

選購鮮乳 注意鮮度

宋丹誠

鮮乳含有豐富維生素B羣、鈣質、蛋白質等營養成分，選購應有完整標示者：

1.等級。2.殺菌處理方法。3.製造日期及保存期限。4.乳瓶內容量。5.工廠名稱、地址及登記證書字號。

鮮乳應置冰箱中，在保存期限內飲用完，劣壞的鮮乳會造成腹痛下痢。

有下列現象即不可飲用：1.濃度不均，有脂肪浮出現象。2.有酸臭味。3.變色或有結塊、沉澱等現象。



澱粉穀類食物選購時應注意下列各點：

1.應選購穀粒堅實，均勻完整，沒有發霉、無砂粒、昆蟲等異物者。

麵粉粉質乾爽，無異味、異物或昆蟲，色澤略帶淡黃色者。

2.米愈精白，維生素及礦物質愈少。

3.甘薯、馬鈴薯、芋頭要選外

表清潔完整，堅硬肥大，無芽，無損傷，無感染微生物者，否則會含有毒素。

4.選購小包裝製品，並注意標示及製造日期。

5.加鹼處理的食品，營養素被破壞較大，少買為宜。

6.不要買太精白的食品，因為那除了營養份減少外，可能被摻入有害添加物質。

亞蔬中心 委託本社代售英文專業書籍

每次郵購另收掛號郵資16元
郵政劃撥0005930-0豐年社
台北市溫州街14號

最新出版	SOYBEAN	收集1983年在日本召開國際大豆討論會講稿59篇，包括泰國、印度、台灣、埃及、韓國等大豆栽培現況，及大豆繁殖、管理、病虫害、營養等。 720元•19×26.5(公分)•471頁
	1983 PROGRESS REPORT	介紹亞蔬中心1983年有關熱帶番茄、結球白菜、甘藷、綠豆、大豆等作物的研究計畫報告。 400元•19×26.5(公分)•338頁
SWEET POTATO	收集第一屆國際甘藷討論會資料，包括甘藷營養價值、試管培育甘藷、甘藷病毒防治、提高甘藷產量及世界各國栽培與甘藷利用現況等講稿共44篇。 600元•19×26(公分)•481頁	
CHINESE CABBAGE	收集第一屆國際結球白菜討論會講稿45篇，包括日本、韓國、台灣栽培現況及病害防治與生理反應等。 600元•19×26(公分)•489頁	
TOMATO	收集第一屆國際熱帶番茄會議講稿30餘篇，包括番茄病虫害、生理、營養、栽培管理及育種等。 400元•17.5×24.5(公分)•290頁	
MUNGBEAN	收集第一屆國際綠豆會議講稿54篇，介紹斯里蘭卡、泰國、馬來西亞、尼泊尔、印度與澳洲種植綠豆的情形、綠豆利用、管理、病虫害及育種研究等。 400元•20×25.5(公分)•262頁	