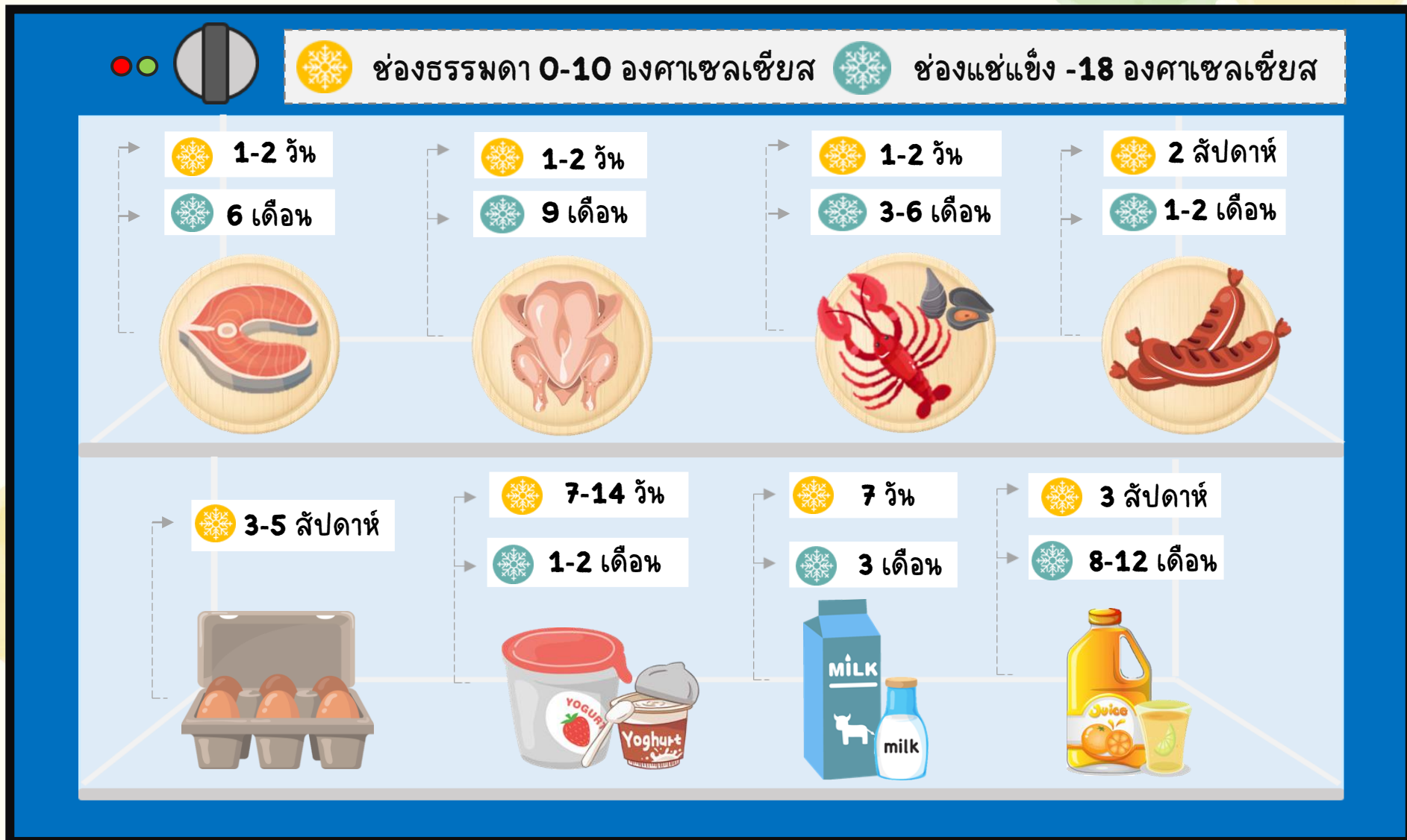


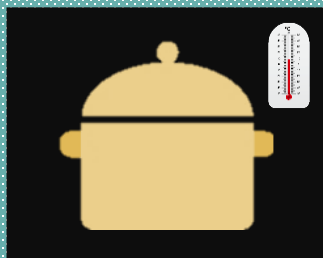
อาหารในตู้เย็นแช่ให้เย็นจะเห็นสุข



อาหารถึงแม้จะอยู่ในตู้เย็นก็ยังมีวันหมดอายุ



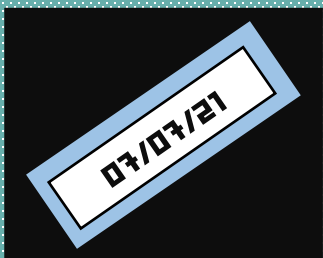
เคล็ดลับแช่เย็นอาหาร



อาหารปรุงสุกควรให้เย็นลงก่อนเข้าแช่เย็น ช่วยรักษาคุณภาพอาหาร



ไม่เก็บอาหารจนแน่นเกินไป เพื่อความปลอดภัยจากเชื้อแบคทีเรีย



ติดป้ายระบุ วัน เวลา ที่เริ่มแช่ตู้เย็น เพื่อให้รู้ว่าเก็บมานานเท่าไร



ทิ้งมันไป อย่าเสียดายอาหารที่สงสัยจะเสีย

