

## แผนกพลาธิการ

ชื่อ ชมชนนักปฏิบัติ \_\_\_\_\_ ผู้ประกอบอาหาร (ส่วนสหโภชน) \_\_\_\_\_

วันที่เล่าเรื่อง 18-ต.ค.-53 เวลา 1315 สถานที่ ห้องเมสจ่า

หัวข้อในการเล่าเรื่อง การถนอมผักให้เก็บไว้ได้นาน \_\_\_\_\_

สมาชิกในชมชน จำนวน 11 คน ประกอบด้วย

1. ร.ท.ณัฐพจน์ จ. \_\_\_\_\_ คุณอำนวย
2. จ.อ.พิชัย ส. \_\_\_\_\_ คุณลิขิต
3. พ.จ.อ.จันทศักดิ์ ส. \_\_\_\_\_ คุณกิจ
4. พ.จ.อ.จำรัส อ. \_\_\_\_\_ คุณกิจ
5. จ.อ.ไพฑูถธิ ส. \_\_\_\_\_ คุณกิจ
6. พ.จ.อ.สมชาย ก. \_\_\_\_\_ คุณกิจ
7. พ.จ.อ.ปรีชา ด. \_\_\_\_\_ คุณกิจ
8. จ.อ.ถาวร ม. \_\_\_\_\_ คุณกิจ
9. จ.อ.ชาตรี ศ. \_\_\_\_\_ คุณกิจ
10. จ.อ.เฉลิมชัย ส. \_\_\_\_\_ คุณกิจ
11. จ.อ.จิตติพงษ์ ท. \_\_\_\_\_ คุณกิจ

การเล่าเรื่อง 5 นาที

ผู้เล่าเรื่อง พ.จ.อ.ไพฑูถธิ ส. ตำแหน่ง พันจ่าสหโภชน รูปภาพ



การเล่าเรื่อง 5 นาที

### 1.จุดมุ่งหมาย

- เพื่อยืดอายุของผักให้อยู่ได้นานเพื่อเป็นประโยชน์ในการออกราชการเป็นเวลานาน

### 2.ขั้นตอนการปฏิบัติ

- แบ่งชนิดของผักใบอ่อนและใบแข็ง ผักใบอ่อนใช้กระดาษหนังสือพิมพ์ห่อและใส่ถุงพลาสติกที่เจาะรู ผักใบแข็งไม่ต้องห่อกระดาษใส่ถุงพลาสติกเจาะรูได้เลย

- เก็บไว้ในห้องแช่อุณหภูมิตั้ง 15-18 องศาเซลเซียส

### 3.ข้อเสนอแนะและข้อพึงระวัง

- กระทบและหัวหอม ให้เก็บไว้ในห้องเสปียงแห้ง หรือเก็บไว้ในห้องที่อุณหภูมิต่ำไม่สูงมาก

### 4.คำถามในการเรียนรู้ ระหว่างปฏิบัติงาน

-