.3 : ආහාර තෝරා ගැනීමේ දී හා සකස් කිරීමේ දී ඒවායේ ගුණාත්මක ලක්ෂණ රැක ගැනීමේ දුෂ්කරතා අවම කර ගැනීමට ක්‍රියාත්මක වෙයි.

1) ආහාරයේ ගුණාත්මක බව පවත්වා ගැනීමේ දී දුෂ්කරතා මතු වන අවස්ථා හමි කරන්න .

-----  
-----  
-----

2) ආහාර තෝරා ගැනීමේ දී පාරිභෝගිකයාට ඇතිවන දුෂ්කරතා ලියන්න.

-----  
-----  
-----



Gnana Samarasena (ISA)  
Minuwangoda Division

3) ආහාර තෝරා ගැනීමේදී අලෙවිකරුවන්ගේ නොසැලකිලිමත් බව නිසා පාරිභෝගිකයාට ඇති වන අපහසුතා සටහන් කරන්න.



-----  
 -----  
 -----

4) ආහාර තෝරා ගැනීමේ දී පාරිභෝගිකයාට ඇති ආර්ථික අපහසුතා කිපයක් සඳහන් කරන්න.

-----  
 -----  
 -----



5) පාරිභෝජනයට නුසුදුසු ප්‍රමිතියෙන් තොර ආහාර ද්‍රව්‍ය උදාහරණ සහිතව ලියන්න.

-----  
 -----  
 -----



6) ආහාර ද්‍රව්‍යවල ප්‍රමාණය වැඩිපුර දැක්වීමට වෙළඳුන් යොදනු ලබන උපක්‍රම 5 ක් ලියන්න .

-----  
 -----  
 -----



7) ආහාර තෝරා ගැනීමේ දී ඇතිවන දුෂ්කරතා අවම කර ගැනීම සඳහා ඔබ යෝජනා කරන කරුණු මොනවාද?

-----  
 -----  
 -----

8) SLS සහ ISO ලාංඡනය දළ රූප සටහනින් ඇඳ එය නම් කරන්න.

9) ආහාර ගබඩා කිරීමේදී ගුණාත්මක බව පවත්වා ගැනීමට ඇති දුෂ්කරතා මොනවාද කරුණු 6 ක් ලියන්න.

-----  
-----  
-----

10) ඇසුරුම් හා ලේබල් වල ඇති අඩුපාඩු නිසා ආහාර වල ගුණාත්මක බව රැක ගැනීමට අපහසු වේ. එවැනි දුෂ්කරතා 5 සඳහන් කරන්න .

-----  
-----  
-----



11) ආහාර ගබඩා කිරීමේ දී ගුණාත්මක බව ආරක්ෂා වන පරිදි ගත හැකි ක්‍රියා ක්‍රියාමාර්ග මොනවාද?

-----  
-----  
-----



12) ආහාර සකස් කිරීමේදී ගුණාත්මක ලක්ෂණ පවත්වා ගැනීමට ඇති දුෂ්කරතාවන් මොනවාද?

-----  
-----  
-----



13) උචිත ලෙස තාපය පාලනය කළ නොහැකි වීම නිසා ඇතිවන හානි මොනවාද ?

-----  
-----  
-----



14) ප්‍රමිතියෙන් තොර ආකලන භාවිතා කිරීමෙන් සිදුවන හානි හමි කරන්න.

-----  
-----  
-----

15) ආහාර සකස් කිරීමේ දී ගුණාත්මක බව ඇති කිරීමට ඇති දුෂ්කරතා අවම කිරීම සඳහා ඔබ යෝජනා කර ලබන කරුණු මොනවාද ?

-----  
-----  
-----



මිනුවන්ගොඩ කොට්ඨාසය

කාර්ය පත්‍රිකාව සැකසුම :- ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

ගුරු උපදේශක ,

ඥානා සමරසේන මිය.

දුදුරිපත් කිරීම :- H.ටෙක්ලා හේමමාලි ජනාධිපති විද්‍යාලය.

Gnana Samarasena (ISA)  
Minuwangoda Division