

သြားဘဏ္ဍာ ကုန်ပစ္စည်း ရောင်းချခြင်းစာချုပ်အစီအစဉ်

နောက်ခံ အမည်		နောက်ခံ ID		တစ်ဖက်	နောက်ခံ	
ပေးထားသော အမည်		နံပါတ်		မူရင်း	မူရင်း	
လက်မှတ်				စာချုပ်		
				ကုန်ပစ္စည်းအစီအစဉ်		
				မူရင်း		



သြားဘဏ္ဍာ သင့် သြားဘဏ္ဍာ နောက်ခံပေးခြင်း ဝန်ဆောင်မှု
သင့်ခံခြင်း ကုန်ပစ္စည်း ဝန်ဆောင်မှု ပေးသော သတိပေးချက်
ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

1. ချီးမွမ်းသည့် ဝန်ဆောင်မှု သြားဘဏ္ဍာ နောက်ခံပေးခြင်း တစ်ခု
သြားဘဏ္ဍာ ပေးသော သတိပေးချက်

① ဟုတ် ② မဟုတ်

2. သင့် ခံခြင်း ဆုံးမချက် ပေးပါသည်။

① ဟုတ် ② မဟုတ် ③ ကြီးကြပ်မှု မ
သိရှိပါ။

3. သင့် ခံခြင်း ဝန်ဆောင်မှု ပေးသော နောက်ခံ ပေးပါသည်။

① ဟုတ် ② No ③ ကြီးကြပ်မှု မ သိရှိပါ။

4. သင့် သြား ခံခြင်း သို့မဟုတ် အကယ်၍ ဝန်ဆောင်မှု ချီးမွမ်းသည့် 3 လ
အတွင်း အစားအစာ ဝါး စား ရာ၌ အန္တရာယ် တစ်ခုခု ရှိပါ သလား။

① ဟုတ် ② မဟုတ်

5. ချီးမွမ်းသည့် 3 လ အတွင်း သြား ကျိုးစီး သို့မဟုတ် နာကျင် သင့် ခံခြင်း ရှိ
ခဲ့ပါသလား။

① ဟုတ် ② မဟုတ်

6. သင့် သြား ခံခြင်း နောက်ခံပေး သို့မဟုတ် ခံခြင်း ကြောင့်
တစ်ခုခု ရှိသော အခါ ခံခြင်း ပေးပါသည်။

① ဟုတ် ② မဟုတ်

7. သင့် သြား ခံခြင်း သြား ခံခြင်း အပါအဝင် သင့် ခံခြင်း ကုန်ပစ္စည်း ဝန်ဆောင်မှု
ပေးသော သတိပေးချက် ရှိသော အခါ ပေးသော သတိပေးချက်

① အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည် ② အကောင်းဆုံး မဖြစ်သည်
③ ပိုမိုကောင်းမွန်သည် ④ သိပ္ပံ မကျသော မြေပုံ
⑤ ဒီဇိုင်း ပိုမိုကောင်းမွန်သည်



သြားဘဏ္ဍာ သင့် ခံခြင်း ကုန်ပစ္စည်း အလုပ်အကိုင်
(သဘာဝစား စားသုံးမှုများ ပေးသော ခံခြင်း
ကုန်ပစ္စည်းများ၊ ဖလှုံ့ချက်များ ချီးမွမ်း ဝန်ဆောင်မှု
ပေးသော သတိပေးချက်) တို့ ဝန်ဆောင်မှု ပေးသော ဝန်ဆောင်မှု
ဖြစ်ပါသည်။

8. သြားဘဏ္ဍာ နောက်ခံပေးခြင်း သို့မဟုတ် ကုန်ပစ္စည်း စာချုပ် မှ

9. မေနုက သင့်သြား ဘယ့် ဘွဲ့ကိုမှ တုခိုက် ခဲ့ပါ သနည်း။

() ဖုတ်မှ

10. ဂျီမီးခဲသည့် ရက် သတိပတ် အကြောင်း အိဟု မ ဝဇီ သင့် သြား ဖုတ်မူည မည့် တိုက် လေ့ ရှိပါသနည်း။

- ① ခေနု ၈၉ (7 ဖုတ်မှ) ② ခေနု တိုင်း နီးပါး (4-6 ဖုတ်မှ)
③ တစွါတစုံ (1-3 ဖုတ်မှ) ④ တစွါကိမ့်မရှိ (0 ဖုတ်မှ)

11. ဂျီမီးခဲသည့် ရက်သတိပတ် အကြောင်း သြားသနု ရှင်းရေးဖုတ်မူည့် သိုမဟုတ် သြားတိုက်ည့် ဖုတ်မူည့် သင့် အသံဝိုင်း ဂျီမီးခဲပါသနည်း။

- ① ခေနု ၈၉ ② ခေနု တိုင်း နီးပါး
③ တစွါတစုံ ④ တစွါကိမ့်မရှိ
⑤ သြားသနု ရှင်းရေးဖုတ်မူည့် သိုမဟုတ် သြားတိုက်ည့် ဖုတ်မူည့် မည့်သိုမဟုတ် အရာဖုတ်မူည့် ကြီးဝိုင်း မသိရှိပါ။

12. သင့် သြားတိုက်ဆေးကြော ဖလူရိဒ ပါဝင်ပါသလား။

- ① ဟုတ် ② မဟုတ် ③ ကြီးဝိုင်း မသိရှိပါ။

13. ကြည့်၊ သဖုတ်ကလံဝိုင်း ဘွဲ့ဝိုင်း ကိစ္စနု မှားကဲ့သိုမဟုတ် အခါအား သိုမဟုတ် စေးကလူညီစာမားအား တစွါကိမ့် သင့် ဖုတ်မူည့် စားသံဝိုင်းပါသနည်း။

- ① တစွါကိမ့်မရှိ ② တစွါကိမ့် ③ 2-3 ဖုတ်မှ
④ 4 ဖုတ်မူည့် ⑤ ကြီးဝိုင်း မသိရှိပါ

14. ခိုခါ သိုမဟုတ် အခါအား သင့် ဖုတ်မူည့် သောကိစ္စဝိုင်းပါသနည်း။
(အားဖုတ်မူည့် အခါအား သြားတိုက်ဆေးကြော စေးကလူညီစာမားအား ဘွဲ့ဝိုင်း အသီးစေးကလူညီစာမားအား အပါအဝင်)

- ① တစွါကိမ့်မရှိ ② တစွါကိမ့် ③ 2-3 ဖုတ်မှ
④ 4 ဖုတ်မူည့် ⑤ ကြီးဝိုင်း မသိရှိပါ

15. သင့် ဆေးလိပ်သောကိစ္စဝိုင်းပါ

- ① တစွါကိမ့် ဆေးလိပ်သောကိစ္စ
② လက်ကိစ္စ သောကိစ္စဝိုင်း ခေနုပါသည့်
③ ယခင်သောကိစ္စဝိုင်း ခေနုသောကိစ္စဝိုင်း ယခင်သောကိစ္စဝိုင်း



ဆရာဝန် ဖုတ်မူည့် အထူးအာရုံစိုက်ပေးရန် အပူသော အထူးစရာဂါ၊ အေချာအေအေတစွါချ သင့်ကြည့်လို့ သင့် မေးချမန်းရန် သို မေးခြင်း မားတစွါတစွါအား ကော်လူဂျီမီး ခေနုပေးပါ။