



คู่มือการบริโภคอาหารเพื่อ  
สุขภาพ



# คู่มือการบริโภค อาหารเพื่อสุขภาพ ผู้สูงอายุ

โครงการวิจัย “การพัฒนารูปแบบ  
การจัดการอาหารเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ  
ในชุมชนเขตเมืองกรุงเทพมหานคร”

พศ.พ.ต.ต.หญิง ดร.ศศิญา อีวาโนวิช  
รศ.ดร.สิริมา มงคลสัมฤทธิ์  
พศ.ดร.วรรณภา นาราเวช