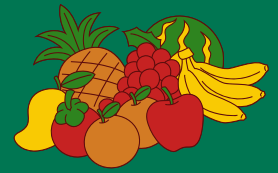




เคล็ดลับ...ลับ!



การเลือกซื้อผลไม้สดเข็น

เรียบเรียงและออกแบบ โดย : นางสาววัชรารัตน์ เอกทวีกุล
นักวิชาการสุขาภิบาลปฎิบัติการ

ควรเลือกซื้อจากผู้ค้ารถเข็นที่มีลักษณะ ดังนี้

1 รถเข็นและอุปกรณ์จำหน่าย เช่น มีด เขียง ถังล้างผลไม้ สะอาด ไม่มีคราบสกปรก เขียงและไม้เสียบผลไม้ ไม่มีเชื้อรา ตู้แช่ผลไม้ สะอาด มีฝาปิดมิดชิด น้ำแข็ง แช่ผลไม้ สะอาด ไม่มีสิ่งแปลกปลอมปนเปื้อน หรือมีสิ่งอื่นแช่ปนในตู้

2 ผู้ขาย/ผู้จำหน่าย แต่งกายสะอาด สวมหมวกคลุมผมและผ้ากันเปื้อน สวมถุงมือหรือใช้อุปกรณ์ในการหยิบจับผลไม้และล้างมือก่อนและหลังหั่นผลไม้

เพื่อสุขภาพที่ดีผู้บริโภคควรเลือกซื้อผลไม้สดใหม่ มีสีธรรมชาติ ไม่มีรอยง้ำ และเป็นผลไม้ตามฤดูกาล หลีกเลี่ยงเครื่องจิ้ม เนื่องจากอาจทำให้ร่างกายได้รับเกลือ น้ำตาลมากเกินไป และหลีกเลี่ยงผลไม้ประเภทหมักดอง



"ด้วยความห่วงใยจาก กรุงเทพมหานคร"

แหล่งข้อมูลและรูปภาพ

- 3 ข้อควรรู้ เมื่อซื้อผลไม้สดเข็น ง่ายๆ ได้ และต้องสะอาดด้วย (ออนไลน์) สืบค้นจาก : <https://multimedia.anamai.moph.go.th/infographics>
- ภาพรถเข็นผลไม้ (ออนไลน์) สืบค้นจาก : <https://th.lovepik.com/images/png-consumption.html>">การบริโภค Png vectors by Lovepik.com



กองสุขาภิบาลอาหาร สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร



FoodSanitation BMA

<http://foodsantiation.bangkok.go.th>



กทม