



- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). **หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กิตติ ปรมัตผลและคณะ. (2558). **หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา 3**. นนทบุรี : บริษัทสำนักพิมพ์ เอ็มพันธ์ จำกัด.
- กิตติ ปรมัตผลและคณะ. (2558). **หนังสือเสริมฝึกประสบการณ์ สุขศึกษา 3**. นนทบุรี : บริษัทสำนักพิมพ์ เอ็มพันธ์ จำกัด.
- บุญรับ ศักดิ์มณี. (2557). **กิจกรรมสุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3**. กรุงเทพฯ : ประสานมิตร.
- พรสุข หุ่นนิรันดร์ และคณะ. (2558). **หนังสือสาระการเรียนรู้พื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา ม.3**. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์.
- วิชาการและมาตรฐานการศึกษา, สำนักกระทรวงศึกษาธิการ. (2551). **ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สมหมาย แดงสกุล และคณะ. (2558). **หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**. กรุงเทพฯ : พัฒนาพานิช.
- สุจิตรา สุนทรทรัพย์ และ รุ่งอรุณ เขียวพุ่มพวง. (2557). **หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**. กรุงเทพฯ : บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด และบริษัท สำนักพิมพ์แม็ค จำกัด.
- อาหารหลัก 5 หมู่ แต่ละหมู่มีอะไรสำคัญอย่างไร.** (ออนไลน์). 2556. แหล่งที่มา : <http://www.thaifoodworld.com/อาหารหลัก5หมู่/>. สืบค้นเมื่อ 13 มิถุนายน 2558
- อาหารหลัก 5 หมู่ : ประโยชน์ของอาหาร 5 หมู่ รวม 38 ข้อ.** (ออนไลน์). 2558. แหล่งที่มา : <https://medthai.com/อาหารหลัก-5-หมู่/>. สืบค้นเมื่อ 19 กรกฎาคม 2558
- อุทัย สงวนพงศ์ และนางสุนัญฐา สงวนพงศ์. (2557). **หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา**. กรุงเทพฯ : พัฒนาคุณภาพวิชาการ จำกัด