မိခင်နို့ရည် သိုလှောင်ဖို့ လက်တွေ့ကျ အကြံဉာဏ်များ

နို့ရည်စက် တစ်စက်တိုင်း တန်ဖိုးရှိတယ်။

- မိခင်နို့ရည်ကို အဖုံးကြပ်ကြပ် လုံလုံခြုံခြုံ ပိတ်လို့ရတဲ့ ပလက်စတစ်ဗူး၊ ဒါမှမဟုတ် ဖန်ဗူး ထဲမှာထည့်ပြီး သိုလှောင်နိုင်တယ်။
- နေ့စဉ် အသုံးပြုမယ့် နို့ရည်ပမာဏ အလိုက်သာ ထည့်ပြီး သိုလှောင်ပါ။
- နို့ရည်ထည့်ထားတဲ့ ဗူးတွေအပေါ်မှာ နို့ရည်ညှစ်ထုတ်တဲ့ နေ့စွဲနဲ့ ကလေးရဲ့နာမည်ကို ရေးပါ။
- ရေခဲသေတ္တာထဲက အေးခဲနေတဲ့ နို့ရည်ကို အရည်ဖျော်တဲ့အခါ ရေနွေးနွေးလေးထည့်ထားတဲ့ ခွက်ထဲမှာ နို့ရည်ဗူးကို ထားပြီး အရည်ပြန်ဖျော်နိုင်တယ်။
- နို့ရည်ကို ကျိုချက်တာတို့၊ မိုင်ခရိုဝေ့ထဲထည့်ပြီး အပူပေးတာတို့ ဘယ်တော့မှ မလုပ်ပါနဲ့။
- ခဲနေတဲ့နို့ရည် တစ်ခါအရည်ပျော်ပြီးသွားရင် နောက်တစ်ခါ ပြန်မခဲပါနဲ့။

မိခင်နို့ရည်သိုလှောင်မှု လမ်းညွှန်	ဒီအချိန်အတွင်း အသုံးပြုရင် အကောင်းဆုံးဖြစ်တယ်။	ဒီအချိန်အတွင်း အသုံးပြုရင် စိတ်ချရသေးတယ်။
Insulated Cooler Bag အအေးခံအိတ်	၂၄ နာရီ	၂၄ နာရီ
Refrigerator ရေခဲသေတ္တာ	၃ ရက်	၅ ရက်
Freezer Section inside refrigerator ရေခဲသေတ္တာအတွင်း ပိုင်းက ရေခဲခံအခန်း	၂ ပါတ်	၂ ပါတ်
Freezer separate door or deep freezer သီးသန့်တံခါးရှိတဲ့ ရေခဲခံအခန်း	၆ လ	၁၂ လ

The original version of this content was developed by Texas Health and Human Services, an agency of the State of Texas (HHS). HHS provided this content ‘as is’ without warranty of any kind. This content has been altered from its original version and represents a derivative work.