คำแนะนำช่วยเหลือผู้ประสบอุทกภัย 8 วิธีการเตรียมปรุงอาหารเพื่อช่วยเหลือผู้ประสบภัย

นำเสนอเมื่อ : 30 ก.ค. 2560

กรมอนามัย เผยแพร่สาระความรู้ ผ่านทางเพจ กรมอนามัย
เพื่อให้**คำแนะนำช่วยเหลือผู้ประสบอุทกภัย 8 วิธีการเตรียมปรุงอาหารเพื่อช่วยเหลือผู้ประสบภัย** ในช่วงที่พี่น้องชาวไทยหลายพื้นที่ ประสบกับอุทกภัย ดังนี้

กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

คำแนะนำช่วยเหลือผู้ประสบอุทกภัย

8 วิธีการเตรียมปรุงอาหาร เพื่อผู้ประสบภัย

1. ต้องล้างให้สะอาดก่อนนำมาปรุง
2. ปรุงให้สุกทั่วถึงด้วยความร้อน

3. ปิดอาหารปรุงสำเร็จ และอาหารพร้อมบริโภคทุกชนิด
4. ไม่วางอาหารและภาชนะบนพื้น

5. ควรแยกบรรจุกับข้าวที่มีส่วนผสมของน้ำใส่ในถุงพลาสติกก่อนใส่ในกล่องข้าว
6. อาหารกล่อง (ข้าวกล่อง) ต้องระบุประเภทอาหารและวันเวลาที่ปรุงบนภาชนะบรรจุ และไม่ควรบริโภคภายหลัง 4 ชั่วโมง

7. อาหารกล่องสำเร็จรูปควรเป็นอาหารที่ไม่มีกะทิเป็นส่วนประกอบ เช่น เนื้อสัตว์ทอด ข้าวเหนียว น้ำพริกแห้ง ไข่เค็ม กุนเชียง ไข่ต้มสุก

8. ผู้เตรียม และผู้ปรุงประกอบอาหารต้องสวมผ้ากันเปื้อน หมวกคลุมผม ล้างมือให้สะอาด และไม่ใช้มือหยิบจับอาหารโดยตรง

กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ ป้องกันโรค

ขอบคุณที่มาจากเพจ กรมอนามัย วันที่ 29 กรกฎาคม 2560