

# हमेशा अच्छा किया

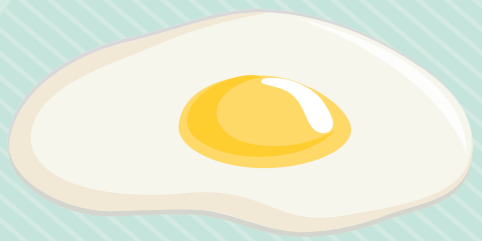
ALWAYS

WELL

DONE

बुजुर्गों को भोजन की विषाक्तता या कीटाणुओं के संपर्क में आने के जोखिम को कम करने के लिए कच्चे और अधपके खाद्य पदार्थों से परहेज करना चाहिए

The elderly should avoid eating raw or undercooked foods to reduce the risk of food poisoning or contracting superbugs



कच्चे या अधपके अंडे  
Raw or undercooked eggs



कच्चा और ठंडा स्मोकड समुद्री भोजन  
Raw and cold smoked seafood



पहले से पैक किया गया हरा सलाद  
Prepackaged salad greens



कच्चा या अधपका मांस और निकम्मा अंश  
Raw or undercooked meat and offal



कच्चा दूध पनीर  
Raw milk cheese



न करें

श्वास नली में अवरोध को रोकने के लिए चिपचिपे और मुश्किल से चबाये जाने वाले खाद्य पदार्थों से बचें  
Avoid sticky and difficult-to-chew foods to prevent choking



करें

भोजन को अच्छी तरह से पकाएं  
कच्चे और पके खाद्य पदार्थों को अलग करें  
Cook thoroughly  
Separate raw and cooked foods



बेहतरीन डिनर आइडिया के लिए स्कैन करें  
Scan for great dinner ideas

