



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

3 วิธีง่ายๆ ลดสารพิษตกค้าง

ในผักสด ผลไม้

สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย

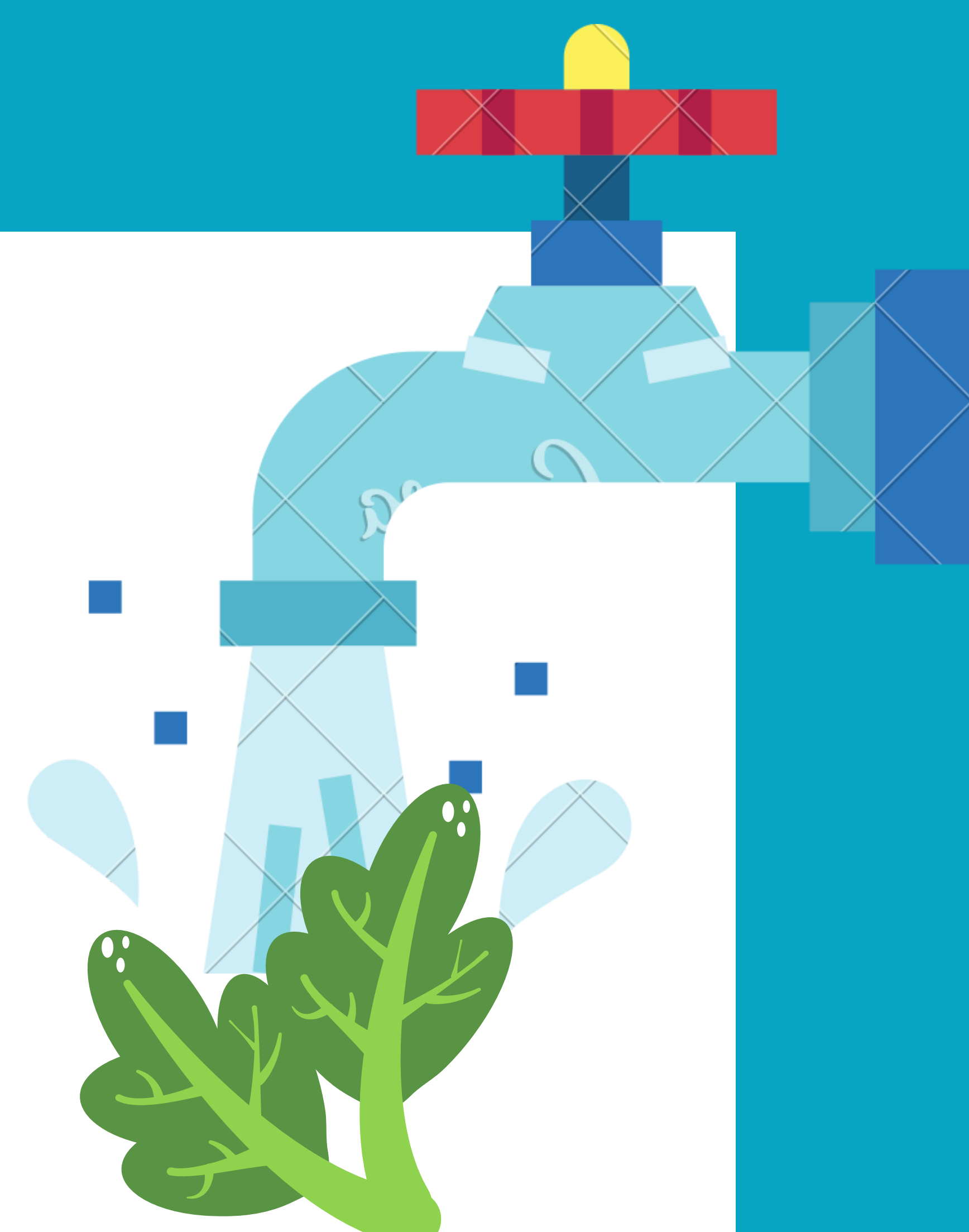


1

ล้างด้วยน้ำไหล

แช่น้ำนาน 15 นาที เปิดน้ำไหล
แรงพอประมาณ คลี่ใบผัก ผลไม้
ถูไปถูมา ประมาณ 2 นาที

ลดสารพิษตกค้าง 25-63%



2

น้ำส้มสายชู

ใช้น้ำส้มสายชู 5% 1 ช้อนโต๊ะ
ผสมน้ำ 4 ลิตร แช่นาน 15 นาที
แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด

ลดสารพิษตกค้าง 60-84%

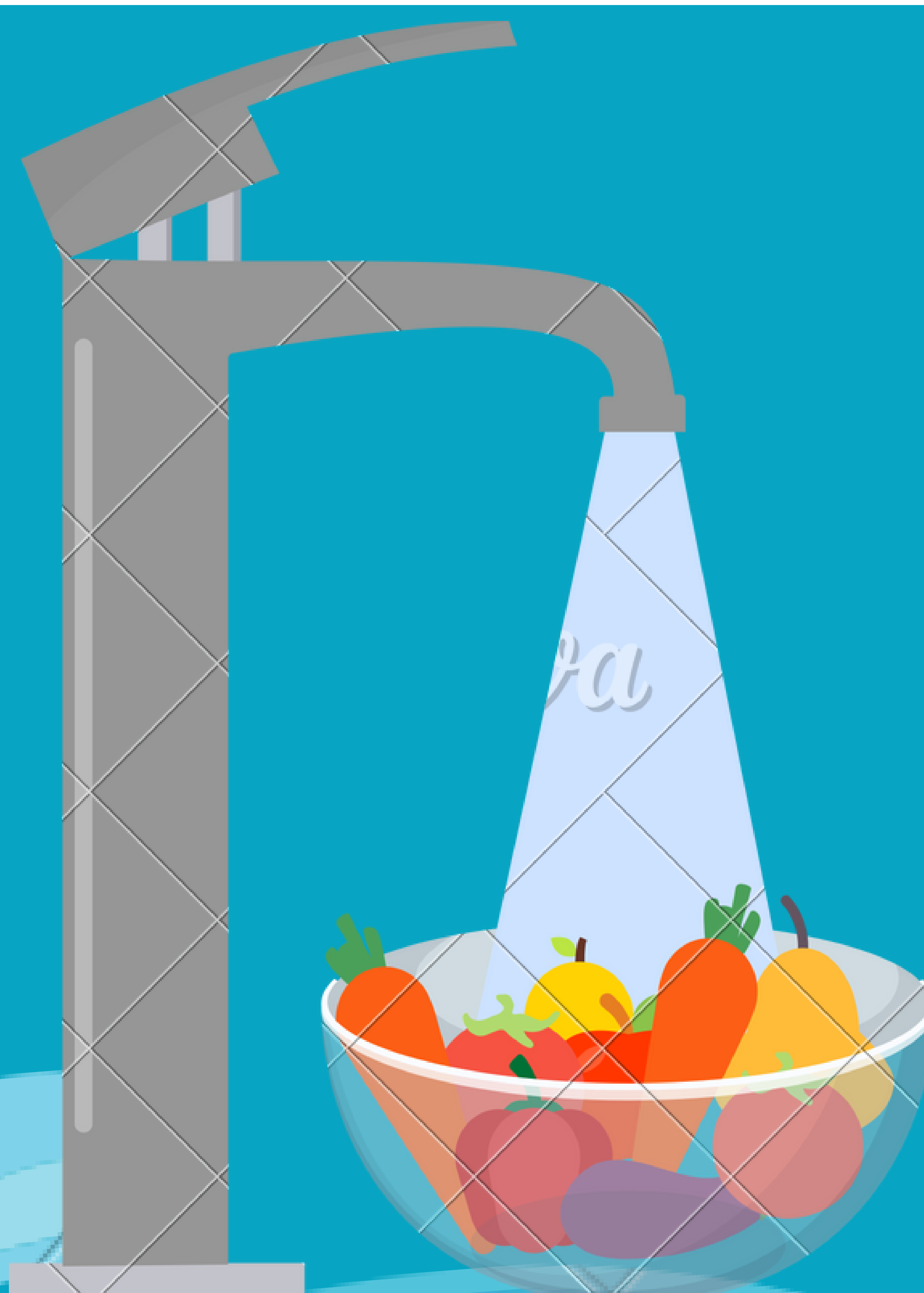


3

ผงฟู หรือ เบกกิ้งโซดา

1/2 ช้อนโต๊ะ ผสมน้ำอุ่นหรือ
น้ำธรรมดา 10 ลิตร แช่นาน 15 นาที
แล้วล้างออกด้วยน้ำสะอาด

ลดสารพิษตกค้าง 90-95%



สำนักสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลบางเมือง

