

# อาหาร ปลอดภัย สุขใจ รับ ตรุษจีน



## การฉลองตรุษจีนแบบ

### New Normal



สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้ง  
เมื่อต้องออกจากบ้าน



เว้นระยะห่างจากกัน  
1-2 เมตร



ล้างมือบ่อยๆ



## เลือกบริโภคอาหารอย่างปลอดภัย

### เนื้อสัตว์

มีสีแดงตามธรรมชาติ

ไม่มีเม็ดสาหร่าย หรือ

ตัวอ่อนพยาธิ

เนื้อแน่น สีไม่คล้ำ

ไม่มีจ้ำเลือด

“ปรุงเนื้อสัตว์ให้สุก  
อย่างทั่วถึง”



### ผัก-ผลไม้



สด ใหม่ สะอาด

ไม่มีคราบสีขาวของยาฆ่าแมลง

“ล้างให้สะอาดทุกครั้ง  
ก่อนบริโภค”

### ไข่เป็ด-ไข่ไก่



เปลือกไม่แตกร้าว

มีสีนวล

ไม่มีมูลสัตว์

น้ำหนักไม่เบาจนเกินไป

“รับประทานไข่สุก”

### ขนมต่าง ๆ

สีไม่ฉูดฉาด ไม่มีกลิ่นเหม็น

และเชื้อรา อยู่ในภาชนะ/  
บรรจุภัณฑ์ที่มิดชิด

หากจะเก็บอาหารไว้บริโภคหลายๆวัน

อย่าลืม!! เก็บไว้ในตู้เย็นและนำมาอุ่นหรือห่อหุ้มประพาท

