



په مصالحو کې د سربو شتون

سرب یو خورا زهرجن فلز دی. دا په ځانګړې توګه د کوچنیو ماشومانو لپاره زیانمن دی ځکه چې هغوی لاهم وده او پرمختیا کوي. د سربو سره مخ کېدل ممکن ډېرې بېلابېلې روغتیايي ستونزې رامینځته کړي، لکه:

- دماغ او عصبي سیستم ته زیان
- د ودې او پرمختیا ورو کېدل
- د اورېدلو او خبرې کولو ستونزې
- د زده کولو او د چلند ستونزې

له بده مرغه، ډېر توکي ممکن سرب ولري. حتی هغه توکي چې تاسو ممکن تمه ونه لرئ. یوه ذریعه چې له لارې یې ماشومان د سربو سره مخ کېدلی شي، مصالحي دي. مصالحي زموږ خواره خوندور کوي، مګر دا ممکن سرب هم ولري. د سربو څخه ګڼ ککړ شوي خواره د خلکو د خوراک لپاره خطرناک دي. ځینې مصالحي داسې دي چې زیات احتمال لري چې د سربو څخه ککړتیا ولري، لکه:



- د بنوروا لپاره
- د تومور
- مصالحه
- د مرچ پوډر
- دارچینی
- املی
- دانه
- kviteli kvavili (ژیر گل یا د جورجیا زعفران)
- svanuri marili
- adjika

سرب ممکن په قصدي ډول په مصالحو کې اضافه کېږي ترڅو وزن زیات کړي یا رنگ ډیر ځلند کړي. نور وختونه، مصالحي په غیر ارادي ډول د سربو څخه ککړې کېږي. دا واقع کېدی شي که چېرې په هغه خواره کې سرب شتون ولري چېرې چې مصالحي کرل کېږي، یا که چېرې په هغه تجهیزاتو کې سرب شتون ولري کوم چې د مصالحو پروسس کولو لپاره کارول کېږي. خوندور خواره جوړ کړئ پداسې حال کې چې د سربو سره مخ کېدو څخه خوندي پاتې شئ:

- یوازې هغه مصالحي وکاروئ کومې چې په متحده ایالاتو (United States) کې پیروډ شوي وي. د متحده ایالاتو (United States) څخه بهر پیروډ شوي مصالحي زیات احتمال لري چې سرب ولري.
- د متحده ایالاتو څخه بهر پیروډ شويو مصالحو یا نه لیبیل شويو یا نه نینه شويو کانتینرونو کې بسته بند شويو مصالحو کارول مه کوئ.
- یو د روغتیايي خدماتو چمتو کوونکي څخه وغواړئ چې ستاسو د ماشومانو د وینې د سربو معاینه ترسره کړي که چېرې تاسو د متحده ایالاتو (United States) څخه بهر پیروډ شويو مصالحو کې خواره پخوئ.

