



انتخاب با شماست

نمک دریا

- نمک دریا فاقد ید کافی است.
- در نمک دریا ناخالصی هایی مانند: فلزات سنگین، گچ، شن، ماسه، آهک و خاک وجود دارد.
- وجود فلزات سنگین می تواند باعث بروز عوارض نامطلوب مانند: سرطان، آسیب به کبد و کلیه و ناراحتی های گوارشی شود.
- کلیه نمک های دریا فاقد مجوزهای بهداشتی هستند.

نمک یددار تصفیه شده

- مصرف نمک یددار تصفیه شده از اختلالات ناشی از کمبود ید پیشگیری می کند.
- کمبود ید در بدن باعث مشکلاتی مانند: گواتر، عقب ماندگی ذهنی، کاهش بهره هوشی، ناباروری، کروموزومی، کاهش یادگیری و افت تحصیلی میشود.
- بر روی بسته نمک یددار تصفیه شده آرم وزارت بهداشت، شماره پروانه ساخت، نشان استاندارد، تاریخ تولید و انقضاء درج شده است.



شرایط نگهداری نمک یددار:

- ✓ دور از نور مستقیم آفتاب نگهداری شود.
- ✓ ظرف نگهداری نمک تیره و یا کدر باشد.
- ✓ ظرف نگهداری نمک و یا قاشق مورد استفاده در ظرف؛ فلزی نباشد.
- ✓ در مراحل پایانی پخت به غذا اضافه شود.