ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ: ਓਨਟਾਰੀਓ ਦੇ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ

ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਲੰਬੀ ਮਿਆਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਮੰਤਰਾਲਾ

ਸਤੰਬਰ 2018

Ontario

ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀ ਮੂਲ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਵਿੰਡਸਰ-ਐਸੈਕਸ ਕਾਊਂਟੀ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ (Windsor-Essex County Health Unit) ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਾਲ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਲੰਬੀ ਮਿਆਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੁਆਰਾ ਦੁਬਾਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਮੰਤਰਾਲਾ ਇੱਕ ਸੂਬਾਈ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਵਿੰਡਸਰ-ਐਸੈਕਸ ਕਾਊਂਟੀ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਇਸ ਕੀਮਤੀ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੇਗਾ। ਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ, ਪੂਰੇ ਜਾਂ ਅੰਸ਼ਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਕੇਵਲ ਵਿਦਿਅਕ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਹੈ, ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ।

ਮੰਤਰਾਲਾ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੋਧ ਲਈ ਕੋਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦਾ।

ਤੀਜਾ ਐਡੀਸ਼ਨ

ਵਿਸ਼ਾ-ਸੂਚੀ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ 4

ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ 13

ਸੂਖਮ ਜੀਵ 28

ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ 43

ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ 56

ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ 66

ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ 74

ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸਵੱਛ ਕਰਨਾ 83

ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ 98

ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧਨ 107

ਹਵਾਲੇ 117

ਅੰਤਿਕਾਵਾਂ 118

ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰੋਮੋਸ਼ਨ ਐਕਟ (HPPA) 138

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਉਦਯੋਗ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਆਰਥਿਕਤਾ ਦਾ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਦੇ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਅਤੇ ਕਰਿਆਨੇ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ, ਅਤੇ ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪੈਕੇਜਬੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਅਤੇ ਸਟੋਰਾਂ ਨੂੰ ਭੇਜਦੇ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਵੇਚਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਸਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭੋਜਨ ਉਦਯੋਗ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਿਆਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ:

- ਭੋਜਨ ਰਾਹੀਂ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਗਾਹਕ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭੋਜਨ ਉਹਨਾਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜਿੱਥੋਂ ਉਹ ਆਪਣਾ ਭੋਜਨ ਖਰੀਦਦੇ ਹਨ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਟੀਚਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਵ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਉੱਚ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਦਾ ਉਤਪਾਦਨ ਕਰਨਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ

ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਜੋਖਮਾਂ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ, ਭੋਜਨ ਦੀ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਅਤੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਾਪਮਾਨਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ।

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਲਈ ਲਾਭ

ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕੀਤਾ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਗਾਹਕਾਂ ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਚੰਗਾ ਹੈ। ਗਾਹਕਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੁਹਰਾਉਣਾ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਉੱਚ ਕਾਰਜ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ, ਵਧੇਰੇ ਮੁਨਾਫਿਆਂ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਲਾਭ ਉਠਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਹਨ:

- ਗਾਹਕਾਂ ਤੋਂ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਕਾਰੋਬਾਰ ਮਿਲਣਾ ਜੋ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁਣਗੇ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ
- ਕਰਮਚਾਰੀ ਦਾ ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਤੋਂ ਖੁਸ਼ ਹੋਣਾ ਕਿ ਜਿਸ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ
- ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਘੱਟ ਬੀਮਾ ਲਾਗਤਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭੋਜਨ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੀਮੇ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੋਈ ਦਾਅਵੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ
- ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭੋਜਨ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮੁਕੱਦਮਿਆਂ, ਡਾਕਟਰੀ ਦਾਅਵਿਆਂ ਜਾਂ ਜੁਰਮਾਨਿਆਂ 'ਤੇ ਪੈਸਾ ਖਰਚ ਨਾ ਕਰਨਾ ਪੈਣਾ
- ਵਧੇਰੇ ਖੁਸ਼ ਗਾਹਕ ਕਿਉਂਕਿ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨਾ ਇਸਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਤਾਜ਼ਾ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਸਵਾਦ ਵਾਲਾ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਜੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਦੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਾ ਰੱਖੇ ਗਏ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਕੇ ਪੈਸਾ ਬਰਬਾਦ ਨਾ ਕਰਨਾ
- ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਾਲਤਾਂ ਕਾਰਨ ਕਾਰੋਬਾਰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਕਰਕੇ ਪੈਸੇ ਨਾ ਗੁਆਉਣਾ
- ਬਦਨਾਮੀ ਅਤੇ ਗਾਹਕਾਂ ਦੀ ਹਾਨੀ ਨਾ ਹੋਣਾ ਜੋ ਉਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਦੁਆਰਾ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਹਾਤੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ

ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿਧਾਨ

ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਉਦਯੋਗ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਤਿੰਨ ਪੱਧਰਾਂ (ਸੰਘੀ, ਸੂਬਾਈ ਅਤੇ ਮਿਊਂਸਪਲ) 'ਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਾਨੂੰਨ ਉਹਨਾਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਭੋਜਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ। ਹੋਰ ਲੋੜਾਂ ਇਮਾਰਤ ਦੀ ਹਾਲਤ ਅਤੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਭੋਜਨ ਕਿੰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸੰਘੀ

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ (CFIA) ਸੰਘੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ।

CFIA, ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ (Health Canada) ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵੇਚੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। CFIA ਅਜਿਹੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਉਦਯੋਗ ਦੁਆਰਾ *ਫੂਡ ਐਂਡ ਡਰੱਗਜ਼ ਐਕਟ (Food and Drugs Act)* ਸਮੇਤ ਸੰਘੀ ਕਨੂੰਨਾਂ ਅਤੇ ਅਧਿਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੁੱਚੜਖਾਨਿਆਂ ਅਤੇ ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਪਲਾਂਟਾਂ ਦੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਨਿਰੀਖਣ, ਅਤੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਸੂਬਾਈ - ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰੋਮੋਸ਼ਨ ਐਕਟ (HPPA)

ਹਰੇਕ ਸੂਬੇ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸੂਬਾਈ ਸਿਹਤ ਕਨੂੰਨ ਅਤੇ ਅਧਿਨਿਯਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ, ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰੋਮੋਸ਼ਨ ਐਕਟ (HPPA), ਅਧਿਨਿਯਮਾਂ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਸਥਾਨਕ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈਆਂ ਉਹਨਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਹਿਤ ਭੋਜਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਦੇ ਮਾਲਕ/ਆਪਰੇਟਰ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਵੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ।

HPPA ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਦੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਇਹ ਹਨ:

ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ - HPPA (S. 41)

ਸਿਹਤ ਦਾ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਇਸ ਐਕਟ ਅਧੀਨ ਡਿਊਟੀਆਂ ਨਿਭਾਉਣ ਲਈ, ਆਮ ਕੰਮ-ਕਾਜ਼ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ, ਬਿਨਾਂ ਵਾਰੰਟ ਦੇ, ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਕਾਇਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਜਾਂ ਸੰਭਾਵਿਤ ਸਿਹਤ ਜੋਖ਼ਮਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜ਼ਬਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ - HPPA (S. 19)

ਸਿਹਤ ਦਾ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਟੈਸਟਿੰਗ ਲਈ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜੋਖ਼ਮ ਹੋਣ ਦੇ ਸ਼ੱਕ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਜ਼ਬਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਿਨਾਸ਼ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ - HPPA (S. 19)

ਜੇ ਕੋਈ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਇਹ ਨਿਰਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜੋਖ਼ਮ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਕੋਲ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਜਾਂ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ।

ਆਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ - HPPA (S. 13)

ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰਾਂ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜੋਖ਼ਮ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ, ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜੋਖ਼ਮ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਆਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਜ਼ੁਬਾਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਦੇਸ਼ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੋਂ ਇਹ ਵੀ ਲੋੜ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕੁਝ ਖਾਸ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਣ। ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜੋਖ਼ਮ ਨੂੰ ਹਟਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਜਾਂ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ।

ਸੂਬਾਈ - PHI

ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ, ਜਾਂ PHIs, ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਬਕਾਇਦਾ ਤਾਮੀਲੀ ਜਾਂਚਾਂ ਦੁਆਰਾ HPPA ਦੇ ਤਹਿਤ HPPA ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ (O. Reg. 493/17) ("ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ") ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਅਧਿਨਿਯਮ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ, ਉਪਕਰਨ, ਭੋਜਨ ਰੱਖਣ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ, ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ, ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਜਾਂ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਕੋਰਸ ਵਿੱਚ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਾਂਗੇ।

ਨਿਰੀਖਣਾਂ ਦੌਰਾਨ, ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਦੇਖਦੇ ਹਨ:

- ਭੋਜਨ ਦੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਦੀਆਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪ੍ਰਥਾਵਾਂ
- ਅਧਿਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕਰਨ ਦੇ ਮੁੱਦੇ
- ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਫੁੱਟਣ ਦੀ ਜਾਂਚ
- ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ
- ਭੋਜਨ ਵਾਪਸ ਬੁਲਾਉਣ, ਅੱਗਾਂ, ਹੜ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀਆਂ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ

ਜੇ ਕਿਸੇ ਨਿਰੀਖਣ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਤੁਰੰਤ ਸਿਹਤ ਜੋਖ਼ਮ ਵੇਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ PHI ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ (Food Premises Regulation) ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੂਬਾਈ ਅਪਰਾਧ ਐਕਟ ਦੇ ਤਹਿਤ ਅਪਰਾਧ ਨੋਟਿਸ (ਟਿਕਟਾਂ) ਜਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਕੰਮ ਹਰ ਸਾਲ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਜੋਖਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਲਈ ਉੱਚ, ਦਰਮਿਆਨੇ ਜਾਂ ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਦਾ ਪੱਧਰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਸਥਾਪਨਾ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਤਿੰਨ ਵਾਰ, ਦੋ ਵਾਰ, ਜਾਂ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਜੋ ਸਿਰਫ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਪੈਕ ਕੀਤੇ, ਗੈਰ-ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਦੀ ਹਰ ਦੋ (2) ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੋਖਮ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਾਰਕਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਜੋ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤਾਮੀਲ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ, ਕੁੱਲ ਆਬਾਦੀ ਜਿਸਨੂੰ ਸੇਵਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੇ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ, ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ, ਅਤੇ ਕੀ ਕੋਈ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਯੋਜਨਾ ਮੌਜੂਦ ਹੈ।

ਨਿਰੀਖਣ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਖਤਰਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ (HACCP) ਦਾ ਆਡਿਟ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ HACCP ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਗੱਲ ਕਰਾਂਗੇ।

ਨਗਰ ਪਾਲਿਕਾ

ਹਰੇਕ ਨਗਰ ਪਾਲਿਕਾ ਦੇ ਆਪਣੀ ਨਗਰ ਪਾਲਿਕਾ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਆਪਣੇ ਉਪ-ਕਾਨੂੰਨ ਹੋਣਗੇ। ਨਗਰ ਪਾਲਿਕਾਵਾਂ ਉਹਨਾਂ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਉਪ-ਕਾਨੂੰਨ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੂਬਾਈ ਜਾਂ ਸੰਘੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਨਜਿੱਠਿਆ ਜਾਂਦਾ। ਉਪ-ਕਾਨੂੰਨ ਹਰੇਕ ਨਗਰਪਾਲਿਕਾ ਵਿੱਚ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਹਰੇਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਮੁੱਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸਥਿਤੀ ਲਈ ਵਿਲੱਖਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਲਈ ਮਿਉਂਸਪਲ ਉਪ-ਕਨੂੰਨ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ਲਾਇਸੈਂਸਿੰਗ
- ਕੂੜਾ ਕੰਟਰੋਲ
- ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ
- ਇਮਾਰਤੀ ਮਿਆਰ
- ਜ਼ੋਨਿੰਗ

ਮਿਊਂਸਪਲ ਉਪ-ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿਊਂਸਪਲ ਉਪ-ਕਾਨੂੰਨ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਨਿਰੀਖਣ

ਜਦੋਂ PHIs ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ HPPA ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਉਹ O. Reg. 493/17 ਦੇ ਸੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਨੋਟੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਲ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹੋਣਗੇ, ਜੋ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਤਾਪਮਾਨਾਂ 'ਤੇ ਬਣਾਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਉਦਾਹਰਨ: ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਪੋਲਟਰੀ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਦੇ ਜ਼ੋਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ, 4ºC ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ, ਜਾਂ 60ºC ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (O. Reg.. 493/17 ਉਪ-ਧਾਰਾ 27(1))।

ਭੋਜਨ ਦੀ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਅਤੇ ਮਿਲਾਵਟ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਉਦਾਹਰਨ: ਵਿਕਰੀ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਲਈ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। (O. Reg. 493/17, ਸੈਕਸ਼ਨ 26)।

ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਉਦਾਹਰਨ: ਕੋਈ ਵੀ ਵਸਤੂ ਜਾਂ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਕੱਸਵੀਂ ਉਸਾਰੀ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਇਰਾਦਤਨ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਅਜਿਹੀ ਸਮੱਗਰੀ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। (O. Reg. 493/17 ਸੈਕਸ਼ਨ 8)।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਸਾਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵਧੀਆ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।
ਉਦਾਹਰਨ: ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਸਾਫ਼ ਹੈ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਫ਼ ਬਾਹਰੀ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਦਾ ਹੈ। ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਹੱਥ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। (O. Reg. 493/17 ਸੈਕਸ਼ਨ 33 (1))।

ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਮਲਟੀ-ਸਰਵਿਸ ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ।
ਉਦਾਹਰਨ: ਮਲਟੀ-ਸਰਵਿਸ ਬਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। (O. Reg. 493/17, ਸੈਕਸ਼ਨ 21)।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਮਾਲਕ/ਆਪਰੇਟਰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ: ਸਾਰੀਆਂ ਫਰਸ਼ਾਂ, ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਛੱਤਾਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਯੋਗ ਹਨ, ਇਹ ਸਾਫ਼ ਰੱਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। (O. Reg. 493/17, ਸੈਕਸ਼ਨ 7)।

ਕਿਸੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਭੋਜਨ ਹੈਂਡਲਰ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ
ਉਦਾਹਰਨ: ਸਾਰੇ ਆਪਰੇਟਿੰਗ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ, ਆਪਰੇਟਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਜਾਂ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਹੋਵੇ ਜਿਸਨੇ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਸਿਖਲਾਈ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ ਹੈ (O. Reg.. 493/17 ਸੈਕਸ਼ਨ 32)।

ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰੀਖਣਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਪੋਸਟ ਕਰਨਾ
ਉਦਾਹਰਨ: ਆਪਰੇਟਰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਿਰੀਖਣ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪੋਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ (O. Reg. 493/17, ਸੈਕਸ਼ਨ 6)।

ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ

ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਜਾਣਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ। ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭੋਜਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਹੈ, ਮਾਲਕ ਤੋਂ ਸ਼ੈੱਫ ਤੱਕ, ਸਰਵਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ ਤੱਕ। ਤੁਹਾਡੇ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਇੱਕ ਕੰਮ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਸ ਨੌਕਰੀ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿੱਸਾ ਤੁਹਾਡੇ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਚੇ ਗਏ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਵਜੋਂ, ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਧਿਨਿਯਮ ਅਤੇ ਮਿਆਰ ਕੀ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੀ

ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਭਾਗ ਨੇ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਥਾਪਤ ਕਾਨੂੰਨ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਵਾਈ।

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

1. ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਏਨੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ
2. ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿਧਾਨ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
3. ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੰਘੀ, ਸੂਬਾਈ ਅਤੇ ਮਿਉਂਸਪਲ ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਵੱਲੋਂ ਕਵਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰ
4. ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਮਾਲਕਾਂ/ਆਪਰੇਟਰਾਂ ਅਤੇ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ
5. ਭੋਜਨ ਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਥਾਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੇ ਲਾਭ

Notes

ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਖਾਂਦੇ ਜਾਂ ਪੀਂਦੇ ਹੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ 'ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ 'ਭੋਜਨ ਦਾ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾਪਣ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਕਿਉਂਕਿ ਜ਼ਹਿਰ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਾਗ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਵਾਇਰਸ, ਪਰਜੀਵੀ ਜਾਂ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ 'ਦੂਸ਼ਕ' (contaminant) ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਸਾਲ, ਲਗਭਗ 4 ਮਿਲੀਅਨ (8 ਵਿੱਚੋਂ 1) ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ, 2016)। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋਏ ਬਿਨਾਂ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣਗੇ। ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ, ਬਜ਼ੁਰਗ, ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕ। ਇਹਨਾਂ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ, ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਹੁਤ ਖਤਰਨਾਕ ਅਤੇ ਘਾਤਕ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਇਹ ਜਾਣੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਰਹੀ ਸੀ।

ਲੱਛਣ

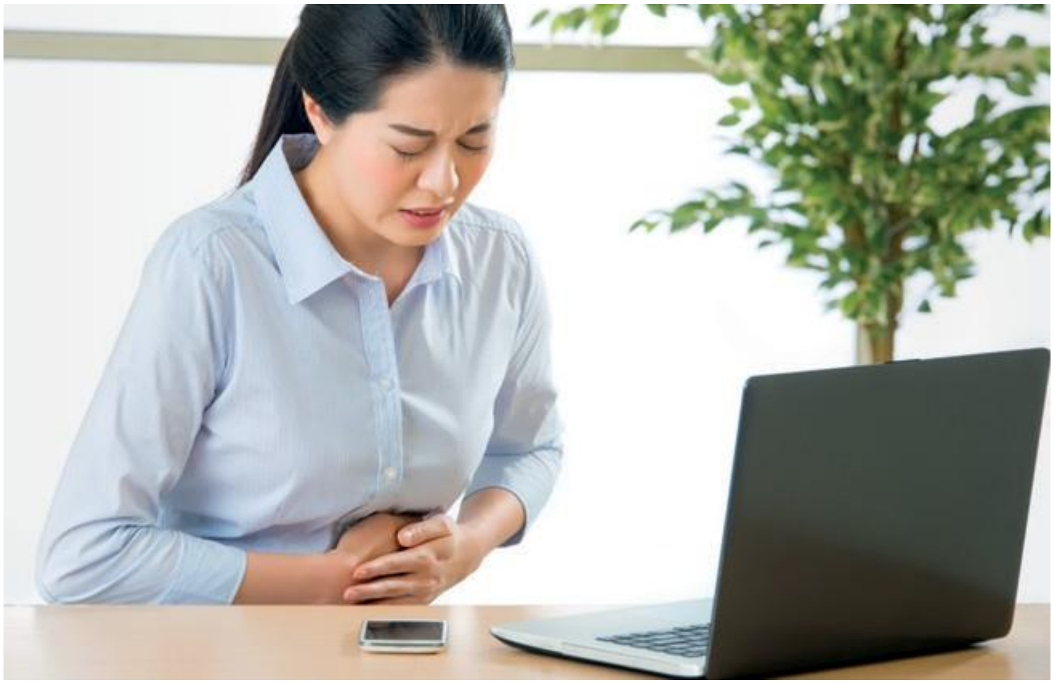
ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਹਰੇਕ ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੇ ਕੇਸ ਲਈ, ਇਹ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸੈਂਕੜੇ ਵਾਧੂ ਮਾਮਲੇ ਵਾਪਰੇ। ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ '24 ਘੰਟੇ ਫਲੂ' ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਅਕਸਰ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਜਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਦਸਤ
- ਉਲਟੀਆਂ
- ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ

- ਬੁਖ਼ਾਰ

ਲੱਛਣ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਇਹ ਇੱਕ ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਇਹ ਇਸ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ:

- ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕੀ ਸੀ
- ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿੰਨਾ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸੀ
- ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਖਾਧਾ



ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨ

ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਚਾਰ ਕਾਰਨ ਹਨ:

- ਰਸਾਇਣਕ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ
- ਭੌਤਿਕ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ
- ਐਲਰਜੈਂਨ
- ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ

ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਵਾਇਰਸ ਜਾਂ ਪਰਜੀਵੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਿਸਮ ਹਨ (Public Health Ontario, 2015)।

ਇਹ ਭਾਗ ਰਸਾਇਣਕ ਅਤੇ ਭੌਤਿਕ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਅਤੇ ਐਲਰਜੈਂਨਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੇਗਾ।

ਰਸਾਇਣਕ ਖਤਰੇ

ਕੁਝ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਨਮਕ, ਮਸਾਲੇ ਅਤੇ ਰੰਗ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਹੋਰ ਰਸਾਇਣ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਰਾਹੀਂ ਚਾਣਚੱਕ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕਲੀਨਜ਼ਰ ਨੂੰ ਕਾਉਂਟਰ 'ਤੇ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਕਾਉਂਟਰ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਕਲੀਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਰਸਾਇਣਾਂ ਕਾਰਨ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦਾ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾਪਣ (food poisoning) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਲੱਛਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਤੋਂ 20 ਮਿੰਟ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਚਾਨਕ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਲੱਛਣ ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ, ਉਲਟੀਆਂ, ਢਿੱਡ ਜਾਂ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ, ਦਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਦਾ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾਪਣ ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਰਸਾਇਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪ੍ਰੀਜ਼ਰਵੇਟਿਵ ਜਾਂ ਰੰਗ
- ਉਹ ਰਸਾਇਣ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ, ਚੂਹੇ ਮਾਰਨ ਵਾਲੇ ਰਾਸਾਇਣ ਜਾਂ ਸਫ਼ਾਈ ਵਾਲੇ ਰਸਾਇਣ

ਧਾਤੂ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਦਾ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾਪਣ

ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਘੁਲਣ ਵਾਲੀ ਧਾਤ ਰਸਾਇਣਾਂ ਰਾਹੀਂ ਭੋਜਨ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇਪਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਈ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਭੋਜਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫਲਾਂ ਦਾ ਜੂਸ, ਮੇਪਲ ਸਿਰਪ ਜਾਂ ਟਮਾਟਰ, ਧਾਤ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪਕਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਐਸਿਡ ਧਾਤ ਦੇ ਘੁਲਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿੱਕਾ (lead), ਤਾਂਬਾ, ਟਿਨ, ਜ਼ਿੰਕ, ਆਇਰਨ ਅਤੇ ਕੈਡਮੀਅਮ ਸਾਰੇ ਧਾਤ ਕਰਕੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇਪਣ ਦੇ ਸੰਭਾਵਿਤ ਸਰੋਤ ਹਨ।

ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਧਾਤੂ ਤੋਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਹਨ:

- ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀਆਂ ਤਾਂਬੇ ਨਾਲ ਬਣੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ। ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਤਾਂਬੇ ਦੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਚਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤਾਂਬੇ ਨੂੰ ਘੋਲ਼ੇਗਾ ਨਹੀਂ। ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਫਲਾਂ ਦਾ ਜੂਸ ਜਾਂ ਕਾਰਬੋਨੇਟਿਡ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਤਾਂਬੇ ਦੇ ਘੁਲਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨਗੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਹ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਸ਼ੈਲਫਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਡਮੀਅਮ। ਜੇ ਅਣਲਪੇਟੇ ਹੋਏ ਮੀਟਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਸ਼ੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਡਮੀਅਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਧਾਤ ਘੁਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮੀਟ ਵਿੱਚ ਸੋਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਪੇਂਟ ਵਿੱਚ ਸਿੱਕਾ (lead)। ਪੇਂਟ ਕੀਤੇ ਬਰਤਨਾਂ ਜਾਂ ਗਲਾਸਵੇਅਰ ਵਿੱਚ ਸਿੱਕਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਸੋਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਧਾਤੂ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰ। ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਧਾਤ ਤੋਂ ਬਣੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਭੋਜਨ ਗ੍ਰੇਡ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ "ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ" ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਉਚਿਤ ਸਟੋਰੇਜ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋਗੇ।

ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਮਿਲਾਏ ਐਡੀਟਿਵਜ਼

ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, "ਫੂਡ ਐਡੀਟਿਵ ਕੋਈ ਵੀ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤਿਆਰੀ ਜਾਂ

ਸਟੋਰੇਜ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਂ ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤਕਨੀਕੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਇਸਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ, ਫੂਡ ਐਡੀਟਿਵਜ਼ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਰੰਗ ਦੇਣ, ਗਾੜ੍ਹਾ ਕਰਨ, ਸਖ਼ਤ ਬਣਾਉਣ ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮਿਲਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇ ਐਡੀਟਿਵਜ਼ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਹ ਭੋਜਨ ਦੀ ਦਿਖ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਸਵਾਦ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੱਲਣਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਮਿਲਾਏ ਰਸਾਇਣਕ ਐਡੀਟਿਵਜ਼ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਮਕਸਦ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਰਸਾਇਣਕ ਐਡੀਟਿਵ ਭੋਜਨ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇਪਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੋਈ ਵੀ ਭੋਜਨ ਐਡੀਟਿਵ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਸਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੈ। ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਲਈ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ ਤਿੰਨ ਐਡੀਟਿਵਜ਼ ਇਹ ਹਨ:

- ਸਲਫਾਈਟ (ਰੰਗ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਲੰਬੀ ਸ਼ੈਲਫ ਲਾਈਫ ਦੇਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ)
- ਮੋਨੋਸੋਡੀਅਮ ਗਲੂਟਾਮੇਟ (MSG) (ਸੁਆਦ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)
- ਟਾਰਟ੍ਰਾਜ਼ਿਨ, ਜਿਸ ਨੂੰ FD&C ਯੈਲੋ # 5 (ਇੱਕ ਪੀਲਾ ਭੋਜਨ ਰੰਗ) ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀਆਂ ਅਤੇ ਐਲਰਜੀਆਂ ਵਾਲੇ ਗਾਹਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਐਲਰਜੈਂਨ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਕਵਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਫੂਡ ਐਂਡ ਡਰੱਗਜ਼ ਐਕਟ ਦੇ ਤਹਿਤ ਆਉਂਦੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਅਧਿਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫੂਡ ਐਡੀਟਿਵਜ਼ ਨੂੰ ਨਿਯਮਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਸਾਰੇ ਇਜਾਜ਼ਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਭੋਜਨ ਐਡੀਟਿਵਜ਼ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋwww.hc-sc.gc.ca। "ਫੂਡ ਐਡੀਟਿਵ ਡਿਕਸ਼ਨਰੀ" ਵਾਸਤੇ ਖੋਜ ਕਰੋ।

ਚਾਣਚੱਕ ਮਿਲਾਏ ਗਏ ਐਡੀਟਿਵਜ਼

ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ, ਚੂਹਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਰਸਾਇਣਾਂ ਵਰਗੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਈ ਵਾਰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਰਸਾਇਣ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਭੋਜਨ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇਪਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਚਾਣਚੱਕ ਮਿਲਾਇਆ ਗਿਆ ਰਸਾਇਣਕ ਐਡੀਟਿਵ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ, ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਸਲ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ, ਛੋਟੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਜਾਂ ਸਪਰੇਅ ਬੋਤਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਨਾਮ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਲੇਬਲ ਲੱਗੇ ਸਾਫ਼, ਸੁੱਕੇ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵੇਲੇ ਸਹੀ ਸਟੋਰੇਜ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ, ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਊਂਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਕਲੀਨਜ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਕਾਊਂਟਰ ਤੋਂ ਧੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਾਊਂਟਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਧੋਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਾਊਂਟਰ 'ਤੇ ਕਲੀਨਜ਼ਰ ਹੋਵੇਗਾ ਜੋ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਸਤਹਾਂ 'ਤੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨਾਲ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਰਸਾਇਣਕ ਉਤਪਾਦਾਂ ਜਾਂ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ।

ਰਸਾਇਣਕ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ

ਬਿਮਾਰੀ	ਕਲੋਰੀਨੇਟਿਡ ਹਾਈਡਰੋਕਾਰਬਨ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾਪਣ (ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਲੋਰਡੇਨ, ਡੀਡੀਟੀ, ਲਿੰਡੇਨ)	ਮੋਨੋਸੋਡੀਅਮ ਗਲੂਟਾਮੇਟ (MSG)
ਆਮ ਸਰੋਤ	ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ	MSG ਸੁਆਦ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਏਜੰਟ
ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ	30 ਮਿੰਟ ਤੋਂ 6 ਘੰਟੇ	ਕੁਝ ਮਿੰਟ ਤੋਂ 1 ਘੰਟਾ
ਲੱਛਣ	ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ, ਉਲਟੀਆਂ, ਚਮੜੀ ਸੁੰਨ ਹੋਣਾ, ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣਾ, ਭਾਰ ਘਟਣਾ, ਭੰਬਲਭੂਸਾ।	ਗਰਦਨ, ਬਾਂਹਾਂ, ਛਾਤੀ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਜਲਣ, ਜਕੜਨ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ, ਝੁਨਝੁਣਾਹਟ, ਚਮੜੀ ਦਾ ਲਾਲ ਹੋਣਾ, ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ।
ਸੰਮਿਲਤ ਭੋਜਨ	ਕੋਈ ਵੀ ਅਚਾਨਕ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ	ਏਸ਼ੀਆਈ ਭੋਜਨ
ਕਾਰਕ ਜੋ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੁੱਟਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ	ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰਨਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।	ਸੁਆਦ ਵਜੋਂ MSG ਦੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।

* ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਜਦੋਂ ਉਹ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਭੌਤਿਕ ਖਤਰੇ

ਭੌਤਿਕ ਖਤਰੇ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਗੰਦਗੀ, ਵਾਲ, ਟੁੱਟਿਆ ਸ਼ੀਸ਼ਾ, ਨਹੁੰ, ਸਟੈਪਲ, ਧਾਤ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਚਾਣਚੱਕ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਕੱਟ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸੰਭਾਵਿਤ ਦਮ ਘੁੱਟਣ ਤੱਕ ਕੁਝ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਜਿਹਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ ਅਤੇ ਤਿਆਰੀ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਢਾਲਾਂ ਜਾਂ ਕਵਰ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ।
- ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ 'ਤੇ ਡੱਬਿਆਂ ਅਤੇ ਕਰੇਟਾਂ (crates) ਵਿੱਚੋਂ ਸਟੈਪਲਾਂ, ਨਹੁੰਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿਓ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਨਾ ਡਿੱਗਣ।
- ਬਰਫ ਨੂੰ ਸਕੂਪ ਕਰਨ ਲਈ ਕੱਚ ਦੇ ਗਲਾਸਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਗਲਾਸ ਬਰਫ ਵਿੱਚ ਟੁੱਟ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿਰਫ ਵਪਾਰਕ, ਭੋਜਨ-ਗ੍ਰੇਡ ਪਲਾਸਟਿਕ ਜਾਂ ਧਾਤੂ ਦੇ ਸਕੂਪਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੈਂਡਲ ਲੱਗੇ ਹੋਣ।
- ਠੰਢੇ-ਠਾਰ ਗਲਾਸਾਂ ਜਾਂ ਬਰਫ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਜੋ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣਗੇ।
- ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ ਜਾਂ ਤਿਆਰੀ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਉੱਪਰ ਸ਼ੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਟੂੱਥਪਿਕ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਖਾਣਯੋਗ ਗਾਰਨਿਸ਼ਾਂ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।

ਐਲਰਜੈਂਨ

ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀਆਂ, ਜਾਂ ਕੁਝ ਭੋਜਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਭੋਜਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੂੰਗਫਲੀ, ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼ ਜਾਂ ਆਂਡੇ, ਬਹੁਤ ਆਮ ਐਲਰਜੈਂਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਵੀ ਭੋਜਨ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਜੋਖਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜੋ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੈ। ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਕਿਸੇ ਐਲਰਜੈਂਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੇ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਾਪਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ ਕਈ ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਵੱਖਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ 2.6 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੈਨੇਡੀਅਨ (ਆਬਾਦੀ ਦਾ 7.5 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ) ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹਰ 13 ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀ ਹੈ।

ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਚਮੜੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ: ਛਪਾਕੀ, ਸੋਜਸ਼ (ਚਿਹਰਾ, ਬੁੱਲ੍ਹ, ਜੀਭ), ਖੁਜਲੀ, ਗਰਮੀ, ਲਾਲੀ
- ਰੈਸਪੀਰੇਟਰੀ (ਸਾਹ ਲੈਣਾ): ਖੰਘ, ਛਾਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸੀਟੀਆਂ ਵੱਜਣ ਵਰਗੀ ਆਵਾਜ਼ ਆਉਣੀ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨਾ, ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਜਕੜਨ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਜਕੜਨ, ਖਰ੍ਹਵੀਂ ਆਵਾਜ਼, ਨੱਕ ਬੰਦ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਪਰਾਗ-ਤਾਪ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ (ਨੱਕ ਵਗਣਾ, ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਖੁਜਲੀ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਣੀ ਆਉਣਾ, ਛਿੱਕਣਾ), ਨਿਗਲਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ
- ਗੈਸਟਰੋਇੰਟੇਸਟਾਈਨਲ (ਪੇਟ): ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ, ਦਰਦ ਜਾਂ ਕੜਵੱਲਾਂ, ਉਲਟੀਆਂ, ਦਸਤ
- ਕਾਰਡੀਓਵੈਸਕੁਲਰ (ਦਿਲ): ਚਮੜੀ ਦਾ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਪੀਲ਼ਾ ਰੰਗ/ ਨੀਲਾ ਰੰਗ, ਕਮਜ਼ੋਰ ਨਬਜ਼, ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋਣਾ, ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਸਿਰ ਹਲਕਾ-ਹਲਕਾ ਜਾਪਣਾ, ਸਦਮਾ
- ਹੋਰ: ਚਿੰਤਾ-ਰੋਗ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਵਿੱਚ ਕੜਵੱਲਾਂ, ਧਾਤੂ ਵਰਗਾ ਸਵਾਦ

ਵਿਅਕਤੀ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਿਕਸਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਅਤੇ ਘੱਟ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਸਭ ਤੋਂ ਖਤਰਨਾਕ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਅਤੇ ਜੇ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਏਪੀਨੇਫਰੀਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, EpiPen) ਕਿਸੇ ਗਿਆਤ ਜਾਂ ਸ਼ੱਕੀ ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਟਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।

ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ (Anaphylaxsis)

ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੈ ਜੋ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਾਪਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ ਉਸ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੇ ਕੁਝ ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਤੁਰੰਤ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਟਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਉਹ ਅਕਸਰ ਏਪੀਨੇਫਰੀਨ ਆਟੋ-ਇੰਜੈਕਟਰ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, EpiPen®) ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸੰਕੇਤ 'ਤੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਐਪੀਨੇਫਰੀਨ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਪਰਤਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ। ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਰੰਤ ਹਸਪਤਾਲ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਉਹਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਹੈ। ਏਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਜਦ ਐਲਰਜੈਂਨ ਦੀ ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵੀ ਨਿਗਲ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ-ਠੀਕ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਮਲੇ ਲਈ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂੰ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿੰਨੇ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਜਾਣ ਕੇ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੋਖਮ

ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀਆਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਆਮ ਹਨ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ (CFIA) ਨੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਭੋਜਨਾਂ ਅਤੇ ਐਡੀਟਿਵਜ਼ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜੋ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵਧੇਰੇ ਅਕਸਰ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ਅੰਡੇ
- ਮੂੰਗਫਲੀ
- ਤਿਲ ਦੇ ਬੀਜ
- ਸਲਫਾਈਟ
- ਕਣਕ ਅਤੇ ਟ੍ਰਿਟੀਕਲ
- ਦੁੱਧ
- ਮੱਛੀ
- ਕ੍ਰੈਸਟੇਸ਼ੀਅਨ ਅਤੇ ਮੋਲਸਕ
- ਸੋਇਆਬੀਨ
- ਸਰ੍ਹੋਂ
- ਰੁੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ (ਬਦਾਮ, ਬ੍ਰਾਜ਼ੀਲ ਨਟਸ, ਕਾਜੂ, ਹੈਜ਼ਲਨਟਸ, ਮੈਕਾਡਾਮੀਆ ਨਟਸ, ਪੇਕਨ, ਪਾਈਨ ਨਟਸ, ਪਿਸਤਾ, ਅਖਰੋਟ)

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ CFIA ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟਾਂ ਦੇਖੋ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀਆਂ ਅਤੇ ਐਲਰਜੈਂਨ ਲੇਬਲਿੰਗ।

ਜੇ ਕਿਸੇ ਗਾਹਕ ਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੈ,
ਤਾਂ 911 ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਸੰਚਾਰ

ਜਦੋਂ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਖਾਣਾ ਖਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ, ਫਾਸਟ ਫੂਡ ਦੁਕਾਨਾਂ ਅਤੇ ਬੇਕਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਉਹਨਾਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨਾਂ 'ਤੇ ਦੇਖਦੇ ਹੋ।

ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਪ੍ਰਚੂਨ ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਉਦਯੋਗ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਆਰਡਰ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੈ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕਿਸੇ ਗਾਹਕ ਦੁਆਰਾ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਮੱਗਰੀ ਬਾਬਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੱਕ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਿੱਥੇ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮੀਨੂ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਬੱਧ ਹਨ ਅਤੇ ਸੰਪੂਰਨ, ਸਹੀ ਅਤੇ ਨਵੀਨਤਮ ਹਨ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਭੋਜਨ ਹੋਰ ਭੋਜਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤ ਨਾ ਹੋਵੇ।
- ਇੱਕ ਸਟੀਕ ਅਤੇ ਨਵੀਨਤਮ ਰੈਸਿਪੀ ਬਾਇੰਡਰ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਫਾਈਲ ਰੱਖੋ।
- ਜਦੋਂ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਪਕਵਾਨ-ਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਆਮ ਐਲਰਜੈਂਨ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।
- ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀ ਬਾਬਤ ਬੇਨਤੀਆਂ ਜਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੇਵਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਰਸੋਈ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰੋ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਡਿਊਟੀ 'ਤੇ ਮੈਨੇਜਰ ਜਾਂ ਸ਼ੈੱਫ ਦੇਖੋ)।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਉਤਪਾਦ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਜਿਹਾ ਕਹੋ। ਅਧੂਰੀ ਜਾਂ ਗਲਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾ ਦਿਓ।

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮੱਗਰੀ (ingredient) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

ਸੰਭਾਵੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ

ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹੀ ਐਲਰਜੈਂਨ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪਕਵਾਨ-ਵਿਧੀਆਂ (recipes) ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਪਕਵਾਨਾਂ-ਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ (ingredients) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਉਤਪਾਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤਰਜੀਹੀ ਐਲਰਜੈਂਨ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਤਿਲ ਜਾਂ ਮੂੰਗਫਲੀ ਦੇ ਤੇਲ ਦੀ ਬਜਾਏ ਬਨਸਪਤੀ ਤੇਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਕਵਾਨਾਂ-ਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਮੱਗਰੀ ਬਦਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਐਲਰਜੀ ਚਾਰਟ, ਬਾਇੰਡਰ ਜਾਂ ਮੀਨੂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਪੈਕ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਪੂਰੀ ਸੂਚੀ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਜਾਂ ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਸਰਵ ਨਾ ਕਰੋ ਜਾਂ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਆਈਟਮ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੈ।

ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ

ਪ੍ਰਬੰਧਨ, ਰਸੋਈ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਅਮਲਾ, ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂੰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿੰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੰਪੂਰਨ, ਸਹੀ ਅਤੇ ਨਵੀਨਤਮ ਹੋਵੇ। ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਕਿ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀਆਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀਆਂ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਮਸਲਾ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਸਿਰਫ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਕਿਸੇ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਕਰਨ ਜਾਂ ਪਸੰਦ ਨਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ) ਬਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਬਾਰੇ ਅਹਾਤੇ ਦੀ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਰਸੋਈ ਦੇ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪਕਾਉਣ ਵੇਲੇ ਲਿਖਤੀ ਪਕਵਾਨ-ਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਪਕਵਾਨ-ਵਿਧੀ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪਰੋਸਣ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਸਾਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨੂੰ ਰੈਸਿਪੀ ਬਾਈਂਡਰਾਂ ਜਾਂ ਫਾਈਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੈਨੇਜਰ ਜਾਂ ਸ਼ੈੱਫ ਨਾਲ ਸਿੱਧੀ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਗਾਹਕ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਪਾਲਿਸੀ ਬਣਾਓ

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਬੰਧਕਰਨੀ (management) ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਨੀਤੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਨੀਤੀ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋਣ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪਕਵਾਨ-ਵਿਧੀਆਂ ਦਾ ਖੁਲਾਸਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਅਤੇ ਸਹੀ ਸੂਚੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਗਾਹਕ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪਕਵਾਨ-ਵਿਧੀ ਦੇ ਮੱਦੇ-ਨਜ਼ਰ ਜਾਂਚ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੇਜਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸ਼ੈੱਫ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਵਾਲਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਗਾਹਕ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ

ਤੁਹਾਡੇ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮੀਨੂ 'ਤੇ ਇੱਕ ਨੋਟ-ਕਥਨ ਜਿਹੀ ਸਰਲ ਚੀਜ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ "ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਜਿਵੇਂ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਉਹ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਝਗੜੇ ਜਾਂ ਸ਼ਰਮਿੰਦਗੀ ਦੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਸੰਚਾਰ ਵਿਧੀ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਗਾਹਕਾਂ ਅਤੇ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਹਨ:

ਐਲਰਜੈਂਨ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਨਲਾਈਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ

ਆਪਣੀ ਐਲਰਜੈਂਨ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰੋ। ਮੀਨੂ ਵਿਕਲਪਾਂ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਕਿਸੇ ਐਲਰਜੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਬਤ ਸਿੱਧਾ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਮੀਨੂਆਂ 'ਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਰੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਮੀਨੂ ਹੈ ਜੋ ਅਕਸਰ ਨਹੀਂ ਬਦਲਦਾ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਮੀਨੂ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਅਕਸਰ ਬਦਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਹਿੰਗਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਚਾਰਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ

ਇੱਕ ਐਲਰਜੀ ਚਾਰਟ ਗਾਹਕਾਂ ਅਤੇ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਇਹ ਦੇਖਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਮੀਨੂ ਆਈਟਮਾਂ ਵਿੱਚ ਗਿਆਤ ਤਰਜੀਹੀ ਐਲਰਜੈਂਨ ਹਨ। ਇਹ ਚਾਰਟ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਗਿਆਤ ਐਲਰਜੈਂਨਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਗਲੇ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਨਮੂਨਾ ਐਲਰਜੀ ਚਾਰਟ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇਗਾ।

ਰੈਸਿਪੀ ਬਾਇੰਡਰ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਫਾਇਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ

ਇੱਕ ਰੈਸਿਪੀ ਬਾਇੰਡਰ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਫਾਈਲ ਸਾਰੀਆਂ ਮੀਨੂ ਆਈਟਮਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਰੇਗੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਲਈ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਹੋਣਗੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੱਕ ਰੈਸਿਪੀ ਕੁੱਕਬੁੱਕ। ਇਸ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਪਕਵਾਨ-ਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੋਤਲਬੰਦ ਚਟਨੀ ਜਾਂ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਣ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਮੀਨੂ ਆਈਟਮਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਹਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬਾਇੰਡਰ/ਫਾਇਲ ਨੂੰ ਬਦਲਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਮੀਨੂ ਆਈਟਮਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਈਟਮਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਨਾਮਜ਼ਦ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ

ਹਰੇਕ ਸ਼ਿਫਟ 'ਤੇ ਇੱਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਗਾਹਕਾਂ ਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨੂੰ ਪਕਵਾਨ-ਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਰਸੋਈ ਅਮਲੇ ਤੱਕ ਸਿੱਧੀ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ, ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਅਤੇ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਾਰੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸਮਝ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ। ਫਿਰ ਵਰਤਾਉਣ ਵਾਲੇ (server) ਸਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਇਸ ਕਰਮਚਾਰੀ ਕੋਲੋਂ ਹੀ ਦੁਆਉਣਗੇ।

ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ

ਕਿਸੇ ਕੇਟਰਡ ਈਵੈਂਟ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮਹਿਮਾਨ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀਆਂ ਹਨ। ਮੀਨੂਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜਾਂ ਤਾਂ ਐਲਰਜੈਂਨ ਨੂੰ ਹਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਲੋੜਵੰਦ ਮਹਿਮਾਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਭੋਜਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦਾਅਵਤ ਅਤੇ ਕੇਟਰਿੰਗ ਇਕਰਾਰਨਾਮਿਆਂ ਦੀ ਛਪਾਈ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਇਸ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ "ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੀਆਂ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖੁਰਾਕ ਲੋੜਾਂ" ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਸੈਕਸ਼ਨ ਜੋੜਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਐਲਰਜੀ ਚਾਰਟ

ਇਹ ਇੱਕ ਐਲਰਜੀ ਚਾਰਟ ਦੀ ਉਦਾਹਰਣ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮੀਨੂ ਆਈਟਮਾਂ ਵਿੱਚ ਤਰਜੀਹੀ ਐਲਰਜੈਂਨ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪੰਨੇ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਬੇਦਾਅਵੇ (disclaimer) ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਗਾਹਕਾਂ ਅਤੇ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਜੋੜਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਚਾਰਟ ਸਿਰਫ ਆਮ ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੈਂਨਾਂ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੀਨੂ ਆਈਟਮਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ।

ਭੋਜਨ ਐਲਰਜੈਂਨ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਚਾਰਟ

ਆਈਟਮ	ਮੀਨੂ ਆਈਟ ਮ # 1	ਮੀਨੂ ਆਈਟ ਮ # 2	ਮੀਨੂ ਆਈਟ ਮ # 3	ਮੀਨੂ ਆਈਟਮ # 4	ਮੀਨੂ ਆਈਟ ਮ # 5	ਮੀਨੂ ਆਈਟਮ # 6
ਅੰਡੇ	✓		✓			
ਦੁੱਧ/ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦ		✓			✓	
ਸਰ੍ਹੋਂ						
ਮੂੰਗਫਲੀ	✓		✓			✓
ਮੱਛੀ	✓			✓	✓	
ਕ੍ਰੈਸਟੇਸ਼ੀਅਨ ਅਤੇ ਮੋਲਸਕ						
ਤਿਲ ਦੇ ਬੀਜ		✓	✓			
ਸੋਇਆ				✓		✓
ਸਲਫਾਈਟ	✓					✓
ਰੁੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਗਿਰੀਆਂ		✓	✓		✓	
ਕਣਕ ਅਤੇ ਟ੍ਰਿਟੀਕਲ	✓		✓			

ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਇਸ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਐਲਰਜੈਂਨ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਹੋਰ ਭੋਜਨਾਂ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਵਿਚਲੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਐਲਰਜੀਆਂ ਕੁਝ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ

ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਹਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਸਾਰਾ ਅਮਲਾ ਜਾਣਦਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਸ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਹੋਵੇ - ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਟਾਫ ਬੁਲੇਟਿਨ ਬੋਰਡ।

ਘੱਟੋ ਘੱਟ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ 9-1-1-) ਅਤੇ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ CPR ਵਿੱਚ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਾਮਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਪੋਸਟ ਕਰਕੇ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਇਹ ਸਾਰੇ ਸਟਾਫ ਲਈ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦਿਖਣਯੋਗ ਹੋਵੇ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਇਲਾਜ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਐਲਰਜੈਂਨ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ

ਰਸੋਈ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਐਲਰਜੈਂਨ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਜੋਖ਼ਮਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਐਲਰਜੈਂਨ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵੱਖ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਇਸ ਦੁਆਰਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਅਜਿਹੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਜਿਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜੇ ਵੀ ਇਸ 'ਤੇ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਹੈ
- ਭੋਜਨ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਨਾ (ਮਿਲਾਵਟ), ਚਾਹੇ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਦੁਰਘਟਨਾ ਦੁਆਰਾ
- ਰੀਵਰਕ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਕਵਾਨ-ਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਪੇਸਟਰੀ ਆਟੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਜੋ ਕਿਸੇ ਐਲਰਜੈਂਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਗਲਤ ਪੈਕੇਜਾਂ ਜਾਂ ਗਲਤ ਲੇਬਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
- ਕਿਸੇ ਸਪਲਾਇਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨਾ ਕਰਨਾ
- ਭੋਜਨਾਂ ਜਾਂ ਸਮੱਗਰੀ ਲਈ ਗੁੰਮਰਾਹਕੁੰਨ ਨਾਮਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, "ਬੰਬੇ ਬੱਤਖ" ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮੱਛੀ ਹੈ
- ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਪਲੇਟਾਂ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵੱਖਰੀਆਂ ਪਲੇਟਾਂ 'ਤੇ ਪਿਆ ਭੋਜਨ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਛੂਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਹੱਥ ਧੋਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹੋ
ਜਿਸ ਨਾਲ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਸਿਰਫ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਜੋ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਟੈਕਸਦਾਤਾਵਾਂ ਲਈ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਫੈਲਣ ਦੀ ਔਸਤ ਲਾਗਤ ਹਰ ਸਾਲ $12 ਤੋਂ 14 ਬਿਲੀਅਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਣ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਖਰਚੇ ਇਹ ਹਨ:

- ਡਾਕਟਰੀ ਖ਼ਰਚੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਕਟਰ ਦੀਆਂ ਫੇਰੀਆਂ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ
- ਜਾਂਚ ਦੇ ਖਰਚੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਦਾ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਨਾ
- ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਜਾਣਾ, ਅਤੇ ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ
- ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਤੇ ਉੱਚ ਬੀਮਾ ਲਾਗਤਾਂ, ਜੇ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਉੱਤੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਮੁਕੱਦਮਾ ਚਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ **ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੈਲਣ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।**

ਵੇਰਵੇ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰੋ:

- ਕੌਣ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਗਿਆ
- ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹੜਾ ਭੋਜਨ ਖਾਧਾ ਅਤੇ ਕਦੋਂ
- ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਹੜੇ ਲੱਛਣ ਸਨ ਅਤੇ ਕਦੋਂ
- ਜੋ ਕੁਝ ਵਾਪਰਿਆ ਉਸ ਬਾਰੇ ਉਹ ਸਭ ਕੁਝ ਲਿਖੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਆਪਣੇ ਅਮਲੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ
- ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ
- ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰ ਸੀ
- ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਕਿ ਭੋਜਨ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ
- ਖਾਧੇ ਗਏ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਦੇ ਨਮੂਨਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ
- ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨਾ ਦਿਓ। ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਕੋਲ ਭੇਜ ਦਿਓ।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

1. ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਆਮ ਲੱਛਣ
2. ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਭੋਜਨ ਦਾ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾਪਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
3. ਰਸਾਇਣਾਂ ਕਰਕੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇਪਣ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ: ਧਾਤ, ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਮਿਲਾਏ ਗਏ ਐਡੀਟਿਵਜ਼ ਅਤੇ ਚਾਣਚੱਕ ਮਿਲਾਏ ਗਏ ਐਡੀਟਿਵਜ਼
4. ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਭੌਤਿਕ ਜੋਖ਼ਮਾਂ ਦੇ ਖਤਰੇ
5. ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ

Notes

ਸੂਖਮ ਜੀਵ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਜੋਖ਼ਮਾਂ, ਰਸਾਇਣਕ ਜੋਖ਼ਮਾਂ, ਭੌਤਿਕ ਜੋਖ਼ਮਾਂ ਅਤੇ ਐਲਰਜੈਨਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ, ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਕਾਰਨ ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਮਝਣ ਲਈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਭਾਲਣਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਬਾਰੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਕੀਟਾਣੂੰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮਾਈਕਰੋਸਕੋਪ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਵੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ, ਪਰ ਉਹ ਹਰ ਜਗ੍ਹਾ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਭੋਜਨ, ਪਾਣੀ, ਜਾਨਵਰਾਂ, ਵਸਤੂਆਂ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਉੱਤੇ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਿਉਂਕਿ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਇਆ ਭੋਜਨ ਆਮ ਵਰਗਾ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਹਦੀ ਗੰਧ ਅਤੇ ਸਵਾਦ ਵੀ ਆਮ ਵਾਂਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਸਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ 'ਰੋਗਾਣੂੰ '(pathogens) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੀਆਂ ਛੇ ਮੁੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ: ਵਾਇਰਸ, ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ, ਪਰਜੀਵੀ, ਖਮੀਰ, ਉੱਲੀ ਅਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ। ਕੁਝ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਸਾਡੇ ਲਈ ਚੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ:

- ਖਮੀਰ ਬ੍ਰੈੱਡ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਐਸਿਡੋਫਿਲਸ ਅਤੇ ਲੈਕਟੋ-ਬੈਸੀਲੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ਉੱਲੀ ਜੋ ਪਨੀਰ ਨੂੰ ਪਕਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸੁਆਦ ਦਿੰਦੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਨੀਲਾ ਪਨੀਰ)

ਹੋਰ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਸਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬ੍ਰੈੱਡ ਵਾਲੀ ਉੱਲੀ, ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਅਤੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਵਰਗੇ ਵਾਇਰਸ, ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਅਤੇ ਈ. ਕੋਲੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਸਾਰੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ ਜੋ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਸਾਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜਾਨਲੇਵਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਾਇਰਸ

ਵਾਇਰਸ ਮਨੁੱਖਾਂ, ਜਾਨਵਰਾਂ, ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਫੰਗੀ ਸਮੇਤ ਲਗਭਗ ਸਾਰੇ ਜੀਵਨ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇੱਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲੋਂ 20 ਤੋਂ 100 ਗੁਣਾਂ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਏਨੇ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇੱਕ ਮਿਆਰੀ ਮਾਈਕਰੋਸਕੋਪ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਵੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਵਾਇਰਸ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਵਧਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਸੈੱਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਜ਼ਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਗਿਣਤੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਜੀਵਤ ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਾਂ ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਤ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਨੂੰ ਐਂਟਰਿਕ (enteric) ਵਾਇਰਸ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਰਸਤੇ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲੱਛਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਚਾਨਕ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਈ ਹੋਰ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਕਮਜ਼ੋਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਬਹੁਤ ਛੂਤਕਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵਾਰ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਚਲੇ ਜਾਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਨੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਨਿਰਜਲੀਕਰਨ (ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ) ਇੱਕ ਆਮ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਖ਼ਾਸਕਰ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ। ਕਿਸੇ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਸੰਕਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਇਹ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ, ਪਰ ਉਸ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲੱਛਣ ਹੋਣਗੇ।

ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਥ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਤਰੀਕਾ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਾਇਰਸ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਕ ਹੋਰ ਸਰੋਤ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਵਿਚ ਧੋਤੇ ਗਏ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਇਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਾਇਰਸ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਵਾਇਰਸਾਂ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਜੋ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਉਹ ਹਨ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ, ਏਵੀਅਨ (ਬਰਡ) ਫਲੂ ਅਤੇ ਰੋਟਾਵਾਇਰਸ।

ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਹੈ।

ਪਰਜੀਵੀ

ਪਰਜੀਵੀ ਮਨੁੱਖਾਂ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ 'ਤੇ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ ਲਈ ਵਰਤਦੇ ਹਨ। ਲੋਕ ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਪਰਜੀਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਤਾ ਗਿਆ ਕੋਈ ਵੀ ਭੋਜਨ
- ਕਿਸੇ ਦੂਸ਼ਿਤ ਜਾਨਵਰ ਦਾ ਘੱਟ-ਪਕਾਇਆ ਮੀਟ ਖਾਣਾ
- ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ

ਵਾਇਰਸਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਪਰਜੀਵੀ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਵਧਦੇ।

ਪਰਜੀਵੀ ਲਾਗ ਦੇ ਲੱਛਣ ਪਰਜੀਵੀ ਦੀ ਕਿਸਮ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਢਿੱਡ ਜਾਂ ਪੇਟ ਦਾ ਦਰਦ, ਦਸਤ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਖੰਘਣਾ, ਚਮੜੀ ਦੇ ਜਖ਼ਮ, ਭਾਰ ਘਟਣਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੱਛਣ ਸੰਭਵ ਹਨ।

ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਟ੍ਰਾਈਕਿਨੋਸਿਸ (ਸੂਰ ਦਾ ਟੇਪਵਰਮ), ਕੱਚੇ ਜਾਂ ਘੱਟ ਪਕਾਏ ਸੂਰ ਜਾਂ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ
- ਅਨੀਸਾਕੀਆਸਿਸ (ਪਰਜੀਵੀ ਰਾਊਂਡਵਰਮ), ਅਣਪਕਾਈ ਸਮੁੰਦਰੀ ਮੱਛੀ ਅਤੇ ਕੱਚੀ ਮੱਛੀ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੁਸ਼ੀ, ਸਸ਼ੀਮੀ, ਸੇਵੇਚੇ ਜਾਂ ਸੈਮਨ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ

ਪਰਜੀਵੀਆਂ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ

ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੇ ਪਰਜੀਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਪਾਚਨ ਤੰਤਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲੋਂ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲੋਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਹਟਾਉਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹੋਰ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸੰਕਰਮਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਖਾਂਦਾ ਜਾਂ ਪੀਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ ਨੂੰ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਫੈਲਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ ਕਾਰਨ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ:

- ਗਿਆਰਡੀਆਸਿਸ (ਜਿਸਨੂੰ ਬੀਵਰ ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਬੈਕਪੈਕਰ ਦੇ ਦਸਤ ਵਜੋਂ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਜੋ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਕ੍ਰਿਪਟੋਸਪੋਰੀਡੀਓਸਿਸ (cryptosporidiosis) ਜੋ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਖਮੀਰ

ਖਮੀਰ (yeast) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬ੍ਰੈੱਡ ਅਤੇ ਅਲਕੋਹਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਖਮੀਰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖਮੀਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਭੋਜਨ ਖਾਕੇ ਇਸਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਬੁਲਬੁਲਿਆਂ, ਅਲਕੋਹਲ ਵਰਗੀ ਗੰਧ ਜਾਂ ਸਵਾਦ, ਗੁਲਾਬੀ ਧੱਬੇ ਜਾਂ ਸਲਾਈਮ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਖਮੀਰ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਤਾਪਮਾਨਾਂ 'ਤੇ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖਮੀਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਿਰਫ ਭੋਜਨ ਖਰਾਬ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਖੰਡ ਅਤੇ ਨਮੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇਸਨੂੰ ਜੈਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਦ ਵਰਗੇ ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਉੱਲੀ

ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਉੱਲੀਆਂ (moulds) ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਾਈਨ ਅਤੇ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਬਣਾਉਣਾ। ਨੀਲੇ ਪਨੀਰ ਵਿੱਚ ਨੀਲਾ ਰੰਗ, ਕੁਝ ਦੁਰਲੱਭ ਚਿੱਟੀਆਂ ਵਾਈਨਾਂ ਦਾ ਸੁਆਦ ਅਤੇ ਮਿਠਾਸ, ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਲੜਨ ਲਈ ਪੈਨਿਸਿਲਿਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਉੱਲੀਆਂ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜਿਹੜੀਆਂ ਉੱਲੀਆਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਰਸੋਈਆਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਪਤਲੀਆਂ, ਸੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ, ਅਜੀਬ ਜਾਂ ਅਣਸੁਖਾਵੇਂ ਰੰਗ ਦੀ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਉੱਲੀ ਦੇ ਸਿੰਗਲ ਸੈੱਲ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉੱਲੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕਲੋਨੀਆਂ (ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਜੋ ਇਕੱਠੇ ਵਧ ਰਹੇ ਹਨ) ਨੂੰ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਅਸਪੱਸ਼ਟ ਵਾਧੇ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੁਝ ਉੱਲੀਆਂ ਮਾਈਕੋਟੋਕਸਿਨ (mycotoxins) ਨਾਮਕ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਲਾਗਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਦੇਖ ਕੇ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਕਿ ਜੋ ਉੱਲੀ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਉਹ ਜ਼ਹਿਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਉੱਲੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਅਫਲਾਟੋਕਸਿਨ (alfatoxin) ਜੋ ਅਕਸਰ ਬਦਾਮਾਂ, ਮੂੰਗਫਲੀ ਅਤੇ ਮੂੰਗਫਲੀ ਦੇ ਮੱਖਣ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਓਚਰਾਟੋਕਸਿਨ ਏ. (Ochratoxin A) ਜੋ ਅਕਸਰ ਅਨਾਜ, ਕੌਫੀ ਅਤੇ ਵਾਈਨ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਜਦੋਂ ਸ਼ੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

ਉੱਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਟੋਰੇਜ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਾਲਤਾਂ ਤਹਿਤ ਲਗਭਗ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਵਧ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਫ੍ਰੀਜ਼ਿੰਗ ਉੱਲੀ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਰੋਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉੱਲੀ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਾਰੇਗੀ। ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਜੋ ਉੱਲੀ ਤੁਸੀਂ ਵੇਖਦੇ ਹੋ ਉਹ ਇਕਲੌਤੀ ਉੱਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੋ ਉਥੇ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਨਾਲ ਜ਼ਹਿਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਤਹ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਉੱਲੀ ਨੂੰ ਪੌਦੇ ਵਾਂਗ ਸੋਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਹ ਫੁੱਲ ਵਰਗਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਸਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਜਿੰਨਾ ਨਰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਓਨਾ ਹੀ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਉੱਲੀ ਫੈਲਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਸਾਰੇ ਉੱਲੀਦਾਰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਸੁੱਟਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ?

ਕੁਝ ਸਖ਼ਤ ਪਨੀਰਾਂ (cheeses) ਅਤੇ ਸਖ਼ਤ ਸਲਾਮੀ (salami) ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਕ ਇੰਚ ਉੱਲੀ ਨੂੰ ਕੱਟ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਉੱਲੀਦਾਰ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ।

ਜਦੋਂ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ!

ਬੈਕਟੀਰੀਆ

ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਸਾਡੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਹਰ ਜਗ੍ਹਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਾਡੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਹ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਚੰਗੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ:

- ਲੈਕਟੋਬੈਸਿਲਸ ਅਤੇ ਬਿਫਿਡੋਬੈਕਟੀਰੀਅਮ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ਪੁਲਾੜ ਸ਼ਟਲ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਨਾਸਾ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਬਾਇਓਫਿਲਮਸ

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਗੈਰ-ਲਾਭਕਾਰੀ, ਜਾਂ ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ, ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ:

ਕੈਮਪਾਇਲੋਬੈਕਟਰ (Campylobacter)

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਮੀਟ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚੂਹਿਆਂ, ਜੰਗਲੀ ਪੰਛੀਆਂ, ਘਰੇਲੂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਿੱਲੀਆਂ ਅਤੇ ਕੁੱਤਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਉਪਚਾਰ ਕੀਤੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਲਿਸਟੀਰੀਆ (Listeria)

ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਕ ਉਹਨਾਂ ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦਾਂ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਮੱਛੀ ਅਤੇ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਈ. ਕੋਲੀ

ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀਆਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੀਟ ਦੀਆਂ ਬਾਹਰੀ ਸਤਹਾਂ ਤੱਕ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਸਨੂੰ ਕੱਟਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਈ. ਕੋਲੀ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਲੋਸਟ੍ਰੀਡੀਅਮ ਪਰਫ੍ਰਿੰਜਨਸ (Clostridium perfringens)

ਇਹ ਉੱਚ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਜਾਂ ਸਟਾਰਚ ਵਰਗੇ ਭੋਜਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਕਾਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਬੀਨਜ਼ ਜਾਂ ਗ੍ਰੇਵੀਆਂ (gravies) ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤੇ ਗਏ ਬਚੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ (salmonella)

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੱਚੇ ਪੋਲਟਰੀ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਹੋਰ ਮੀਟਾਂ, ਅਣ-ਪਾਸਚੀਕਿਰਤ ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਕੱਚੇ ਆਂਡਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਲਾਗ

ਜਦੋਂ ਜੀਵਤ ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਧਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਲਾਗ ਵਾਲੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀ ਕਿਸਮ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਲਾਗ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਲਈ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀ ਕੇਵਲ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਪੇਟ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣਗੇ ਅਤੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਤੱਕ ਜਾਣਗੇ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਵਧਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣਗੇ। ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਦਿਨ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਨਾਲ, ਲੱਛਣ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣਗੇ, ਪਰ ਕੁਝ ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ 10 ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣਨਗੇ। ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੱਛਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਲਾਗ ਹੈ, ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੁਖਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇਪਣ ਦੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ, ਕੈਮਪਾਇਲੋਬੈਕਟਰ ਅਤੇ ਸ਼ਿਗੇਲਾ ਹਨ। ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ।

ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ (toxin)

ਕਈ ਵਾਰ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਸਗੋਂ ਉਹ ਚੀਜ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਇੱਕ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਉਤਪਾਦ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਮਨੁੱਖਾਂ ਲਈ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ੈਲੇ (toxic) ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਕਾਰਨ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਨਸ਼ਾ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਗੰਧ ਜਾਂ ਸਵਾਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਕੁਝ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਆਮ ਤਾਪਮਾਨ ਦੁਆਰਾ ਨਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪਕਾਉਣਾ ਇਸਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਬਣਾ ਸਕਦਾ।

ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਉਸ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੋਂ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਉਸ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੋਂ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲਾਗਾਂ, ਕੱਟਾਂ, ਸਾੜਾਂ (burns), ਫੋੜੇ ਅਤੇ ਫਿਣਸੀਆਂ ਸਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ, ਜੇ ਉਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਉਤਪਾਦ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਲੱਛਣ

ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਲੱਛਣ ਉਸੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਦੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਚੱਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਬਹੁਤ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਕੋਈ ਵੀ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਪਦਾਰਥ (toxin) ਇੱਕ ਜ਼ਹਿਰ ਹੈ। ਇੱਕ ਆਮ ਕਿਸਮ ਕਲੋਸਟ੍ਰੀਡੀਅਮ ਬੋਟੂਲਿਨਮ (ਸੀ. ਬੋਟੂਲਿਨਮ) ਹੈ ਜੋ ਬੋਟੂਲਿਜ਼ਮ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ
- ਉਲਟੀਆਂ
- ਥਕਾਵਟ
- ਸਿਰ ਚਕਰਾਉਣਾ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਦੋ-ਦੋ ਦਿਖਣਾ
- ਗਲੇ ਅਤੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ਕੀ
- ਸਾਹ-ਕਿਰਿਆ ਦਾ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣਾ
- ਅਧਰੰਗ
- ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਮੌਤ

ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨਸ਼ੇ ਨਾਲ, ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ; ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਪਦਾਰਥ ਹੈ।

ਬੋਟੂਲਿਜ਼ਮ: ਬੀਜਾਣੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾਪਣ। ਇਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ, ਉਲਟੀਆਂ, ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਅਤੇ ਥਕਾਵਟ ਹਨ। ਇਹ ਘਾਤਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬੀਜਾਣੂੰ (spores)

ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮੀ, ਖੁਸ਼ਕੀ ਜਾਂ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਮਾਰੇ ਜਾਂਦੇ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਵਧ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਬੀਜਾਣੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੀਜਾਣੂੰ ਜੀਵਤ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦਾ ਆਰਾਮ ਦਾ ਪੜਾਅ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵਧਕੇ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਵਧਣ ਲਈ ਚੰਗੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਬੀਜਾਣੂੰ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੀਟਾਣੂੰਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਨਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਸੀ. ਬੋਟੂਲਿਨਮ, ਉਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜੋ ਬੋਟੂਲਿਜ਼ਮ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੈ ਜੋ ਬੀਜਾਣੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਈ ਬਾਲ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਬੋਟੂਲਿਨਮ ਬੀਜਾਣੂੰ ਖਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬੀਜਾਣੂੰ ਅੰਤੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਧਕੇ ਸਰਗਰਮ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਬਣ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਪੈਦਾ ਕਰਨਗੇ। ਇਹ ਅੰਤੜੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ

ਬਿਮਾਰੀ	ਸਮੋਨੇਲੋਸਿਸ (ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ)	ਸਟੈਫੀਲੋਕੋਕਲ ਨਸ਼ਾ (ਸਟੈਫਾਈਲੋਕੋਕਸ ਔਰੀਅਸ)	ਟ੍ਰਿਕਿਨੋਸਿਸ (ਟ੍ਰਿਚਿਨੇਲਾ ਸਪਾਈਰਲਿਸ)	ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ ਵਾਇਰਸ	ਹੈਮੋਰੇਜਿਕ ਕੋਲਾਈਟਿਸ (ਈ. ਕੋਲੀ)
ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਆਮ ਸਰੋਤ	ਕੱਚਾ ਪੋਲਟਰੀ, ਸੂਰ, ਅਤੇ ਸੰਕਰਮਿਤ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦਾ ਮਲ	ਸੰਕਰਮਿਤ ਮਨੁੱਖਾਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਨੱਕ, ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਜ਼ਖਮ, ਅਤੇ ਗਊਆਂ ਦੇ ਥਣਾਂ ਤੋਂ	ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਸੂਰ ਅਤੇ ਭਾਲੂ ਦਾ ਮਾਸ	ਸੰਕਰਮਿਤ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦਾ ਮਲ, ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਤੇ ਖੂਨ	ਸ਼ਾਇਦ ਕੱਚਾ ਬੀਫ, ਸੂਰ ਅਤੇ ਪੋਲਟਰੀ
ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ*	6-72 ਘੰਟੇ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 18-36 ਘੰਟੇ	1-8 ਘੰਟੇ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 2-4 ਘੰਟੇ	4-23 ਦਿਨ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 9 ਦਿਨ	10-50 ਦਿਨ, ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 25 ਦਿਨ	2-6 ਦਿਨ
ਲੱਛਣ	ਬੁਖਾਰ, ਪੇਟ ਦਰਦ, ਦਸਤ, ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ, ਉਲਟੀਆਂ, ਨਿਰਜਲੀਕਰਨ	ਤੀਬਰ ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ, ਉਲਟੀਆਂ, ਕੜਵੱਲਾਂ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਸਤ, ਅਤੇ ਨਿਢਾਲ (prostration)	ਉਲਟੀਆਂ, ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ, ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜਕੜਨ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ	ਬੁਖਾਰ, ਬੇਚੈਨੀ, ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ, ਪੇਟ ਦਰਦ ਅਤੇ ਪੀਲੀਆ	ਢਿੱਡ ਵਿੱਚ ਕੜਵੱਲਾਂ, ਅਤੇ ਖੂਨੀ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਾਲੇ ਦਸਤ; ਕਈ ਵਾਰ ਘਾਤਕ
ਆਮ ਭੋਜਨ ਜੋ ਇਸ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ	ਪੋਲਟਰੀ, ਮੀਟ, ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ, ਅਣ-ਪੇਸਚੀਕਿਰਤ ਦੁੱਧ, ਆਂਡੇ ਦੇ ਉਤਪਾਦ, ਕੱਚੇ ਆਂਡੇ, ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼, ਖੀਰ, ਗ੍ਰੇਵੀਆਂ	ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਭਰਪੂਰ ਭੋਜਨ, ਕਸਟਰਡ, ਕਰੀਮ ਨਾਲ ਭਰੀਆਂ ਬੇਕ ਕੀਤੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਹੈਮ, ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ, ਅਤੇ ਆਲੂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਲਾਦ	ਘੱਟ ਪਕਾਇਆ ਸੂਰ ਦਾ ਮਾਸ ਅਤੇ ਘੱਟ ਪਕਾਏ ਸੂਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ	ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼, ਕੱਚੀਆਂ ਸਿੱਪੀਆਂ, ਘੋਗੇ, ਦੁੱਧ, ਕਾਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੱਟਿਆ ਹੋਇਆ ਮੀਟ ਅਤੇ ਪਾਣੀ	ਹੈਮਬਰਗਰ, ਹੋਰ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ ਅਤੇ ਕੱਚਾ ਦੁੱਧ
ਉਹ ਕਾਰਕ ਜੋ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੁੱਟਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ	ਨਾਕਾਫੀ ਰੈਫਰਿਜਰੇਸ਼ਨ, ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ, ਖਾਣਾ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਪਕਾਉਣਾ ਅਤੇ ਮੁੜ ਗਰਮ ਕਰਨਾ, ਸਰਵ ਕਰਨ ਤੋਂ ਕਈ ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ, ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ, ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਨਾਕਾਫੀ ਸਫ਼ਾਈ, ਸੰਕਰਮਿਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦਾ ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣਾ, ਅਤੇ ਦੂਸ਼ਿਤ ਸਰੋਤਾਂ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ	ਨਾਕਾਫੀ ਰੈਫਰਿਜਰੇਸ਼ਨ, ਸੰਕਰਮਿਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣਾ, ਸਰਵ ਕਰਨ ਤੋਂ ਕਈ ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ, ਲਾਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਸ ਵਾਲੇ ਕੱਟ ਜਾਂ ਖਰਾਬੀਆਂ ਅਤੇ ਗਰਮ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਰੱਖਣਾ	ਨਾਕਾਫੀ ਰੈਫਰਿਜਰੇਸ਼ਨ, ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਨਿੱਘੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ, ਸਰਵ ਕਰਨ ਤੋਂ ਕਈ ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਬਚੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਗਰਮ ਨਾ ਕਰਨਾ	ਸੰਕਰਮਿਤ ਕਾਮਿਆਂ ਦਾ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਛੂਹਣਾ, ਮਾੜੀ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ, ਖਾਣਾ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਪਕਾਉਣਾ, ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਨਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਏ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚੋਂ ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼ ਪਕੜਨਾ, ਅਤੇ ਸੀਵਰੇਜ ਦਾ ਨਾਕਾਫੀ ਨਿਪਟਾਰਾ	ਫਾਸਟ ਫੂਡ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਪਕਾਇਆ ਹੈਮਬਰਗਰ ਅਤੇ ਚਿਕਨ, ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ

* ਇਹ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਜਦੋਂ ਉਹ ਬਿਮਾਰ

ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਵਾਹਕ (carriers)

ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਭੋਜਨ, ਪਾਣੀ, ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਤੋਂ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਉੱਤੇ ਵੀ ਪਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵਾਹਕ ਰਾਹੀਂ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਾਹਕ ਉਹ ਲੋਕ ਜਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਸ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਕਿਉਂਕਿ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨੰਗੀ ਅੱਖ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣੇ ਬਿਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ 'ਤੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਵਾਇਰਸ, ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ ਅਤੇ ਪਰਜੀਵੀ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਵਧ ਸਕਦੇ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਾਹਕ ਦੁਆਰਾ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਵੀ ਕਿਸੇ ਵਾਹਕ ਦੁਆਰਾ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਮੌਜੂਦ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਉਸ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਹ ਤਿਆਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਜਾਂ ਚਿੰਨ੍ਹ ਦਿਖਾਏ ਲਾਗ ਲੱਗ ਜਾਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ, ਅਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਕੁਝ ਕੀਟਾਣੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਕੋਈ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਲੋਕ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕ ਵੀ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਉਹ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਉਹ ਇਸਨੂੰ ਦੂਜੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਾਅਦ ਦੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਕੌਣ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜੋ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਜਾਂ ਵੱਧ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਇਹ ਹਨ:

ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ।
ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਮਜ਼ੋਰ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ, ਬਹੁਤ ਬੁੱਢੇ, ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀ ਦੁਆਰਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤੀ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ।
ਕੈਮਪਾਇਲੋਬੈਕਟਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣੇਗਾ ਜੇ ਖਾਧੇ ਗਏ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ 500 ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਹੋਣ। ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ ਲਈ, ਇਹ ਗਿਣਤੀ 100,000 ਹੈ। ਸ਼ਿਗੇਲਾ ਲਈ, ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 10 ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਅੰਕੜਿਆਂ ਨੂੰ 'ਛੂਤ ਦੀ ਖੁਰਾਕ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਲਈ ਪੇਟ ਰਾਹੀਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਾਸਤੇ ਕਾਫ਼ੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਫੇਰ, ਜੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਮਾਤਰਾ ਹੋਰ ਵੀ ਘੱਟ ਹੋਵੇਗੀ।

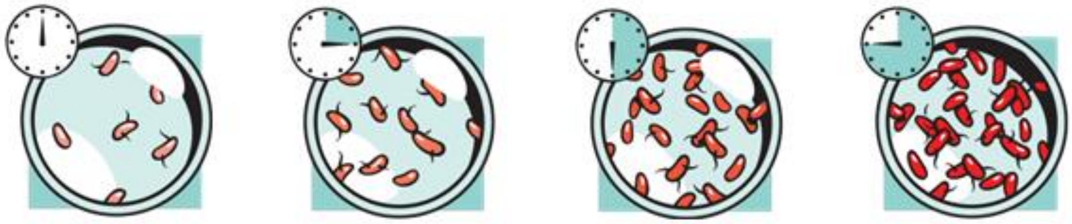
ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਕਿਸਮ।
ਕੁਝ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਟੋਜ਼ੋਆ ਅਤੇ ਪਰਜੀਵੀਆਂ ਨੂੰ ਜੇ ਖਾਧਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬੈਕਟੀਰੀਆ

ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਏਨਾ ਖਤਰਨਾਕ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ?

- ਉਹ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਉਹ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਜੀ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਉਹ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਮਾਰੇ ਜਾਂਦੇ।
- ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੀਜਾਣੂੰ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਪਾਣੀ, ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖਾਂ, ਕੀੜਿਆਂ, ਚੂਹਿਆਂ ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਲੇਟਾਂ, ਤੌਲੀਏ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ) ਦੁਆਰਾ "ਹਿਚਹਾਈਕਰਾਂ" ਵਜੋਂ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ, ਨਮੀ ਦਾ ਪੱਧਰ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਸਰੋਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਜੇ ਇਸਦਾ ਆਲੇ ਦੁਆਲਾ ਸਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਹਰ 10-20 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁੱਗਣੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਖਤਰਨਾਕ ਪੱਧਰਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਾਰਕਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਜੋ ਸੂਖਮਜੀਵਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੇ ਹਨ:

- ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ
- ਖਤਰੇ ਦੀ ਜ਼ੋਨ
- ਆਕਸੀਜਨ
- pH
- ਨਮੀ
- ਪ੍ਰੋਟੀਨ

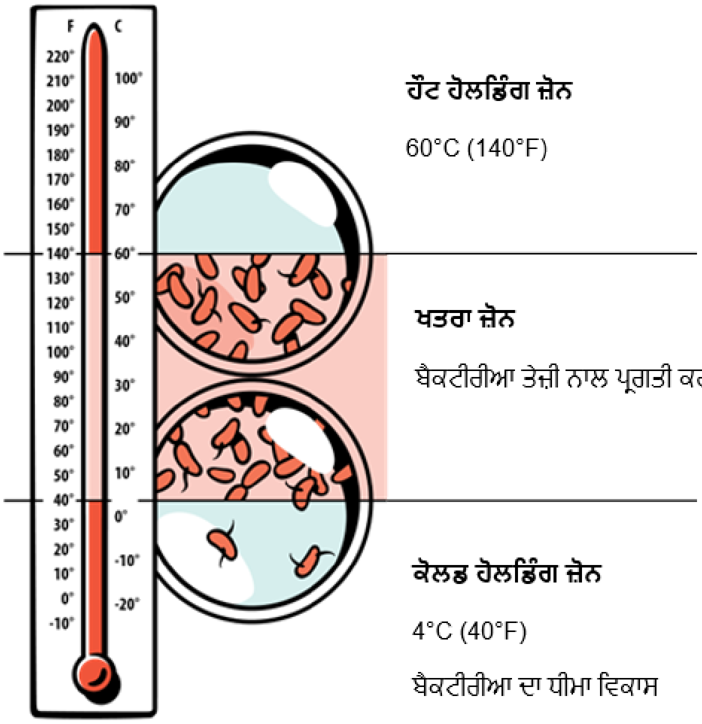
ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦਾ ਵਿਕਾਸ

ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ

ਤਾਪਮਾਨ ਨਿਯੰਤਰਣ, ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਲਈ ਇੱਕ ਤਾਪਮਾਨ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਸਭ ਤੋਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਣਗੇ।

ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ 4°C (40°F) ਅਤੇ 60°C (140°F) ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਇਸ ਤਾਪਮਾਨ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਲੰਬਾ ਸਮਾਂ ਭੋਜਨ ਇਸ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਛੱਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਓਨਾ ਹੀ ਵਧੇਰੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਓਨਾ ਹੀ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਨੂੰ 60°C (140°F) 'ਤੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਗਰਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਰੱਖਣਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਹੋਰ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਰੋਕ ਦੇਵੇਗਾ ਪਰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ, ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਬੀਜਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਾਰੇਗਾ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ। 4°C (40°F) 'ਤੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ ਵੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਾਰਦਾ ਜਾਂ ਬੀਜਾਣੂਆਂ ਜਾਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਪਰ ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਕਾਫ਼ੀ ਹੌਲੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।



ਆਕਸੀਜਨ

ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕੇਵਲ ਉੱਥੇ ਹੀ ਵਧਣਗੇ ਜਿੱਥੇ ਆਕਸੀਜਨ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਕੇਵਲ ਉੱਥੇ ਹੀ ਵਧਣਗੀਆਂ ਜਿੱਥੇ ਆਕਸੀਜਨ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ, ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜੋ ਅਕਸਰ ਪੋਲਟਰੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚਿਕਨ, ਟਰਕੀ ਜਾਂ ਆਂਡੇ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਵਧਣ ਲਈ ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਲੋਸਟ੍ਰੀਡੀਅਮ ਬੋਟੂਲਿਨਮ, ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜੋ ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਕੈਨਾਂ ਜਾਂ ਜਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸਿਰਫ ਉਥੇ ਵਧਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਆਕਸੀਜਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਉਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ ਲਈ ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਐਰੋਬਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਐਰੋਬਿਕ ਕਸਰਤ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਹ ਕਸਰਤ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਕਸੀਜਨ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜੋ ਉੱਥੇ ਵਧਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਆਕਸੀਜਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਐਨਾਰੋਬਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

pH

pH ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਮਾਪ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਪਦਾਰਥ ਕਿੰਨਾ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਜਾਂ ਅਲਕਲੀਨ (ਖਾਰਾ) ਹੈ। pH ਸਕੇਲ 0-14 ਤੱਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ 7 ਦਾ ਲੈਵਲ ਉਦਾਸੀਨ (neutral) ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੁੱਧ ਪਾਣੀ ਦਾ pH 7 ਹੁੰਦਾ ਹੈ। 7 ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਖਿਆ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ 7 ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਖਿਆ ਅਲਕਲੀਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ pH ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ pH ਪੈਮਾਨੇ 'ਤੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਉੱਪਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਭੋਜਨ ਜੋ ਅਸੀਂ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ ਉਹ 2 ਅਤੇ 7 ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ pH ਦੇ ਨਾਲ ਤੇਜ਼ਾਬੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਆਮ ਭੋਜਨਾਂ ਦਾ pH:

ਆਈਟਮ	pH	ਆਈਟਮ	pH
ਕੇਲੇ	4.5 - 5.2	ਨਿੰਬੂ	2.2 - 2.4
ਰੋਟੀ	5.3 - 5.8	ਦੁੱਧ	6.3 - 8.5
ਗਾਜਰ	4.9 - 5.2	ਸੰਤਰੇ	3.1 - 4.1
ਚੈਰੀ	3.2 - 4.1	ਸਿੱਪੀਆਂ	4.8 - 6.3
ਮੱਕੀ	6.0 - 7.5	ਸੂਰ ਦਾ ਮਾਸ	5.3 - 6.9
ਅੰਡੇ	6.4 - 9.0	ਆਲੂ	6.1
ਆਟਾ	6.0 - 6.3	ਸਕੁਐਸ਼	5.5 - 6.2

ਨਮੀ

ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਵਧਣ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਮੀ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਣਗੇ। ਨਮੀ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਜੋ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਾਧੇ ਲਈ ਚੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਮੀਟ (ਸਟੀਕ, ਹੈਮਬਰਗਰ ਅਤੇ ਸੂਰ)
- ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ (ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਪਨੀਰ)
- ਮੱਛੀ
- ਅੰਡੇ
- ਸਬਜ਼ੀਆਂ

ਸੁੱਕੇ ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਧਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਨਮੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪਰ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਪਾਣੀ ਮਿਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ; ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵਿੱਚ ਵਾਧੇ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਨਮੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਕੇ, ਡੀਹਾਈਡਰੇਟਿੰਗ (ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ) ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦੁਆਰਾ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਮਕ, ਖੰਡ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀਜ਼ਰਵੇਟਿਵਾਂ ਵਰਗੇ ਘੋਲਕ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਪਾਣੀ ਵੀ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸੁਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਕਾਸ ਦਰਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

**ਘੱਟ ਨਮੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਾਰੇਗੀ,
ਪਰ ਇਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕੇਗੀ।**

ਪ੍ਰੋਟੀਨ

ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਉਦੋਂ ਵਧਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਪਲਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਲਈ ਮੁੱਖ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਭੋਜਨ ਇਹ ਹਨ:

- ਮੀਟ (ਸਟੀਕ, ਹੈਮਬਰਗਰ ਅਤੇ ਸੂਰ)
- ਮੱਛੀ
- ਪੋਲਟਰੀ (ਚਿਕਨ ਅਤੇ ਟਰਕੀ)
- ਅੰਡੇ
- ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ (ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਪਨੀਰ)

ਉਹ ਭੋਜਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਅਤੇ ਨਮੀ ਦੋਵਾਂ ਦਾ ਪੱਧਰ ਉੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਾਧੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ

ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਉਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਾਧੇ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਮੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਵਧਣ, ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਬੀਜਾਣੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਦੇਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- 4.5 ਤੋਂ ਵੱਧ pH ਵਾਲੇ ਨਮੀ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ
- ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ
- ਮੀਟ, ਮੱਛੀ, ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਆਂਡੇ
- ਕੁਝ ਕੱਚੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਫਲ਼ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਬੀਨ ਸਪ੍ਰਾਊਟਸ, ਤੇਲ ਵਿੱਚ ਲਸਣ ਅਤੇ ਕੱਟੇ ਹੋਏ ਖਰਬੂਜ਼ੇ), ਖ਼ਾਸਕਰ ਉਹ ਜੋ ਪਕਾਏ ਨਹੀਂ ਜਾਣਗੇ

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਕੋਈ ਵੀ ਭੋਜਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਵੀ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ ਕਰੀਮ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਡੋਨਟ, ਕੱਟੇ ਹੋਏ ਚਿਕਨ ਨਾਲ ਸਲਾਦ, ਮੀਟ ਸੌਸ ਨਾਲ ਪਾਸਤਾ ਡਿਸ਼ ਅਤੇ ਪਨੀਰ ਨਾਲ ਕੈਸੇਰੋਲ ਸਾਰੇ ਸੰਭਾਵਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋਣਗੇ।

ਕੁਝ ਕੱਚੀਆਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਪਕਾਈਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਫਲ਼ ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਵਾਧੇ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਹਨ। ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਫਲ਼ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਕਈ ਮਹਾਂਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਪਾਲਕ ਵਿੱਚ ਈ. ਕੋਲੀ - ਸਤੰਬਰ 2006; ਅਣਪਕਾਏ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ੇ ਟਮਾਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ - ਜੁਲਾਈ 2008)।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ

1. ਸਾਰੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਸਾਡੇ ਲਈ ਮਾੜੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ
2. ਰੋਗਾਣੂੰਜਨਕ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਜੋ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ: ਵਾਇਰਸ, ਪਰਜੀਵੀ, ਖਮੀਰ, ਉੱਲੀ ਅਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ
3. ਇਹਨਾਂ ਰੋਗਾਣੂੰਆਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸਮਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਵੱਖਰਾ ਹੈ
4. ਇਹਨਾਂ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਸਰੋਤ
5. ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜੋ ਇਹ ਰੋਗਾਣੂੰਜਨਕ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲੱਛਣ
6. ਕਿਉਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਭੋਜਨ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੀ ਦੂਜੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
7. ਕਿਉਂ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਂਦੇ ਹਨ
8. ਵਾਹਕ (carrier) ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ’ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ
9. ਵਧਣ ਲਈ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ: ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ, ਆਕਸੀਜਨ, pH, ਨਮੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ
10. ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ

Notes

ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਲਈ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਖਤਰੇ ਵਾਲੀ ਜ਼ੋਨ ਦੀ ਰੇਂਜ਼ (4°C/40°F ਅਤੇ 60°C/140°F ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ) ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ, ਪਰੋਸਣ ਅਤੇ ਵੇਚਣ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ ਦੌਰਾਨ ਸੱਚ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਤੁਹਾਡੇ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਈ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨਾਂ, ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਤਾਪਮਾਨਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕ੍ਰਮ

ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦਾ ਮੁੱਢਲਾ ਕ੍ਰਮ ਇਹ ਹੈ:

- ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰਨਾ
- ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਨਾ
- ਹਿਮਦ੍ਰਵਣ ਯਾਨੀ ਬਰਫ਼-ਮੁਕਤ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਲਿਆਉਣਾ (thawing)
- ਰੈਫਰਿਜਰੇਸ਼ਨ
- ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ
- ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣਾ
- ਗਰਮ ਅਤੇ ਠੰਢਾ ਰੱਖਣਾ
- ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ
- ਮੁੜ ਗਰਮ ਕਰਨਾ

ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਹੀਂ ਲੰਘਣਗੇ ਅਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਾ ਲੰਘਣ। ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਜਾਂ ਹਿਮਦ੍ਰਵ ਨਾ ਹੋਣ। ਸਲਾਦ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਪਕਾਇਆ ਜਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਗਰਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸਾਰਾ ਭੋਜਨ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਜਾਂ ਸਾਰੇ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘੇਗਾ। ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਪੜਾਵਾਂ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਧਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਪੜਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਣਾਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਧਾਤੂ ਦੀ ਪ੍ਰੋਬ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ; ਤੁਰੰਤ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲੀ ਕਿਸਮ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- ਪ੍ਰੋਬ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦਾਖਲ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਖੇਤਰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮੋਟੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ ਜੇ ਕੋਈ ਹਿੱਸਾ ਮੋਟਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਪੜ੍ਹਤ (reading) ਦੇ ਸਥਿਰ ਹੋਣ ਲਈ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟ ਉਡੀਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਪੜ੍ਹਤ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਲਕੋਹਲ ਸਵੈਬ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਘੋਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤ ਨਾ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰੋਬ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਜਾਂ ਪਾਸਿਆਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਨਾ ਦਿਓ ਕਿਉਂਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗਾ। ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਉਸ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਨਾ ਛੱਡੋ ਜੋ ਅਵਨ, ਮਾਈਕ੍ਰੋਵੇਵ ਜਾਂ ਸਟੋਵ ਦੁਆਰਾ ਪਕਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਰੀਕੈਲੀਬਰੇਸ਼ਨ

ਆਪਣੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰੀਕੈਲੀਬ੍ਰੇਟ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀਆਂ ਪੜ੍ਹਤਾਂ ਸਹੀ ਹਨ। ਰੀਕੈਲੀਬ੍ਰੇਟਿੰਗ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨੂੰ ਐਡਜਸਟ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਇਹ ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ ਪੜ੍ਹ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁੜ-ਕੈਲੀਬਰੇਟ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਤਾਪਮਾਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਬਦੀਲੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ
- ਇਸ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਡੇਗ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ

ਭਾਵੇਂ ਉਪਰੋਕਤ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾ ਵੀ ਵਾਪਰੀਆਂ ਹੋਣ, ਤੁਹਾਡੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨੂੰ ਨਿਯਮਤ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਰੀਕੈਲੀਬਰੇਟ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨੂੰ ਕੈਲੀਬਰੇਟ ਕਰਨ ਦਾ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤਾ ਤਰੀਕਾ ਆਈਸ ਪੁਆਇੰਟ ਵਿਧੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਰੀਕੈਲੀਬਰੇਟ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ

1. ਆਈਸ ਪੁਆਇੰਟ ਵਿਧੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ, ਕੁਚਲੀ ਹੋਈ ਬਰਫ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ 50/50 ਸਲੂਸ਼ ਨੂੰ ਮਿਲਾਓ। ਮਿਸ਼ਰਣ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਹਮੇਸ਼ਾਂ 0°C (32°F) ਹੋਵੇਗਾ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਸਹੀ ਪੜ੍ਹਤ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ।

2. ਮਿਸ਼ਰਣ ਵਿੱਚ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਪ੍ਰੋਬ ਸੈੱਟ ਕਰੋ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਇਹ ਸਾਈਡਾਂ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹ ਰਹੀ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਸੂਈ ਦੇ ਚੱਲਣਾ ਬੰਦ ਹੋਣ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਰਹੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ 0°C (32°F) ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਐਡਜਸਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

3. ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਵਿੱਚ ਕੈਲੀਬ੍ਰੇਸ਼ਨ ਨਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਘੁੰਮਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਰੈਂਚ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤਾਪਮਾਨ 0°C (32°F) ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤਾਪਮਾਨ ਸਹੀ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਬ ਨੂੰ ਬਰਫ ਦੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।

4. ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਸਿਲੰਡਰ ਜਾਂ ਪਲਾਇਅਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਬਿਲਕੁਲ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਐਡਜਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਰੀਕੈਲੀਬਰੇਟ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ

ਡਿਜੀਟਲ ਥਰਮਾਮੀਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰੀਕੈਲੀਬ੍ਰੇਟ ਕਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਤਰੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਡਾਇਲ ਟਾਈਪ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਲਈ ਉੱਪਰ ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਵਿਧੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਅਪਵਾਦ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਡਿਜੀਟਲ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਰੀਸੈੱਟ ਬਟਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੈਟਿੰਗ ਨੂੰ ਮੁੜ-ਕੈਲੀਬਰੇਟ ਕਰਨ ਲਈ ਧੱਕਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ 0°C (32°F) ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹਦਾ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਬੈਟਰੀ ਅਜ਼ਮਾਓ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਰਿਪੇਅਰ ਸਰਵਿਸ ਵਾਲੇ ਕੋਲੋਂ ਯੂਨਿਟ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ।

ਆਪਣੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਅਤੇ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਜੋ ਖਰੀਦ ਦੇ ਸਮੇਂ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਰੀਕੈਲੀਬ੍ਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਹਦਾਇਤਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਹ ਕੁਝ ਡਿਗਰੀ ਤੱਕ ਗਲਤ ਹੈ ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਰੀਕੈਲੀਬਰੇਟ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਾਪਮਾਨ ਪੜ੍ਹਤ ਨੂੰ ਹੱਥੀਂ ਐਡਜਸਟ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਆਈਸ ਪੁਆਇੰਟ ਵਿਧੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ -3°C (27°F) ਪੜ੍ਹਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰੀਡਿੰਗ ਵਿੱਚ 3°C (5°F) ਜੋੜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਸਨੂੰ 0°C (32°F) ਪੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ 'ਤੇ 4°C (40°F) ਦੀ ਫਰਿੱਜ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਰੀਡਿੰਗ ਅਸਲ ਵਿੱਚ 7°C (45°F) ਹੈ।

ਉਲਝਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ, ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨੂੰ ਮੁੜ-ਕੈਲੀਬਰੇਟ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਕੁਝ ਡਿਗਰੀ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਗਲਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਸ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਕੈਲੀਬਰੇਟ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੱਖਰੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਕ੍ਰਮ

ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ

ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਨਾ

ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਜਿਹੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਠੋਸ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਰਹਿਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਦੇ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਰਹਿਣ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ, ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਦੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ 'ਤੇ ਦਿਖ ਰਿਹਾ ਤਾਪਮਾਨ ਸਹੀ ਹੈ।

ਜੇ ਭੋਜਨ ਦਾ ਹਿਮਦ੍ਰਵਣ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ (thawed),
ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਪਕਾਏ ਬਿਨਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਨਾ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਅਤੇ ਫਰਿੱਜ ਬਿਹਤਰ ਚੱਲਣਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਗੇ:

- ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਬੰਦ ਰੱਖੋ।
- ਜਗਹ ਨੂੰ ਓਵਰਲੋਡ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਤਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਸ਼ੈਲਫਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਾਈਨਬੱਧ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ (ਕੋਈ ਗੱਤਾ, ਟਿਨ ਫੋਇਲ ਜਾਂ ਹੋਰ ਠੋਸ ਸਮੱਗਰੀ ਨਹੀਂ)।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀਆਂ ਸੀਲਾਂ ਸਖ਼ਤ ਹਨ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹਨ।

ਹਿਮਦ੍ਰਵਣ (thawing)

ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਹਿਮਦ੍ਰਵ (ਬਰਫ਼-ਮੁਕਤ ਤਾਪਮਾਨ ਉੱਤੇ ਲਿਆਉਣਾ) ਨਾ ਕਰੋ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਭੋਜਨ ਹਿਮਦ੍ਰਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਭੋਜਨ ਦਾ ਅੰਦਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਅਜੇ ਵੀ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਭੋਜਨ ਦਾ ਬਾਹਰੀ ਹਿੱਸਾ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ (ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ) 'ਤੇ ਰਹੇਗਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਮੌਜੂਦ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਗਿਣਤੀ ਵਧਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗਾ।

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਚਾਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹਿਮਦ੍ਰਵ ਕਰੋ।

ਇੱਕ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ 4°C (40°F) 'ਤੇ

ਇਹ ਵਿਧੀ ਧੀਮੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਵੱਡੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਰੋਸਟ, ਨੂੰ ਹਿਮਦ੍ਰਵਣ ਲਈ ਇੱਕ ਦਿਨ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਦਿਓ। ਇਹ ਲਗਭਗ 10 ਘੰਟੇ / ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਜਾਂ 5 ਘੰਟੇ / ਪੌਂਡ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਇਹ ਉਹ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਠੰਢੇ ਵਗਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ

ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਸਾਫ਼ ਸਿੰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭੋਜਨਾਂ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਸਤਹਾਂ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਛਿੱਟੇ ਨਾ ਪੈਣ ਦਿਓ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਹੋਵੇਗਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਊਂਟਰ। ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਠੰਢਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਨਿਰੰਤਰ ਵਗਦਾ ਰੱਖੋ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਭੋਜਨ ਹਿਮਦ੍ਰਵ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਬਰਫ਼-ਮੁਕਤ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ), ਸਿੰਕ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਟਾਓ ਅਤੇ ਸਿੰਕ ਅਤੇ ਹਿਮਦ੍ਰਵਣ (thawing) ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਬਰਤਨ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰੋ।

ਲਗਾਤਾਰ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ

ਇਹ ਵਿਧੀ ਭੋਜਨ ਦੇ ਛੋਟੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਮੁੰਦਰੀ ਭੋਜਨ, ਪੀਸਿਆ ਬੀਫ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨਾਂ ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਵੱਡੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ।

ਮਾਈਕ੍ਰੋਵੇਵ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਵਿਧੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੇਵਲ ਤਾਂ ਹੀ ਕਰੋ ਜੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਸਰੋਤ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿਧੀ ਨਾਲ ਹਿਮਦ੍ਰਵਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਉਤਪਾਦ ਨਿੱਘਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਧੀ ਵੱਡੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਰੈਫਰਿਜਰੇਸ਼ਨ

ਫਰਿੱਜ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ 4°C (40°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਫਰਿੱਜਾਂ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨਾਂ ਦੀ। ਸਾਰੇ ਫਰਿੱਜਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਜੋ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਸਹੀ ਹੋਵੇ। ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਫਰਿੱਜ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਗਰਮ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਅਤੇ ਸਿਖਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਾਪਮਾਨਾਂ ਦੀ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਉਹ 4°C (40°F) 'ਤੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ, ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਫਰਿੱਜ ਦੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ 'ਤੇ ਦਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਤਾਪਮਾਨ ਸਹੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਅਤੇ ਫਰਿੱਜ ਬਿਹਤਰ ਚੱਲਣਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਗੇ:

- ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਬੰਦ ਰੱਖੋ
- ਜਗਹ ਨੂੰ ਓਵਰਲੋਡ ਨਾ ਕਰੋ
- ਖੁੱਲੀ ਤਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਸ਼ੈਲਫਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਾਈਨਬੱਧ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ (ਕੋਈ ਗੱਤਾ, ਟਿਨ ਫੋਇਲ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਠੋਸ ਸਮੱਗਰੀ ਨਹੀਂ)
- ਆਪਣੇ ਫਰਿੱਜਾਂ ਵਿੱਚ ਲੱਕੜ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉੱਲੀ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੀ ਦੇਖੋਂਗੇ
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀਆਂ ਸੀਲਾਂ ਸਖ਼ਤ ਹਨ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹਨ

ਮਸਾਲਾ ਫਰਿੱਜ

ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੇ ਫਰਿੱਜ ਅਕਸਰ ਸੈਂਡਵਿਚ ਜਾਂ ਪੀਜ਼ਾ ਵਰਗੀਆਂ ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਜੋੜਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਮਸਾਲਾ ਫਰਿੱਜ ਦੇ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਤਿਆਰੀ ਕਾਊਂਟਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਠੰਢੇ ਕੱਟ, ਪਨੀਰ, ਟਮਾਟਰ, ਸਲਾਦ ਅਤੇ ਅਚਾਰ ਵਰਗੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਰੱਖਣ ਲਈ ਭੋਜਨ ਰਖਣੇ (food compartments) ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਇਕਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਰਖਣੇ ਵਿੱਚ ਉਚਿਤ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਬੰਦ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਨੇੜਿਓਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਰਖਣਿਆਂ ਨੂੰ ਰਾਤ ਭਰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਫਰਿੱਜ ਦੇ ਮੁੱਖ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਇਸ ਨੂੰ ਪਕਾਉਣ ਜਾਂ ਪਰੋਸਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਧੂ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਜੋਖ਼ਮ ਭਰਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੈਕਟੀਰੀਆ 20°-50°C (68°-122°F) ਰੇਂਜ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ 37°C (98°F) ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ। ਜਿੰਨਾ ਲੰਬਾ ਸਮਾਂ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਇਸ ਸੀਮਾ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਓਨਾ ਹੀ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵਧਣਗੇ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਪੈਦਾ ਕਰਨਗੇ ਜੋ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨਗੇ। ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਣਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ।

ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸੰਭਾਵਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਲੈਵਲ 'ਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਵਧਣ ਜਾਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਸਮਾਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਨਾ ਰਹਿਣ ਦਿਓ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਵਰਕ ਸਟੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ:

- ਛੋਟੇ ਬੈਚਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
- ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਠੰਢੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
- ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਬਰਫ 'ਤੇ ਪੈਕ ਕਰੋ

ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣਾ

ਭੋਜਨ ਮਿਸ਼ਰਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 74°C (165°F) ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਪਕਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨਾਲ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੋ।

ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਪਨੀਰ)
- ਮੀਟ
- ਪੋਲਟਰੀ
- ਮੱਛੀ
- ਅੰਡੇ

ਮੀਟ ਪਕਾਉਣਾ

ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਮੀਟਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਅੰਦਰੂਨੀ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਿਮਦ੍ਰਵਣ (thawing) ਵਾਲੇ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਤਹ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਜਦੋਂ ਸਟੀਕ ਵਰਗੇ ਮੀਟ ਦਾ ਠੋਸ ਟੁਕੜਾ ਪਕਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬਾਹਰੀ ਪਾਸਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਤਹ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਮਾਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਕੇਂਦਰੀ ਭਾਗ 74°C (165°F) ਤੱਕ ਨਾ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੋਵੇ।

ਜਦੋਂ ਮੀਟ ਨੂੰ ਪੀਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਤਹ 'ਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਮੀਟ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਮਾਰੇ ਗਏ ਹਨ, ਮੀਟ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੁਰ ਤੱਕ ਪਕਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਤਾਪਮਾਨ ਮੀਟਾਂ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪਕਾਉਣ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਬਚਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਕੱਚਾ ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣਾ	ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਲੋੜ[1]
ਸੂਰ ਦਾ ਮਾਸ	71°C (160°F)
ਪੋਲਟਰੀ (ਸਾਬਤ)	ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 82°C (180°F)
ਪੋਲਟਰੀ (ਟੁਕੜੇ ਜਾਂ ਪੀਸਿਆ)	ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 74°C (165°F)
ਪੀਸਿਆ ਮੀਟ (ਪੋਲਟਰੀ ਵਾਲੇ ਮੀਟ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ)	ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 71°C (160°F)
ਮੱਛੀ	ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 70°C (158°F)

[1] ਫੂਡ ਰਿਟੇਲ ਅਤੇ ਫੂਡ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕੋਡ, 2016

ਭੋਜਨ ਮਿਸ਼ਰਣ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪੋਲਟਰੀ, ਆਂਡੇ, ਮੀਟ, ਮੱਛੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ	ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 74°C (165°F)

ਗਰਮ ਅਤੇ ਠੰਢਾ ਰੱਖਣਾ

ਭੋਜਨ ਰੱਖਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦੇ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਸਨੂੰ ਪਰੋਸਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਇਸਨੂੰ ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ। ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਗਰਮ, ਠੰਢਾ ਜਾਂ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਸ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਦੀ ਕਿਸਮ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਰੱਖਣ ਦੀ ਹਰੇਕ ਕਿਸਮ ਲਈ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਹਨ; ਅਸੀਂ ਅੱਗੇ ਇਹਨਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰਾਂਗੇ।

ਗਰਮ ਰੱਖਣਾ

ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗਰਮ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ "ਗਰਮ ਰੱਖਣਾ" (hot holding) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ:

- ਇੱਕ ਬਫ਼ੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਭੋਜਨ
- ਇੱਕ ਹੌਟ ਡੌਗ ਕਾਰਟ ਵਿੱਚ ਗਰਮ ਰੱਖੇ ਗਏ ਹੌਟ ਡੌਗਜ਼
- ਗਰਮ ਟ੍ਰੇਅ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਫਾਸਟ ਫੂਡ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਸਨੂੰ ਪਰੋਸਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ

ਵਰਤਾਏ ਜਾਣ ਜਾਂ ਡਿਸਪਲੇ ਲਈ ਗਰਮ ਰੱਖੇ ਜਾ ਰਹੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਰ ਸਮੇਂ 60°C (140°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਰੱਖਣ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਾਪਮਾਨਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਹ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਹੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਪਕਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਠੰਢਾ ਰੱਖਣਾ

ਵਰਤਾਉਣ ਜਾਂ ਡਿਸਪਲੇ ਲਈ ਠੰਢੇ ਰੱਖੇ ਜਾ ਰਹੇ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਸਮੇਂ 4°C (40°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਹੀ ਤਾਪਮਾਨ ਹੈ ਜਿਸ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਇਹ ਭੋਜਨ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਹੋਣਗੇ। ਰੱਖਣ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਾਪਮਾਨਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਨੂੰ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਨਾ ਭਰੋ। ਸਾਰੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਲਈ ਧਾਤ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਧਾਤ ਪਲਾਸਟਿਕ ਨਾਲੋਂ ਠੰਢ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਵਧੀਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਠੰਢੇ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਫਰਿੱਜ ਯੂਨਿਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਬਰਫ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇੱਕ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਹ ਰਾਤ ਭਰ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ

ਜੇ ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਟੋਰੇਜ ਜਾਂ ਵਰਤਾਉਣ ਲਈ ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਭੋਜਨ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘੇਗਾ। ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਬਰਫ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ 60°C/140°F ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਠੰਢਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਓਨਾ ਹੀ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਇਹ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਬਿਤਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਾਧੇ ਦਾ ਖਤਰਾ ਓਨਾ ਹੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ
ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਾਰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ।

ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲੱਗਣ ਵਾਲਾ ਸਮਾਂ ਇਹ ਹੈ:

- ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਭੋਜਨ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 60°C (140°F) ਤੋਂ 20°C (68°F) ਤੱਕ ਡਿੱਗ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਅਗਲੇ ਚਾਰ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਭੋਜਨ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 20°C (68°F) ਤੋਂ 4°C (40°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਭੋਜਨਾਂ ਵਾਂਗ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਕਾਫ਼ੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਠੰਢਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਠੰਢੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ 4°C (40°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਘੱਟ ਡੂੰਘੇ ਪੈਨ

ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਗਰਮ, ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਡੂੰਘੇ ਪੈਨਾਂ (2-3 ਇੰਚ / 5-7 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਡੂੰਘੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ) ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨਾ।

ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪੈਨਾਂ ਨੂੰ ਅੰਸ਼ਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਢੱਕ ਦਿਓ, ਪਰ ਗਰਮੀ ਨੂੰ ਨਿਕਲਣ ਦਿਓ। ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਹੇਠਾਂ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਪੈਨਾਂ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਠੰਢਾ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਖਰਲੀਆਂ ਸ਼ੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰੋ। ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣ ਨਾਲ ਵੀ ਠੰਢਾ ਹੋਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਕਾਫ਼ੀ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੰਢਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁੱਕਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕੱਸਕੇ ਢਕ ਦਿਓ। ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਨੂੰ ਲੇਬਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤਾਰੀਖ ਪਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕੇ ਕਿ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਰੱਖਣਾ ਹੈ।

ਵੱਡੇ ਕੰਟੇਨਰ

ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਰਹੇਗਾ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਵਾਧੂ ਦੇਖਭਾਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਤੁਸੀਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਠੰਢਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਵੱਡੇ ਕੰਟੇਨਰ ਨੂੰ ਬਰਫ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ (ਬਰਫ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਨਹਾਉਣਾ)
- ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਹਿਲਾਉਣਾ
- ਇੱਕ ਬਰਫ ਦੀ ਛੜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
- ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਰਫ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ
- ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀਆਂ-ਥੋੜ੍ਹੀਆਂ ਮਾਤਰਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਣਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਿਆਂ, ਠੰਢੇ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਕਾਫ਼ੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਠੰਢਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ

ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਚਾਰ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ 20°C (68°F) ਤੋਂ 4°C (40°F) ਜਾਂ ਇਸ 1ਤੋਂ ਘੱਟ ਠੰਢਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪਕਾਉਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਉਸ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਵੀ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਪਕਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਲਾਦ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਕਿ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਕਾਫ਼ੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਠੰਢਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਮੁੜ ਗਰਮ ਕਰਨਾ

ਜਦੋਂ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਸ ਤਾਪਮਾਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਭੋਜਨ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘੇਗਾ, ਇਸ ਲਈ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਦੁਬਾਰਾ ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਵ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਸੂਪ, ਸਟੂ (stews) ਜਾਂ ਗ੍ਰੇਵੀਆਂ ਵਰਗੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਉਬਾਲ ਦਰਜੇ ਤੱਕ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਮੁੜ ਗਰਮ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਮੁੜ ਗਰਮ ਕਰ ਸਕੋ। ਮੁੜ-ਗਰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।
- ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਗਰਮ-ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਯੂਨਿਟ ਵਿੱਚ ਦੁਬਾਰਾ ਗਰਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੋਲਡਿੰਗ ਅਵਨ, ਭਾਫ ਟੇਬਲ ਜਾਂ ਸੂਪ ਕਲਸ਼, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਜਾਂ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਗਰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।
- ਬਚੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਦੋ ਵਾਰ ਖਤਰੇ ਦੇ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦੀਆਂ

ਹਨ। ਦੁਬਾਰਾ ਗਰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਚੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ (ਭਾਵ, ਬਚੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ)।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

1. ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਮੁੜ-ਕੈਲੀਬਰੇਟ ਕਰਨਾ ਹੈ
2. ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ
3. ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਹਿਮਦ੍ਰਵ ਕਰਨ (thawing) ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ
4. ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਅਤੇ ਫਰਿੱਜ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ
5. ਕਿਹੜੇ ਪੜਾਅ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਦੇ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ: ਤਿਆਰੀ, ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣਾ, ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਗਰਮ ਕਰਨਾ
6. ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਕੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ ਹੈ
7. ਮੀਟ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਾਪਮਾਨ
8. ਗਰਮ, ਠੰਢੇ ਅਤੇ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ

Notes

ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਤਿਆਰੀ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਜੋ ਭੋਜਨ ਤੁਸੀਂ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਪਰੋਸ ਰਹੇ ਹੋ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਰੋਤ ਤੋਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਭੇਜਣਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ

ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸਾਰਾ ਭੋਜਨ ਕਿਸੇ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਰੋਤ ਤੋਂ ਆਵੇ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ।

ਡਿਲੀਵਰੀ ਟਰੱਕਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਉਹ ਸਾਫ਼ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ।

ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਉਹ ਖਰਾਬ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨੇ ਹੋਏ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਲਈ ਦੇਖੋ:

- ਸ਼ਿਪਿੰਗ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ
- ਕੈਨਾਂ 'ਤੇ ਚਿੱਬ ਜਾਂ ਜੰਗਾਲ
- ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਦਾ ਚਿੱਬੀ ਹੋਣਾ, ਲੀਕ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਦਾਗ ਲੱਗਣਾ
- ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਕਿ ਉਤਪਾਦ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕੀੜਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਚਬਾਉਣ ਤੋਂ ਬਣੇ ਸੁਰਾਖ ਜਾਂ ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਖੰਭ)
- ਸਹੀ ਲੇਬਲ ਲੱਗਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਲੇਬਲਾਂ ਦਾ ਬਰਕਰਾਰ ਰਹਿਣਾ - ਇਹ ਉਸ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਬਦਲੇ ਹੋਏ, ਟੁੱਟੇ ਜਾਂ ਹਟਾਏ ਨਹੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਹ ਜੁੜਿਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੀ 'ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਰਤੋਂ' ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਜੇ ਤਾਰੀਖ ਲੰਘ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਾ ਕਰੋ।

ਤਾਪਮਾਨ

ਉਹ ਭੋਜਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਵਾਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਭੇਜਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਰੈਫਰਿਜਰੇਟਿਡ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ 4°C (40°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਭੇਜਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਠੋਸ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਹਿਮਦ੍ਰਵ ਹੋਣ ਦੇ ਕੋਈ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ।

ਉਹ ਉਤਪਾਦ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ ਜਾਂ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਸਲ ਤਾਪਮਾਨਾਂ ਲਈ ਦੁੱਗਣੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਡਿਲੀਵਰੀ ਟਰੱਕ ਵਿਚਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ (ਸਾਰੇ ਡਿਲੀਵਰੀ ਟਰੱਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫਰਿੱਜ ਯੂਨਿਟਾਂ ਵਿੱਚ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ)। ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਉਤਪਾਦ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਕੇਸ ਖੋਲ੍ਹੋ ਅਤੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸੈਂਸਿੰਗ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਦੋ ਪੈਕੇਜਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਪਾਓ, ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ ਕਿ ਕਿਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੁਰਾਖ ਨਾ ਕਰ ਦੇਵੋਂ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿਓ ਜੋ ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਹਨ।

ਹਿਮਦ੍ਰਵ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਮੁੜ-ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਨਾ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨਾਂ ਲਈ ਵੱਡੇ ਖਤਰੇ ਹਨ।

ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਉਹ ਹਿਮਦ੍ਰਵ ਨਹੀਂ ਹੋਏ ਅਤੇ ਮੁੜ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਬਰਫ ਦੇ ਵੱਡੇ ਰਵਿਆਂ, ਬਰਫ ਦੇ ਠੋਸ ਖੇਤਰਾਂ, ਬਦਰੰਗੇ ਜਾਂ ਸੁੱਕੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰੋ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰੋ ਜੋ ਹਿਮਦ੍ਰਵ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਮੁੜ-ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕੋਈ ਉਤਪਾਦ ਹਿਮਦ੍ਰਵ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ, ਇਸਦੀ ਤਾਰੀਖ ਪਾਓ ਅਤੇ ਹਿਮਦ੍ਰਵਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ - ਜਾਂ ਇਸਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰੋ।

ਪਾਣੀ

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਘਰੇਲੂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਤੋਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਮੀਟ, ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਭੋਜਨ

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਸਰਕਾਰੀ ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤੇ ਮੀਟ, ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਮੱਛੀ/ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼ ਦੀ ਆਗਿਆ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਦੇ ਰੈਪਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਡੱਬੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਅਤੇ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭੋਜਨ ਕਿੱਥੇ ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੀਟ ਅਤੇ ਪੋਲਟਰੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਹ ਬਦਰੰਗੇ ਹਨ, ਅਜੀਬ ਗੰਧ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਭੋਜਨ ਪਤਲਾ, ਚਿਪਚਿਪਾ ਜਾਂ ਸੁੱਕਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮੱਛੀ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼ ਨੂੰ ਜਾਂ ਤਾਂ ਠੋਸ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਜਾਂ 4°C (40°F) 'ਤੇ ਜੀਵਤ ਡੀਲਿਵਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਖੁਦ ਮੱਛੀ ਦੀ ਵੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਮੱਛੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰੋ ਜੇ:

- ਤੇਜ਼ 'ਮੱਛੀ ਨੁਮਾ' ਜਾਂ ਅਮੋਨੀਆ ਦੀ ਗੰਧ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।
- ਅੱਖਾਂ ਧਸੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਬੱਦਲਨੁਮਾ ਹਨ।
- ਮਾਸ ਨਰਮ ਹੈ ਅਤੇ ਧਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਭਾਵ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਉਂਗਲ ਨਾਲ ਮਾਸ ਵਿੱਚ ਚੋਭ ਲਾਉਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਫਿੰਗਰਪ੍ਰਿੰਟ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ)।
- ਸ਼ਿਪਿੰਗ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 4°C (40°F) ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਹੈ।

ਜੇ ਘੋਗੇ, ਮੁਸਲ ਜਾਂ ਸਿੱਪੀਆਂ ਦੇ ਖੋਲ ਅੰਸ਼ਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਟੈਪ ਕੀਤੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮਰ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰੋ। ਜੇ ਕੇਕੜਾ ਅਤੇ ਝੀਂਗਾ ਨਰਮ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੰਧ ਤੇਜ਼ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿਓ।

ਅੰਡੇ

ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ) ਵਿੱਚ ਤਿਆਰ ਜਾਂ ਵੇਚੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਮੁਰਗੀ ਦੇ ਅੰਡੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਅੰਡਾ ਸਟੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼੍ਰੇਣੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਖਪਤਕਾਰ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਉਤਪਾਦਕ ਤੋਂ, ਆਪਣੀ ਖਪਤ ਲਈ, ਨਾ ਕਿ ਦੁਬਾਰਾ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਅਣਗ੍ਰੇਡ ਅੰਡੇ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਂਡੇ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਤਰੇੜਾਂ, ਖੰਭਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਮਲ ਵਾਸਤੇ ਦੇਖੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਵੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਂਡੇ ਗਰੇਡ ਸੀ ਹਨ ਅਤੇ *ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ* ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਫਟੇ ਹੋਏ ਆਂਡੇ ਅਤੇ ਗਰੇਡ ਸੀ ਦੇ ਅੰਡੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਤਰਲ ਆਂਡਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਾਸਚੀਕਿਰਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਨੂੰ ਤੋੜਿਆ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਆਂਡੇ ਅਤੇ ਆਂਡੇ ਦੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ 1-4°C (40°F) 'ਤੇ ਡਿਲੀਵਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ ਜੇ ਉਹ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅੰਡੇ ਸਿੱਧੇ ਅੰਡਾ ਗ੍ਰੇਡਿੰਗ ਸਟੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਆ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ 13°C (55°F) 'ਤੇ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਆਂਡੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੂਲ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰੋ।

ਗ਼ੈਰ-ਮੁਰਗੀ ਆਂਡੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੱਤਖ ਅਤੇ ਬਟੇਰ, ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਟੁੱਟੇ ਹੋਏ ਨਹੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ। ਇਹਨਾਂ ਆਂਡਿਆਂ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਜਾਂ ਸਟੋਰੇਜ 4°C ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ

ਸਿਰਫ਼ ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਦੁੱਧ ਖਰੀਦੋ। ਸਾਰੇ ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਈਸਕਰੀਮ, ਪਨੀਰ, ਖੱਟੀ ਕਰੀਮ ਅਤੇ ਦਹੀਂ ਸਿਰਫ ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਦੁੱਧ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਪਲਾਂਟ ਵਿੱਚ ਅਣ-ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਬਣੇ ਪਨੀਰ, ਅਤੇ ਗਾਵਾਂ ਜਾਂ ਬੱਕਰੀਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਬਣੇ ਪਨੀਰ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਬਸ਼ਰਤੇ ਪਨੀਰ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਜੋ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰੋਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਸਨੂੰ ਖਾਣ ਲਈ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾ ਦੇਵੇਗਾ। ਆਈਸਕ੍ਰੀਮ ਨੂੰ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹੋਰ ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ 2°-4°C (36°-40°F) ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦਾ ਖੱਟਾ ਜਾਂ ਉੱਲੀ ਵਰਗਾ ਸਵਾਦ ਜਾਂ ਅਜੀਬ ਰੰਗ ਜਾਂ ਬਣਤਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ 'ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਰਤੋਂ' ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਹਨਾਂ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ 4°C (40°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਡਿਲੀਵਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ

ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤਾਪਮਾਨ ਵਧੇਰੇ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿਓ।

MAP ਭੋਜਨ

ਸੋਧੀ ਹੋਈ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਪੈਕੇਜਿੰਗ (Modified Atmosphere Packaging - MAP) ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਆਕਸੀਜਨ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਗੈਸਾਂ ਨਾਲ ਬਦਲਦੀ ਹੈ। MAP ਵਿੱਚ ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਜ਼ਰਵੇਟਿਵ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। MAP ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਕੁਝ ਭੋਜਨ ਇਹ ਹਨ:

- ਰੈਫਰਿਜਰੇਟਿਡ ਭੋਜਨ
- ਤਾਜ਼ਾ ਪਾਸਤਾ
- ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਸਲਾਦ
- ਸੂਪ
- ਸੌਸਾਂ (sauces)
- ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਮੀਟ ਅਤੇ ਪੋਲਟਰੀ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੁਰਾਖਾਂ ਜਾਂ ਪਾਟਣ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ, ਬੁਲਬੁਲਿਆਂ, ਸਲਾਈਮ ਜਾਂ ਬਦਰੰਗੀ ਸਮੱਗਰੀ ਲਈ ਪੈਕੇਜਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿਓ। MAP ਭੋਜਨ ਦੇ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਘਟਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਗਲਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ।

ਪੈਕੇਜ 'ਤੇ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਦੀ ਮਿਤੀ ਜਾਂ 'ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਰਤੋਂ' ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਭੋਜਨ, ਨਿਰਮਾਤਾ ਜਾਂ ਸਪਲਾਇਰ ਦੁਆਰਾ ਪੈਕੇਜ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕੀਤੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਡੱਬਾਬੰਦ ਭੋਜਨ

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਘਰੇ-ਡੱਬਾਬੰਦ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਬੋਟੂਲਿਜ਼ਮ ਦਾ ਜੋਖਮ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ। ਵਪਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨਿਯੰਤਰਣ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨਾਂ 'ਤੇ ਗਰਮ ਕਰਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਨਿਯਮਤ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਤਸਦੀਕ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕਦੇ ਵੀ ਡੱਬੇ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਸੁਆਦ ਨਾ ਚਖੋ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਜਿਹੇ ਸਵਾਦ ਤੋਂ ਵੀ ਬੋਟੂਲਿਜ਼ਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਧਾਤੂ ਦੇ ਕੈਨਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਾ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਾਸੇ ਜਾਂ ਸਿਰੇ ਫੁੱਲੇ ਹੋਏ ਹੋਣ, ਸੀਣਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਮੀਆਂ ਹੋਣ, ਜੰਗਾਲ, ਚਿੱਬ, ਲੀਕ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਬਦਬੂ ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਹੋਵੇ। ਬਿਨਾਂ ਲੇਬਲ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੈਨ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿਓ। ਧਾਤ ਦੇ ਡੱਬੇ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਇਸ ਨੂੰ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਪਕਾਉਣ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਤਾਜ਼ਾ ਉਤਪਾਦ

ਤਾਜ਼ੇ ਫਲਾਂ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਮੁਰਝਾਉਣ, ਉੱਲੀ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਕੀਟਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਹਮਲੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਕੇਤ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖੋ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖੀ ਉਪਜ ਨੂੰ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨਾਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੱਚੇ ਮੀਟ, ਪੋਲਟਰੀ ਜਾਂ ਸਮੁੰਦਰੀ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸੁੱਕੇ ਮਾਲ

ਸੁੱਕੇ ਮਾਲ ਅਜਿਹੇ ਭੋਜਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਅਨਾਜ
- ਅਨਾਜ
- ਗਿਰੀਆਂ
- ਚੌਲ
- ਕਰੈਕਰ
- ਪ੍ਰੇਟਜ਼ੇਲਸ
- ਚੀਨੀ (ਸ਼ੂਗਰ)
- ਆਟਾ

ਉਹ ਸੁੱਕੇ, ਅਟੁੱਟ ਪੈਕੇਜਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਨਮੀ ਜਾਂ ਉੱਲੀ ਖਰਾਬ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਾਧੇ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸੁਰਾਖਾਂ ਜਾਂ ਪਾਟੇ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਪੈਕੇਜਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਜੋ ਲਾਗ ਦਾ ਸਬੂਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਇਹ ਉਤਪਾਦ 'ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਰਤੋਂ' ਜਾਂ ਮਿਆਦ ਸਮਾਪਤ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹਨ।

ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰੇ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਥੋਕ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਧਾਤ ਜਾਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਭੋਜਨ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸੰਭਾਵਿਤ ਭੌਤਿਕ ਦੂਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰੋ।
ਪੈਕੇਜਾਂ ਤੋਂ ਸਟੈਪਲਜ਼, ਮੇਖਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਫਾਸਟਨਰ ਹਟਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਭੌਤਿਕ ਦੂਸ਼ਕ ਨਾ ਬਣ ਜਾਣ।

ਆਪਣੇ ਇਨਵੌਇਸਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।
ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਨਵੌਇਸਾਂ ਦੇ ਮੱਦੇ-ਨਜ਼ਰ ਕੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਸਭ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਉਹੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਰਡਰ ਕੀਤੀਆਂ ਸੀ।

ਆਪਣੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨਿਯੰਤਰਣ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।
ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖੀਆਂ ਅਤੇ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕੋਲਡ ਸਟੋਰੇਜ ਵਿੱਚ ਲਿਆਓ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡੌਕ 'ਤੇ ਜਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਨਾ ਛੱਡੋ।

ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨੂੰ ਰੋਕੋ।
ਸਾਰੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਟੋਰੇਜ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਰਿਕਾਰਡ ਅਤੇ ਰਸੀਦਾਂ ਰੱਖੋ:
ਖਰੀਦ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਰੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੱਕ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤੇ ਸਰੋਤ:
ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹ ਭੋਜਨ ਜੋ ਕੈਨੇਡਾ ਜਾਂ ਓਨਟਾਰੀਓ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰੀਖਣ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੈ (ਭਾਵ, ਮੀਟ, ਡੇਅਰੀ, ਮੁਰਗੀ ਦੇ ਆਂਡੇ) ਕਿਸੇ ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤੇ ਸਰੋਤ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਸ਼ਿਪਮੈਂਟ (shipment) ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ

ਚੀਜ਼ਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਵੀ ਕੋਈ ਸ਼ਿਪਮੈਂਟ ਤੁਹਾਡੀ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਮਿਆਰ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸ਼ਿਪਮੈਂਟ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜਾਂ ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਅਸਵੀਕਿਰਤੀ ਨੂੰ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲੌਗ ਵਿੱਚ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰੋ। ਲੌਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤਾਰੀਖ, ਸ਼ੰਮਿਲਤ ਭੋਜਨ, ਪੈਕੇਜ ਪਛਾਣ (ਜੇ ਕੋਈ ਹੈ), ਉਹ ਮਾਪਦੰਡ ਜੋ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਗਏ, ਅਤੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅਨੁਕੂਲਨ ਦੀ ਕਿਸਮ

ਸਟੋਰੇਜ

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਟੋਰੇਜ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੋੜਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅੰਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਗਾਈਡ ਮਿਲੇਗੀ ਜੋ ਫਰਿੱਜ, ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਅਤੇ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨਾਂ ਲਈ ਸਟੋਰੇਜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਸ਼ੈਲਫ ਲਾਈਫ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਉਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰੋ ਜੋ ਸਿਰਫ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਾਰੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਸਟੋਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਫਰਸ਼ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਿਤ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਅਤੇ ਕੀੜਿਆਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਆਮ ਨਿਯਮ ਹੈ ਫਰਸ਼ ਤੋਂ 6 ਇੰਚ ਦੀ ਦੂਰੀ। ਜੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਅਕਸਰ, ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਛੋਟੀਆਂ ਡਿਲੀਵਰੀਆਂ, ਜਾਂ ਮੀਨੂ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਿੱਚ ਕਮੀ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।

ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਵਾਸ਼ਰੂਮ
- ਸਟਾਫ ਡਰੈਸਿੰਗ ਰੂਮ
- ਗਲਿਆਰੇ
- ਭੱਠੀ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ

ਪੋਚੇ, ਬਾਲਟੀਆਂ, ਝਾੜੂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸਟੋਰੇਜ ਖੇਤਰਾਂ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਟੋਰੇਜ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼

ਕੁਝ ਆਮ ਨਿਯਮ ਹਨ ਜੋ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

- ਤੁਹਾਡੇ ਸਟੋਰੇਜ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਫਰਸ਼ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ (ਛੇ ਇੰਚ) ਦੂਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਦਾ ਨਿਯੰਤਰਣ ਆਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਰਸਾਇਣਾਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਇਕੱਠੇ ਸਟੋਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਮੂਲ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ - ਇਹਨਾਂ 'ਤੇ ਮਿਲਾਉਣ (mixing) ਲਈ ਉਚਿਤ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ, ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ ਅਤੇ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਲੇਬਲ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹੋਣ - ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸਟੋਰ ਕਰੋ।
- ਸਾਰੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਫੂਡ ਗ੍ਰੇਡ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਚੰਗੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਹੋਣ। ਵਪਾਰਕ ਭੋਜਨ ਗ੍ਰੇਡ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਨੂੰ ਟਿਕਾਊ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਸਤੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚਲਣਗੇ ਜੋ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਟੁੱਟ-ਭੱਜ ਸਹਿਣ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਕੁਝ ਭੋਜਨਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਖੁੰਭਾਂ) ਲਈ ਮੂਲ ਕੰਟੇਨਰ ਵਜੋਂ ਗੱਤੇ ਦੀ ਆਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ।
- ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਭੀੜ-ਭੜੱਕਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਕੋਲਡ ਸਟੋਰੇਜ (ਫਰਿੱਜ ਅਤੇ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ) ਅਤੇ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਵਾਲੇ ਸਟੋਰੇਜ ਖੇਤਰਾਂ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਨਮੀ ਨੂੰ ਘੱਟ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਦੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਅਤੇ ਉੱਲੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਸਟਾਕ ਰੋਟੇਸ਼ਨ

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਾਂ, ਜਾਂ ਸਟਾਕ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੱਖਦੇ ਹੋ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ਾ ਰੱਖੇ।

- ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ, ਰੈਫਰਿਜਰੇਸ਼ਨ ਯੂਨਿਟ ਜਾਂ ਸੁੱਕੇ ਸਟੋਰੇਜ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਫਸਟ ਇਨ, ਫਸਟ ਆਊਟ (FIFO) ਨਿਯਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਤਰਤੀਬਬੱਧ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਸਮਾਪਤ ਹੋਣ ਜਾਂ 'ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਰਤੋਂ' ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸ਼੍ਰੇਣੀਬੱਧ ਕਰੋ। ਇਹਨਾਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ 'ਤੇ ਤਾਰੀਖ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਪੁਰਾਣੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਪੁਰਾਣੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ - ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਪਹਿਲਾ ਉਤਪਾਦ (ਪਹਿਲਾਂ ਅੰਦਰ ਆਇਆ) ਉਹ ਪਹਿਲਾ ਉਤਪਾਦ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਦੇ ਹੋ (ਪਹਿਲਾਂ ਬਾਹਰ ਜਾਵੇਗਾ)।
- ਰੈਫਰਿਜਰੇਟਿਡ, ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਸੁੱਕੇ ਮਾਲ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਸਟੋਰੇਜ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਅੰਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ ਗਾਈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨਾਂ 'ਤੇ ਤਾਰੀਖ ਲਿਖੀ ਹੋਈ ਹੋਵੇ।
- ਜਿੰਨਾ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਰਡਰ ਨਾ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਟਾਕ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਭੋਜਨ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਦੇਵੋਂਗੇ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਸੁੱਟਣ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ 'ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਰਤੋਂ' ਮਿਆਦ ਖਤਮ ਹੋਣ ਦੀ ਮਿਤੀ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕਰ ਗਏ ਹਨ।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

1 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨਾਂ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ਼ਿਪਿੰਗ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ ਲੋੜਾਂ

2 ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨਾਂ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਅਤੇ ਹਾਲਤ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਕਿ ਉਹ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਿਆਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਭੇਜੇ ਗਏ ਹਨ

3 ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸ਼ਿਪਮੈਂਟ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ

4 ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ 'ਫਸਟ ਇਨ, ਫਸਟ ਆਊਟ' ਨਿਯਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਕਿ ਭੋਜਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਹੀ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

Notes

ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਸੁਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਫੈਲਣਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹ ਸੁਖਮ ਜੀਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੁਖਮ ਜੀਵ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਕੁਝ ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਖਮ ਜੀਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੱਚੇ ਪੋਲਟਰੀ ਵਿੱਚ *ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ*। ਜੇ *ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ* ਨੂੰ ਕੱਚੇ ਪੋਲਟਰੀ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੇ ਹੋਰ ਸਰੋਤ ਵੀ ਹਨ। ਵਾਇਰਸ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ, ਕਿਸੇ ਸੰਕਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੇ ਹੋਰ ਸਰੋਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾੜੀ ਸਫ਼ਾਈ, ਮਾੜੀ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ ਜਾਂ ਪਲੇਟਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਕੁਝ ਸਧਾਰਣ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਵਜੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਭੋਜਨ ਦੂਸ਼ਿਤ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ

ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਤਿੰਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

1. **ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਤੱਕ**
   ਕੱਚਾ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਜੂਸ, ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

2. **ਭੋਜਨ ਲਈ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ**
   ਉਸੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੱਚੇ ਅਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ।

3. **ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਤੱਕ**
   ਉਹ ਹੱਥ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੱਚੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਛੂਹਿਆ ਹੈ, ਫਿਰ ਵਿਚਕਾਰ ਧੋਏ ਬਿਨਾਂ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੇ ਹਨ।

ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ

ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਤੋਂ ਬਚਦਾ ਹੈ।

ਕੱਚਾ ਮੀਟ, ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹੇਠਲੀਆਂ ਸ਼ੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ। ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਅਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਉੱਪਰਲੀਆਂ ਸ਼ੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕੱਚੇ ਫਲ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਉਹ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਰੇਕ ਭੋਜਨ ਸਮੂਹ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ ਦੇ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰੋ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਰੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਢੱਕ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਹੋਰ ਭੋਜਨਾਂ ਤੋਂ ਟਪਕੇ ਰਸ ਜਾਂ ਜੂਸਾਂ ਕਰਕੇ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕੇ, ਅਤੇ ਧੂੜ ਜਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਭੋਜਨ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਗਏ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ।

ਕੀ ਗਲਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਗਲਤ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਕੀ ਗਲਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਹ ਹਨ:

- ਸਲਾਦ-ਪੱਤੇ (lettuce) ਨੂੰ ਕੱਚੇ ਚਿਕਨ ਦੇ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਲਾਦ-ਪੱਤੇ ਨੂੰ ਪਰੋਸਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਕਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾਵੇਗਾ, ਅਤੇ ਚਿਕਨ ਤੋਂ *ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ* ਜਾਂ ਹੋਰ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚਿਕਨ ਅਤੇ ਸਲਾਦ ਦੋਵੇਂ ਅਣਢਕੇ ਹੋਏ ਹਨ।
- ਕੱਚੇ ਚਿਕਨ ਨੂੰ ਢਿੱਲੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਢੱਕੇ ਹੋਏ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨਾਂ ਦੇ ਉੱਪਰ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਚਿਕਨ ਦੇ ਜੂਸ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਟਪਕ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਫਰਿੱਜ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਪਾਸੇ ਰੱਖਿਆ ਸੂਪ ਅਣਢਕਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਉੱਪਰ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਭੌਤਿਕ ਜਾਂ ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਡਿਸਪਲੇ

ਪੁਰਾਣੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਨਵੇਂ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਪੁਰਾਣਾ ਭੋਜਨ ਨਵੇਂ ਭੋਜਨ ਨਾਲੋਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਪੁਰਾਣੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਨਾ ਮਿਲਾਉਣ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਲੱਗ ਰੱਖਣਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪੁਰਾਣੇ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਸਨ।

> ਡਿਸਪਲੇ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਬਦਲਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਨਵੇਂ ਬਰਤਨਾਂ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਭੋਜਨ ਪੈਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਦਾ ਪੈਨ ਬਦਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੈਨ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਵਰਤੇ ਗਏ ਸਾਰੇ ਬਰਤਨ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਲਈ ਭੇਜੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤੇ ਬਰਤਨ ਬਾਹਰ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। "ਛਿੱਕ ਗਾਰਡ", ਜੋ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਆ ਢਾਲ ਹਨ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਪਰੋਸਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਬਰਤਨ ਦੇ ਹੈਂਡਲ ਕਦੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਆਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ।

ਭੋਜਨ ਵਰਤਾਉਣਾ

ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਉਦੋਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਵਰਤਾਏ ਜਾਣ ਦੌਰਾਨ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

- ਭੋਜਨ ਦੇਣ ਲਈ ਸਿੰਗਲ-ਯੂਜ਼ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ, ਮੋਮ ਪੇਪਰ ਜਾਂ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਦਸਤਾਨੇ ਵਰਤੋ।
- ਕਟਲਰੀ (ਕਾਂਟੇ, ਚਾਕੂ ਅਤੇ ਚਮਚ) ਨੂੰ ਢੱਕ ਦਿਓ ਅਤੇ ਜੇ ਗਲਾਸ ਬਾਹਰ ਹਨ ਪਰ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ ਗਲਾਸ ਉਲਟੇ ਰੱਖੋ।
- ਸਰਵ ਕਰਨ ਲਈ ਟ੍ਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਪਲੇਟਾਂ ਜਾਂ ਬਰਤਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹੋ ਜੋ ਮੂੰਹਾਂ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ - ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਲਾਸਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਭਾਗ, ਸਟ੍ਰਾਅ ਜਾਂ ਕਟਲਰੀ ਦੇ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ।
- ਕਿਸੇ ਪਲੇਟ ਨੂੰ ਫੜਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਪਲੇਟ ਦੇ ਉੱਪਰ ਨਾ ਰੱਖੋ। ਪਲੇਟਾਂ ਹੇਠਾਂ ਤੋਂ ਪਕੜੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅੰਗੂਠੇ ਨੂੰ ਰਿਮ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।

ਰੱਦ ਕਰਨਾ

ਕੋਈ ਵੀ ਭੋਜਨ ਜੋ ਪਰੋਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਪਰ ਨਹੀਂ ਖਾਧਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਸੁੱਟ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਸਿਵਾਏ ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਜਾਂ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿੱਚ ਪਰੋਸਿਆ ਗਿਆ ਸੀ ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਜਾਂ ਕੰਟੇਨਰ ਨਾਲ ਸਮਝੌਤਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਦੂਸ਼ਿਤ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

> ਭਾਵੇਂ ਭੋਜਨ ਇੰਝ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਇਸ ਨੂੰ ਛੂਹਿਆ ਨਹੀਂ ਗਿਆ ਹੈ,
> ਤੁਸੀਂ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ।
> ਇਹ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਿੰਗਲ ਸਰਵਿਸ ਆਈਟਮਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਪਲੇਟਾਂ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਕਟਲਰੀ ਜਾਂ ਚੌਪਸਟਿਕਸ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿਆਗ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਇੰਝ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹੋਣ ਜਿਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਨਹੀਂ ਜਾਣ ਸਕਦੇ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਸੁੱਟਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਸਿੰਗਲ ਸਰਵਿਸ ਆਈਟਮਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਵਰਤਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ; ਇਸ ਲਈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦਾ ਕੋਈ ਟੁਕੜਾ ਕੱਚੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕ ਲਵੇਗਾ। ਜੇ ਇਹ ਫਿਰ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਭੋਜਨ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

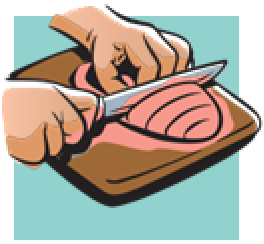
ਅਜਿਹਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ, ਸਾਰੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਧੋਣਾ, ਖੰਘਾਲਣਾ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਖ਼ਾਸਕਰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੋਜਨਾਂ ਨਾਲ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ।

ਕੱਚੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਜਾਂ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਕੱਚੇ ਭੋਜਨ - ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੀਟ, ਹੋਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਂਡੇ, ਅਤੇ ਕੱਚੇ ਫਲ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ - ਵਿੱਚ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੱਚੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਹਰੇਕ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਉਪਕਰਣ, ਬਰਤਨ, ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਖੇਤਰ ਹੋਣ।

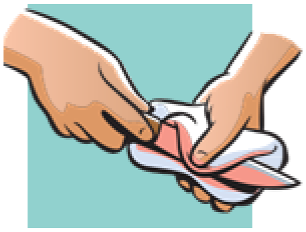
ਰੰਗਾਂ ਨਾਲ ਕੋਡਬੱਧ ਕੀਤੇ ਬਰਤਨ ਅਤੇ ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੱਚੇ ਭੋਜਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਰੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਰੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਸਤਹ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਧੋਣਾ, ਖੰਘਾਲਣਾ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਭੋਜਨ (ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਕੱਚਾ ਭੋਜਨ) ਹਰ ਵਾਰ ਵਰਤੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਛੂੰਹਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਲਈ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣਾ ਕਿੰਨਾ ਸੌਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਉਦਾਹਰਣ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।



ਇੱਕ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਕੱਚੇ ਚਿਕਨ ਨੂੰ ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡ 'ਤੇ ਕੱਟਦਾ ਹੈ। ਕੱਚਾ ਚਿਕਨ ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੱਚੇ ਪੋਲਟਰੀ 'ਤੇ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਨਾਲ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੱਚਾ ਚਿਕਨ ਬੋਰਡ, ਚਾਕੂ ਅਤੇ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।



ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਚਾਕੂ ਅਤੇ ਬੋਰਡ ਨੂੰ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ ਪੂੰਝਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਪਾਸੇ ਰੱਖ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਬੋਰਡ, ਚਾਕੂ, ਕੱਪੜਾ ਅਤੇ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੇ ਹੱਥ ਸਾਰੇ ਕੱਚੇ ਚਿਕਨ ਦੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।

ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਬੈਠਕੇ, ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਦੇ ਹਨ। ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਇਸ ਲਈ ਰਸੋਈ ਵਿਚਲੇ ਹੋਰ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹਨ।

ਇੱਕ ਹੋਰ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਚਾਕੂ ਅਤੇ ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਲਾਦ ਲਈ ਸਲਾਦ-ਪੱਤਾ ਕੱਟਣ ਵਾਸਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਲਾਦ ਹੁਣ ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ, ਚਾਕੂ, ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਉਪਕਰਨਾਂ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਧੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ

ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਘੋਲ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਬਾਲਟੀ ਜਾਂ ਲੇਬਲ ਲੱਗੀ ਸਪਰੇਅ ਬੋਤਲ ਵਿੱਚ ਕੋਲ ਰੱਖੋ, ਜੋ ਸਹੀ ਤਾਕਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਇਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ।
- ਕੱਪੜੇ 'ਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਘੋਲ ਵਿੱਚ ਪੂੰਝਦੇ ਰਹੋ।
- ਕੱਟਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿਓ ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤਰੇੜਾਂ, ਦਰਾੜਾਂ ਜਾਂ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਸੀਣਾਂ ਹਨ। ਨੁਕਸਾਨੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਏਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਕਿ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।
- ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਮੀਟ ਸਲਾਈਸਰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੋਲ੍ਹਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਲਾਈਸਰਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਦਿਨ ਕਈ ਵਾਰ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੱਟਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਤੋਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਦਿਨ ਭਰ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਸਲਾਈਸਰ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹੋ ਅਤੇ ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।
- ਦਿਨ ਭਰ ਅਕਸਰ ਬਰਤਨ (ਜਿਵੇਂ ਚਾਕੂ, ਲੇਡਲ, ਟੌਂਗ ਆਦਿ) ਬਦਲੋ। ਜੇ ਕੋਈ ਭਾਂਡਾ ਸੁੱਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਐਪਰਨ ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ 'ਤੇ ਪੂੰਝਕੇ ਇਸ ਦੀ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਹ ਗੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਬਰਤਨ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਭੇਜਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਥਾਂ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਬਰਤਨ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਕੈਨ ਓਪਨਰ ਬਲੇਡ ਕੈਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਭੋਜਨ ਦਾ ਸੁਆਦ ਲੈ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਵਿਚਲੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਨਾ ਚਲੇ ਜਾਣ।

ਭੋਜਨ ਦਾ ਸੁਆਦ ਚਖਣਾ

ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਭੋਜਨ ਦਾ ਸੁਆਦ ਚਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦ ਉਹ ਇਸਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ:

- ਇੱਕ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਚਮਚ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਦਾ ਸੁਆਦ ਚਖਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਇਸਨੂੰ ਬਾਹਰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ।
- ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਨਿਯਮਤ ਚਮਚ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਦਾ ਸੁਆਦ ਚਖਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਇਸਨੂੰ ਗੰਦੇ ਬਰਤਨਾਂ ਨਾਲ ਰੱਖੋ।
- ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕੜਛੀ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਕੱਪ, ਸਵਾਦ ਚਖਣ ਵਾਲੇ ਕਟੋਰੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚਮਚ ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਭੋਜਨ ਦਾ ਸੁਆਦ ਚਖਣ ਲਈ ਦੂਜੇ ਚਮਚ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ - ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਪਹਿਲਾ ਭਾਂਡਾ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਦੂਜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਛੂੰਹਦੇ।

ਕੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ:

- ਆਪਣੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਨਾ ਡੁਬੋਵੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਨਾ ਪਾਓ।
- ਚਮਚ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਵਾਪਸ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਨਾ ਪਾਓ।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

1 ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਵੇ ਜੋ ਤਿਆਰ, ਪਰੋਸਿਆ, ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ

2 ਰਸੋਈ ਦੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਬਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ

3 ਤਿਆਰ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਰੱਖ ਕੇ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਵੇ

Notes

ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਲੋਕ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਰੋਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਹੱਥਾਂ, ਚਿਹਰੇ, ਵਾਲਾਂ 'ਤੇ) ਅਤੇ ਕੱਪੜਿਆਂ 'ਤੇ। ਇਹ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਹਰ ਸਮੇਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਨਾ ਕਿ ਸਿਰਫ ਉਦੋਂ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਰਾਹੀਂ ਤਬਦੀਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਿਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣਦੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ 'ਤੇ ਕੋਈ ਰੋਗਾਣੂ ਹੋਵੇ ਪਰ ਉਹ ਫਿਰ ਵੀ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਦਿਖਾਏ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਲੋਕ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਚੰਗੀ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ ਦੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਉਸ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ ਜਿਸ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਇਹ ਉਹ ਚੀਜ਼ ਹੈ ਜਿਸ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨਿਯੰਤਰਣ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵੀ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਘਾਤਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਵਰਦੀਆਂ, ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਐਪਰਨ

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਬਾਹਰੀ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਜਦੋਂ ਕੱਪੜੇ ਗੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਦੇਖਣਾ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਗੰਦੇ ਕੱਪੜੇ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਐਪਰਨ ਗੰਦੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਬਦਲਕੇ ਇਸ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਲਿਆਓ।

ਵਾਲ਼

ਮਨੁੱਖੀ ਵਾਲ ਭੌਤਿਕ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਅਤੇ ਮਾਈਕ੍ਰੋਬਾਇਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹੈਡਗਿਅਰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੋਪੀਆਂ ਜਾਂ ਹੇਅਰਨੈੱਟ, ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਦੂਰ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਸਿਰ ਦੇ ਵਸਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ

ਰਸੋਈ ਵਿਚ ਗਰਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਮੱਥੇ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਿਰ ਦੇ ਵਸਤਰ ਪਹਿਨਣ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਵੋਗੇ।

ਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਰੋਗਾਣੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਜਾਂ ਬਰਤਨਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਲੇਟਾਂ, ਕਾਂਟੇ, ਚਮਚ ਅਤੇ ਚਾਕੂ) ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਵਾਲਾਂ ਦੀ ਰੋਕ

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਕੋਲੋਂ ਇਹ ਲੋੜਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਚਿਤ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤਣ ਕਿ ਭੋਜਨ ਵਾਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦੂਸ਼ਿਤ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਿਰ ਦੇ ਵਸਤਰ ਪਹਿਨਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਕੈਦ ਕਰਕੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਜੋ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਮੇਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰ ਦੇ ਵਸਤਰ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਕੋਈ ਸਰਵਰ ਮੇਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਉਡੀਕ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਭੋਜਨ ਵੀ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸਲਾਦ ਜਾਂ ਮਿਠਾਈਆਂ, ਜਾਂ ਲੇਡਲਜ਼ ਸੂਪ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ), ਤਾਂ ਸਿਰ ਦੇ ਵਸਤਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਿਰ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪਹਿਨਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਢਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਮੱਥੇ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

> ਹੱਥ ਦੇ ਗਹਿਣੇ ਪਹਿਨਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। ਅੰਗੂਠੀਆਂ, ਬ੍ਰੈਸਲੇਟ ਅਤੇ ਗੁੱਟ ਘੜੀਆਂ ਗੰਦਗੀ ਨੂੰ ਫਸਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਵਧੇਰੇ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹੱਥ ਅਤੇ ਨਹੁੰ

ਹੱਥ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਗੰਦਗੀ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਨਹੁੰਆਂ ਵੱਲ ਵਧੇਰੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ। ਗੰਦਗੀ ਨਹੁੰਆਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਫਸ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਹੱਥ ਧੋਣ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- ਨਹੁੰਆਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿੱਜੀ ਨਾਈਲੋਨ ਵਾਲੇ ਨੁਹੰਆਂ ਦੇ ਬੁਰਸ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਨਹੁੰਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੱਟਕੇ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕੇ।
- ਨੇਲ ਪਾਲਿਸ਼ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤਿੜਕ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਡਿੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਲਾਗ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਨਹੁੰਆਂ ਦੀਆਂ ਫੋਟਾਂ (hangnails) ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰੋ।

ਹੱਥ ਧੋਣਾ

ਹੱਥ ਧੋਣਾ, ਜਦੋਂ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਛੂਤਕਾਰੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਵੀ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

- ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ, ਜਾਂ ਪਲੇਟਾਂ ਅਤੇ ਬਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਧੋਵੋ।

- ਜਦੋਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਗੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ

ਪਖਾਨੇ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਦੇ ਬਹੁਤ ਉੱਚੇ ਪੱਧਰ ਮਲ ਪਦਾਰਥ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹੋਵੋਂ। ਟਾਇਲਟ ਪੇਪਰ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਰੋਕਦਾ। ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਏਨੇ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਟਾਇਲਟ ਪੇਪਰ ਰਾਹੀਂ ਲੰਘ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ ਦਾ ਪ੍ਰਕੋਪ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਇਆ ਹੈ:

"ਹੋਰ ਲੋਕ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਵਾਇਰਸ ਦਾ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਸਰੋਤ ਹਨ। ਲੱਛਣ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਣ ਤੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਇਰਸ ਵਧੇਰੇ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਮਲ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਸਹੀ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ (ਹੱਥ ਧੋਣ) ਵਿੱਚ ਖਾਮੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਅਣਜਾਣੇ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲਾਉਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਫੁੱਟ ਪੈਣ ਦੇ ਵਰਤਾਰੇ... ਸੰਕਰਮਿਤ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੈਂਡਵਿਚ ਅਤੇ ਸਲਾਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਪਕਾਏ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।"

(ਅਲਬਰਟਾ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ: ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਆਮ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, 2009)।

ਨੱਕ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਦਾ ਸੰਪਰਕ

ਤੁਹਾਡੇ ਨੱਕ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਛੂਹਣਾ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨੱਕ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਹੈਂਡ ਸਿੰਕ 'ਤੇ ਧੋਵੋ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਨਾ ਕਰੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਆਪਣੇ ਨਹੁੰਆਂ ਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਨਾਲ ਕੱਟਣਾ
- ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ
- ਚੀਜ਼ਾਂ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਨੂੰ ਚੱਟਣਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਗਜ਼
- ਆਪਣੇ ਵਾਲਾਂ, ਦਾੜ੍ਹੀ ਜਾਂ ਮੁੱਛਾਂ ਨੂੰ ਮੁਲਾਇਮ ਬਣਾਉਣਾ
- ਆਪਣਾ ਨੱਕ ਛੂਹਣਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਊਂਟਰ ਜਾਂ ਬਰਤਨਾਂ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਖੰਘ ਜਾਂ ਛਿੱਕ

ਖੰਘ ਅਤੇ ਛਿੱਕਾਂ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਭੇਜਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਟੈਫਾਈਲੋਕੋਕਸ ਔਰੀਅਸ (Staphylococcus aureus), ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਲਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਨੇੜਲੀਆਂ ਸਤਹਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਉਤਰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਸਤਹਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਟਿਸ਼ੂ ਪੇਪਰ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਛਿੱਕ ਜਾਂ ਖੰਘ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਹੈਂਡ ਸਿੰਕ 'ਤੇ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਏਨੇ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਟਿਸ਼ੂ ਰਾਹੀਂ ਲੰਘਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥਾਂ 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਟਿਸ਼ੂ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਖੰਘ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਆਪਣੀ ਕੂਹਣੀ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਕਰੋ। ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਰੁਮਾਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਕੀਟਾਣੂ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥਾਂ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਛਿੱਕ ਜਾਂ ਖੰਘ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਛਿੱਕ ਜਾਂ ਖੰਘ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਵਾਰ

ਕੁਝ ਹੋਰ ਆਮ ਤਰੀਕੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਕੱਚੇ ਭੋਜਨਾਂ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨਾ
- ਟੇਬਲਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ
- ਗੰਦੀਆਂ ਪਲੇਟਾਂ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨਾ
- ਕੂੜੇ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨਾ
- ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਪੋਚਾ ਲਾਉਣਾ
- ਡੱਬਿਆਂ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨਾ
- ਪੈਸੇ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨਾ

ਧੋਣਾ ਕਿਵੇਂ ਹੈ

ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਣ ਲਈ ਤਾਂ ਜੋ ਸਤਹ ਦੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਿੰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜੋ ਸਿਰਫ ਹੱਥ ਧੋਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

1 ਹੱਥ ਗਿੱਲੇ ਕਰੋ

ਗਹਿਣੇ ਅਤੇ ਘੜੀਆਂ ਉਤਾਰੋ। ਪਹਿਲਾਂ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਗਿੱਲਾ ਕਰੋ।

2 ਸਾਬਣ

ਲੋੜੀਂਦੇ ਤਰਲ ਸਾਬਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।

3 ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਝੱਗ ਬਣਾਓ

15-20 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਝੱਗ ਬਣਾਓ। ਗੁੱਟ, ਹਥੇਲੀਆਂ, ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਅਤੇ ਉੰਗਲਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।

4 ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।
ਸਿੰਕ ਦੇ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।

5 ਸੁਕਾਓ

ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਾਗਜ਼ੀ ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਜਾਂ ਏਅਰ ਡਰਾਇਰ ਨਾਲ ਸੁਕਾਓ।

6 ਸਾਫ਼ ਰੱਖੋ

ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਗੰਦੇ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਗਜ਼ੀ ਤੌਲੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਨੋ-ਟੱਚ ਤਕਨੀਕਾਂ

ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕੜਛੀਆਂ, ਚਮਚ ਅਤੇ ਸਕੂਪ ਵਰਗੇ ਬਰਤਨ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਨੈਪਕਿਨ ਜਾਂ ਮੋਮ ਵਾਲੇ ਕਾਗਜ਼ ਦੀਆਂ ਸ਼ੀਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਫਿਨ, ਡੋਨਟਸ, ਕੁਕੀਜ਼, ਬ੍ਰੈੱਡ ਅਤੇ ਆਈਸਕ੍ਰੀਮ ਕੋਨ ਵਰਗੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਨੰਗੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਸਤਾਨੇ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਦਸਤਾਨੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੁੱਕਣਗੇ ਜਿਵੇਂ ਹੱਥ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਂਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਬਦਲਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸੰਭਾਵਿਤ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਜੋੜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਵਰਤੇ ਗਏ ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਦਸਤਾਨੇ ਪਹਿਨਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।

"ਨੋ-ਟੱਚ" ਤਕਨੀਕਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਂ ਪਕਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਗੰਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਛੂੰਹਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈ ਉਹ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਕੋਈ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ!

ਹਥਲਾ ਕੰਮ

ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੁਝ ਹੋਰ ਸੁਝਾਅ ਇਹ ਹਨ:

- ਕਦੇ ਵੀ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਕਈ ਪਲੇਟਾਂ ਨੂੰ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਸਟਾਕ ਨਾ ਕਰੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਛੂਹ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਲਿਫਾਫਿਆਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲਈ ਕਦੇ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਫੂਕ ਨਾ ਮਾਰੋ।
- ਮੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਜਾਂ ਗੰਦੀਆਂ ਪਲੇਟਾਂ ਲਿਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਸਥਾਨ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਨਾ ਪਕੜੋ।
- ਕਦੇ ਵੀ ਗਲਾਸ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਟੇਬਲਵੇਅਰ ਦੀਆਂ ਖਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹੋ।

ਕਿਸੇ ਸਿੰਗਲ ਸ਼ਿਫਟ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ:

- ਕੱਚੇ ਅਤੇ ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਦੋਵਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਗੰਦੀਆਂ ਪਲੇਟਾਂ ਨੂੰ ਧੋਕੇ ਸਾਫ਼ ਪਲੇਟਾਂ ਨੂੰ ਸਟਾਕ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਗੰਦੀਆਂ ਪਲੇਟਾਂ ਨੂੰ ਉਠਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਫ਼ ਪਲੇਟਾਂ ਨਾਲ ਟੇਬਲ ਰੀਸੈੱਟ ਨਾ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ,
ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰੇਕ ਕੰਮ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ 'ਤੇ ਕੱਟ ਜਾਂ ਲਾਗ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਢਕਣ ਲਈ ਇੱਕ ਪੱਟੀ ਪਹਿਨਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪੱਟੀ ਵਾਲੇ ਹੱਥ 'ਤੇ ਦਸਤਾਨੇ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਪਹਿਨਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕੱਟ ਜਾਂ ਲਾਗ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ। ਇਕੱਲੀ ਪੱਟੀ ਬੰਨ੍ਹਣਾ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪੱਟੀਆਂ ਗਿੱਲੀਆਂ ਅਤੇ ਗੰਦੀਆਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਨੂੰ ਦਸਤਾਨੇ ਪਹਿਨਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ ਦੀ ਨੀਤੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਹਰੇਕ ਕੰਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਦਸਤਾਨੇ ਬਦਲਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਕੀਟਾਣੂੰ ਅਤੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜਾਂ ਸਰਵ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ:

- ਦਸਤ
- ਉਲਟੀਆਂ
- ਬੁਖ਼ਾਰ
- ਗਲ਼ਾ ਖਰਾਬ
- ਲਗਾਤਾਰ ਖੰਘਣਾ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਛੂਤਕਾਰੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਮੈਨੇਜਰ ਜਾਂ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੰਮ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਆਉਣਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤ ਲੱਗੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੁਆਰਾ ਵਹਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਦੇ ਪੱਧਰ ਏਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੱਥ ਧੋਣ ਨਾਲ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪੱਧਰਾਂ ਤੱਕ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਰੋਗਾਣੂ ਅਜੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੁਆਰਾ ਵਹਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਛਣ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਕੰਮ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਫਿਰ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹੀ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋਵੋਂ ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਕੁਝ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

1. ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ ਏਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ
2. ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ
3. ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿਵੇਂ ਧੋਣਾ ਹੈ
4. ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

Notes

ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸਵੱਛ ਕਰਨਾ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ ਸਿਰਫ਼ ਇਸਦੇ ਵਧੀਆ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸਵੱਛ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੈ।

ਸਾਰੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨਾ ਲਗਭਗ ਅਸੰਭਵ ਹੈ, ਪਰ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਦੁਆਰਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪੱਧਰਾਂ ਤੱਕ ਘਟਾਉਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਦੋਵੇਂ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਇਸ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ:

- ਸਹੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਏਜੰਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤਣਾ
- ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਨਾ
- ਸਮਰਪਿਤ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਰੱਖਣਾ
- ਸੰਗਠਿਤ ਹੋਣਾ

ਸਾਫ਼ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਗੰਦਗੀ ਜਾਂ ਮਿੱਟੀ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਸਹੀ ਰਸਾਇਣਾਂ ਅਤੇ ਰਗੜ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਸ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਫਰਸ਼ ਕਲੀਨਰ ਨਾਲ ਫਰਸ਼ ਧੋਣਾ ਜਾਂ ਡਿਸ਼ ਸਾਬਣ ਨਾਲ ਬਰਤਨ ਧੋਣਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨ ਦੇ ਕਦਮ ਇਹ ਹਨ:

- ਭੋਜਨ, ਗੰਦਗੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਮਲਬੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਟੁਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਹਟਾਓ।
- ਬਾਕੀਆਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਸਫ਼ਾਈ ਰਸਾਇਣਾਂ ਅਤੇ ਰਗੜ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਸਫ਼ਾਈ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਗਰਮ ਟੂਟੀ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।

ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਊਂਟਰਾਂ, ਪਲੇਟਾਂ, ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡਾਂ ਜਾਂ ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਕੱਲੀ ਸਫ਼ਾਈ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਤਹ ਸਾਫ਼ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਇਸ 'ਤੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪੱਧਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਆਈਟਮ ਸਾਫ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਗਲਾ ਕਦਮ ਇਸ ਨੂੰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪੱਧਰਾਂ ਤੱਕ ਘਟਾਉਂਦੇ ਹੋ। ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ ਸਾਫ਼ ਕੀਤੇ ਬਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਲੇ ਕੀਤੇ ਬਲੀਚ ਵਿੱਚ ਭਿਉਂਣਾ ਜਾਂ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ 'ਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਗੇੜ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।

ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਕਦਮ:

- ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।
- ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਪਾਣੀ, ਘੱਟੋ ਘੱਟ 77°C (170°F), ਜਾਂ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਜਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਉਹ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 45 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਰਸਾਇਣਕ ਘੋਲ ਜਾਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਟੈਸਟ ਰੀਏਜੰਟਾਂ, ਟੈਸਟ ਸਟ੍ਰਿਪਾਂ ਜਾਂ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਘੋਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮਿਲਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਲੋੜੀਂਦੇ ਰਸਾਇਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਨਹੀਂ ਮਾਰੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ; ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਰਸਾਇਣਕ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਰਸਾਇਣਕ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਕਿਸੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਘੋਲ ਦੀ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਮਾਪਣ ਲਈ ਇੱਕ ਟੈਸਟ ਰੀਏਜੰਟ ਜਾਂ ਟੈਸਟ ਸਟ੍ਰਿਪ ਵੀ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਟੈਸਟ ਸਟ੍ਰਿਪਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਰਸਾਇਣਕ ਜਾਂ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਸਪਲਾਇਰ ਤੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਹੀ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕਲੋਰੀਨ-ਆਧਾਰਿਤ ਉਤਪਾਦ

ਤਾਕਤ - 100 ਹਿੱਸੇ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿਲੀਅਨ (ppm)
ਇੱਥੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਲੋਰੀਨ ਆਧਾਰਿਤ ਰਸਾਇਣ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਰਾਸਾਇਣ ਘਰੇਲੂ ਬਲੀਚ ਹੈ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਵਰਤੀ ਗਈ ਤਾਕਤ 100 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰਤੀ ਲੀਟਰ ਹੈ। 100ppm ਕਲੋਰੀਨ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ, ਪ੍ਰਤੀ ਲੀਟਰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ 2 ਮਿਲੀਲੀਟਰ (5 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤਾਕਤ) ਬਲੀਚ ਮਿਲਾਓ।

ਕੁਆਟਰਨਰੀ ਅਮੋਨੀਅਮ ਆਧਾਰਿਤ ਉਤਪਾਦ

ਤਾਕਤ - 200ppm
200 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰਤੀ ਲੀਟਰ ਸੰਘਣਤਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੇ ਲੇਬਲ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਮਾਪੋ। ਅਮੋਨੀਅਮ ਨਾਲ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹ ਨੂੰ ਧੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੇ ਲੇਬਲ ਲਾਏ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਇਹਨਾਂ ਕੁਆਰਟਰਨਰੀ ਅਮੋਨੀਅਮ ਆਧਾਰਿਤ ਸਫ਼ਾਈ ਮਿਸ਼ਰਣਾਂ ਨੂੰ "ਕਵਾਟਸ" ਜਾਂ "ਕਵਾਟ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਇਓਡੀਨ-ਆਧਾਰਿਤ ਉਤਪਾਦ

ਤਾਕਤ - 25ppm
25 ਮਿਲੀਗ੍ਰਾਮ ਪ੍ਰਤੀ ਲੀਟਰ ਸੰਘਣਤਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੇ ਲੇਬਲ ਲਾਏ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਮਿਲਾਓ।

ਹੋਰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ

ਹੋਰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੇ ਤਹਿਤ ਕਿ:

- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ, ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ, ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਦੁਆਰਾ ਇਰਾਦਤਨ ਮਕਸਦ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ;
- ਉਹ ਨਿਰਮਾਤਾਵਾਂ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ; ਅਤੇ
- ਉਹ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਉਚਿਤ ਸੰਘਣਤਾ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਟੈਸਟ ਰੀਏਜੰਟ ਦੇ ਨਾਲ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀਆਂ ਅਤੇ ਨਿਰਮਾਤਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਰਸਾਇਣਕ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ

ਜੋ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਹਨਾਂ ਤਿੰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਸੰਪਰਕ

ਘੋਲ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 45 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰ ਸਕੇ।

ਚੁਣਨਯੋਗਤਾ

ਕੁਝ ਉਤਪਾਦ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਵਿੱਚ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਆਟਸ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ, ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਾਰ ਸਕਦੇ।

ਸੰਘਣਤਾ

ਘੋਲ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਾਕਤ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਘੋਲ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ। ਜੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੁਆਦ ਜਾਂ ਗੰਧ ਛੱਡ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਧਾਤਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਲਈ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਵੰਡਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਇਸਨੂੰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਘੋਲ ਦੀ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਮਾਪਣ ਲਈ ਟੈਸਟ ਰੀਏਜੰਟ ਜਾਂ ਟੈਸਟ ਸਟ੍ਰਿਪਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹੀ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਸਾਰੀਆਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:

- ਪਲੇਟਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ
- ਗਾਹਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਮੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ
- ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ

ਬਰਤਨ ਧੋਣਾ

ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਦੇ ਤਿੰਨ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਪਲੇਟਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਕਿਸਮ ਕੀ ਹੈ। ਇਹ ਹਨ:

- ਤਿੰਨ ਸਿੰਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਹੱਥੀਂ ਬਰਤਨ ਧੋਣਾ

- ਦੋ ਸਿੰਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਹੱਥੀਂ ਬਰਤਨ ਧੋਣਾ
- ਯੰਤਰਿਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬਰਤਨ ਧੋਣਾ

ਤਿੰਨ ਰਖਣਿਆਂ ਵਾਲਾ ਸਿੰਕ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਧੋ ਰਹੇ ਹੋ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤੋਂ ਯੋਗ ਪਲੇਟਾਂ, ਚਾਕੂ, ਕਾਂਟੇ, ਚਮਚ, ਗਲਾਸ) ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਿੰਨ ਸਿੰਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ - ਇੱਕ ਰਗੜਕੇ ਧੋਣ ਲਈ (wash), ਦੂਜਾ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਣ ਲਈ (rinse), ਅਤੇ ਤੀਜਾ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪੱਕੇ ਚੁੱਕੇ ਗ੍ਰੀਸ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਦੀ ਭਾਰੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਧੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਭਿਓਂ ਕੇ ਖੁਰਚ ਦਿਓ।

1 **ਖੁਰਚੋ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗਿੱਲਾ ਕਰੋ**

ਪਲੇਟਾਂ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਚੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਖੁਰਚਕੇ ਜਾਂ ਧੋ ਕੇ ਹਟਾਓ।

2 **ਰਗੜਕੇ ਧੋਵੋ (ਸਿੰਕ 1)**

ਪਹਿਲੇ ਰਖਣੇ (compartment) ਵਿੱਚ, ਪਲੇਟਾਂ, ਬਰਤਨਾਂ ਅਤੇ ਪਤੀਲਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਵੋ ਅਤੇ ਰਗੜੋ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਗ੍ਰੀਸ ਨੂੰ ਹਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਰਸਾਇਣਾਂ ਅਤੇ ਰਗੜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਡਿਟਰਜੈਂਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

3 **ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ (ਸਿੰਕ 2)**

ਦੂਜੇ ਰਖਣੇ ਵਿੱਚ, ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਚੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਕਣਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਪਲੇਟਾਂ, ਬਰਤਨਾਂ ਅਤੇ ਪਤੀਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਪਲੇਟਾਂ 'ਤੇ ਬਚਿਆ ਕੋਈ ਵੀ ਡਿਟਰਜੈਂਟ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ। ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਜੋ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 43°C (110°F) 'ਤੇ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਪਾਣੀ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿਓ।

4 **ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰੋ (ਸਿੰਕ 3)**

ਤੀਜੇ ਰਖਣੇ ਵਿੱਚ ਪਲੇਟਾਂ, ਬਰਤਨਾਂ ਅਤੇ ਪਤੀਲਿਆਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ, ਜੋ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 77°C (170°F) ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਰਸਾਇਣਕ ਘੋਲ ਜੋ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 24°C (75°F) ਹੋਵੇ, ਵਿੱਚ ਡੁਬੋ ਕੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰੋ। ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਸਮਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 45 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਡੁੱਬੇ ਰਹਿਣ ਦਿਓ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਉਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਟੈਸਟ ਕਰੋ।

5 ਹਵਾ ਨਾਲ ਸੁਕਾਓ (air dry)

ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਮੁਸਾਮ-ਰਹਿਤ ਢਲਾਨਦਾਰ ਡਰੇਨਿੰਗ ਬੋਰਡ 'ਤੇ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਸੁੱਕਣ ਦਿਓ। ਕਦੇ ਵੀ ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਨਾ ਸੁਕਾਓ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਰਕਰ ਦੇ ਹੱਥ ਜਾਂ ਗਿੱਲੇ ਪਲੇਟਾਂ ਵਾਲੇ ਤੌਲੀਏ ਤੋਂ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਦੋ ਰਖਣਿਆਂ ਵਾਲਾ ਸਿੰਕ

ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਰਗੜਕੇ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਵਿੱਚ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਵਿਧੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਏਥੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਿੰਗਲ-ਸਰਵਿਸ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਪਲੇਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ
- ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਜਿਹੇ ਪਤੀਲੇ ਅਤੇ ਪੈਨ ਜੋ ਕਿਸੇ ਮਕੈਨੀਕਲ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਹਨ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪੱਕ ਚੁੱਕੇ ਗ੍ਰੀਸ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਦੀ ਭਾਰੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਧੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੁਰਚੋ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਭਿਉਂਕੇ ਰੱਖੋ।

1 ਖੁਰਚੋ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗਿੱਲਾ ਕਰੋ

ਪਲੇਟਾਂ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਚੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਖੁਰਚਕੇ ਜਾਂ ਧੋ ਕੇ ਹਟਾਓ।

2 ਰਗੜਕੇ ਧੋਵੋ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ (ਸਿੰਕ 1)

ਪਹਿਲੇ ਰਖਣੇ (compartment) ਵਿੱਚ, ਪਲੇਟਾਂ, ਬਰਤਨਾਂ ਅਤੇ ਪਤੀਲਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਵੋ ਅਤੇ ਰਗੜੋ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਗ੍ਰੀਸ ਨੂੰ ਹਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਰਸਾਇਣਾਂ ਅਤੇ ਰਗੜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਡਿਟਰਜੈਂਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਧੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਟੂਟੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਸਾਫ਼ ਵਗਦੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਬਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਸਾਬਣ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰਵੇ ਸਾਫ਼ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।

3 ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰੋ (ਸਿੰਕ 2)

ਦੂਜੇ ਰਖਣੇ ਵਿੱਚ ਪਲੇਟਾਂ, ਬਰਤਨਾਂ ਅਤੇ ਪਤੀਲਿਆਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ, ਜੋ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 77°C (170°F) ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 24°C (75°F) 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਵਾਲੇ ਰਸਾਇਣਕ ਘੋਲ ਵਿੱਚ ਡੁਬੋ ਕੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰੋ। ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਸਮਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 45 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਡੁੱਬੇ ਰਹਿਣ ਦਿਓ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਉਣ ਤੋਂ

ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਟੈਸਟ ਕਰੋ।

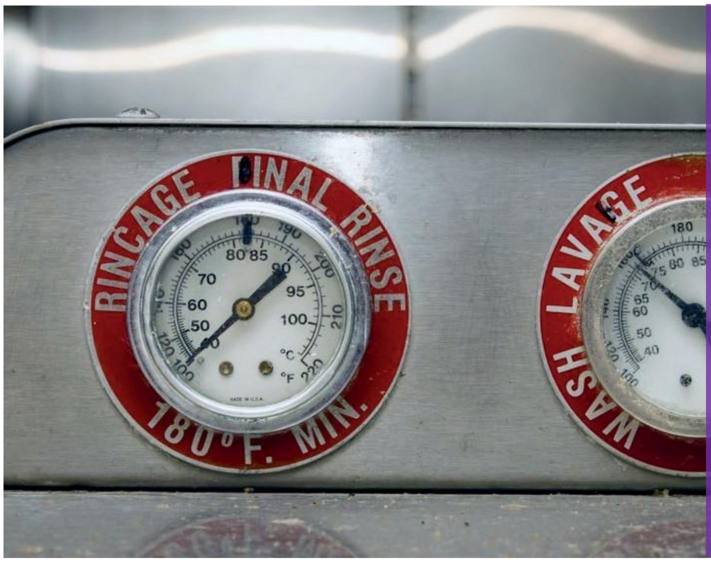
4 ਹਵਾ ਨਾਲ ਸੁਕਾਓ (air dry)

ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮੁਸਾਮ-ਰਹਿਤ ਢਲਾਣਦਾਰ ਡਰੇਨਿੰਗ ਬੋਰਡ 'ਤੇ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਸੁਕਾਓ। ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਕਦੇ ਵੀ ਨਾ ਸੁਕਾਓ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਰਕਰ ਦੇ ਹੱਥ ਜਾਂ ਗਿੱਲੇ ਪਲੇਟਾਂ ਵਾਲੇ ਤੌਲੀਏ ਤੋਂ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮਕੈਨੀਕਲ

ਸਾਰੇ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ ਦੀਆਂ ਦੋ ਬੁਨਿਆਦੀ ਕਿਸਮਾਂ ਉਹ ਹਨ ਜੋ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਜੋ ਰਸਾਇਣਕ ਘੋਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੋਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਵੀ ਵਰਤੋਂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਸਦੀ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਇਹ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।



ਸਾਰੀਆਂ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਗੇਜ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜੋ ਰਗੜਕੇ ਧੋਣ (wash) ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਣ (rinse) ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋਣ।

ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ

ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਵਾਲੀਆਂ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਧੋਣ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿੱਚ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਗੇੜ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ 82°C (180°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 10 ਸਕਿੰਟਾਂ ਤੱਕ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਬੂਸਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨ

ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ ਵਾਲੀਆਂ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਧੋਣ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿੱਚ ਰਸਾਇਣਕ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਧੋਣ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿੱਚ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਮਾਪਣ ਲਈ ਟੈਸਟ ਸਟ੍ਰਿਪਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਮਸ਼ੀਨ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਪਲੇਟਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭੀੜ-ਭਾੜ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਸਾਫ਼ ਹੋਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋਵੇਗਾ। ਕਟੋਰੇ, ਕੱਪ ਅਤੇ ਗਲਾਸ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਪਾਸੇ ਰੱਖੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਕਟਲਰੀ ਨੂੰ ਮਿਲਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ "ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਵਿੱਚ ਫਸਣ" (nesting) ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

NSF

NSF ਦੁਆਰਾ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਧੋਣ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੇ ਸਮਾਂ/ਤਾਪਮਾਨ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਰੇਟਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਧੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਪਲੇਟਾਂ, ਬਰਤਨਾਂ ਅਤੇ ਪਤੀਲਿਆਂ ਦੇ ਸਾਫ਼ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਸਤਹਾਂ 'ਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਧੂੜ, ਕੂੜੇ ਜਾਂ ਛਿੱਟਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਫਰਸ਼ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ (ਛੇ ਇੰਚ) ਦੂਰ ਰੱਖੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਸੁੱਕੇ ਅਤੇ ਠੰਢੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਨਾ ਸੁਕਾਓ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਤੌਲੀਏ ਤੋਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਨੁਕਸਾਨੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਪਲੇਟਾਂ (ਫਟੀਆਂ, ਟੁੱਟੀਆਂ ਜਾਂ ਮੁੜ ਗਈਆਂ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਇੱਕ ਭੌਤਿਕ ਖਤਰਾ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਾਫ਼ ਪਲੇਟਾਂ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।

ਆਮ ਸਫ਼ਾਈ

ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੋਣ ਲਈ, ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਟਾਫ ਤੋਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨਾ "ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਫੁਰਸਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ" ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਅਤੇ ਉਹ ਕੰਮ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਮੈਨੇਜਰ ਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਮਰਪਣ ਦਿਖਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਟਾਫ ਲਈ ਸਫ਼ਾਈ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ 'ਤੇ ਮਾਣ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਇਕੱਲਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦਾ। ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਬਹੁਤ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ:

- ਹਰੇਕ ਕੰਮ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
- ਕੰਮ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ

- ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਰਸਾਇਣ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਔਜ਼ਾਰ
- ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ (ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ, ਹਫ਼ਤਾਵਾਰੀ)
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਜਾਂਚ ਕਿ ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ

ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵੀ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ

ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਊਂਟਰ, ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡ, ਟੇਬਲ ਅਤੇ ਗਰਿੱਲਾਂ, ਟਿਕਾਊ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡ ਰੱਖਣਾ ਜੋ ਏਨੇ ਛੋਟੇ ਹੋਣ ਕਿ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ ਜਾਂ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਫਿੱਟ ਹੋ ਜਾਣ, ਵੱਡੇ ਬੋਰਡ ਰੱਖਣ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਗੰਦੇ ਹੋਣ 'ਤੇ ਛੋਟੇ ਬੋਰਡਾਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਬਦਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਵੀ ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ। ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡਾਂ ਨੂੰ ਕੋਡਬੱਧ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੋਜਨ ਕਿਸਮਾਂ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੰਗਾਂ ਦੇ ਬੋਰਡਾਂ ਜਾਂ ਰੰਗੀਨ ਹੈਂਡਲ ਵਾਲੇ ਬੋਰਡਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਹੈ: ਕੱਚੇ ਮੀਟ ਲਈ ਲਾਲ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਲਈ ਹਰਾ, ਬ੍ਰੈੱਡ ਲਈ ਸੰਤਰੀ ਰੰਗ, ਆਦਿ।

ਪਲਾਸਟਿਕ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡ ਸਮੱਗਰੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਟਿਕਾਊ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਹੈ। ਸਖ਼ਤ ਲੱਕੜ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਖੱਪਿਆਂ ਅਤੇ ਤਰੇੜਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੈ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਫਸਾ ਲੈਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਕਰਨ ਨੂੰ ਅਸੰਭਵ ਬਣਾ ਦੇਣਗੀਆਂ। ਲੱਕੜ ਦੇ ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡਾਂ ਨੂੰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਧੂ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਲੱਕੜ ਦੀਆਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਾਰਨਿਸ਼ ਜਾਂ ਸੀਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਫਿਨਿਸ਼ਾਂ ਘਸ ਜਾਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਰਸਾਇਣ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਜਾਣਗੇ।

ਜੇ ਕਿਸੇ ਕਟਿੰਗ ਬੋਰਡ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਤਰੇੜਾਂ ਜਾਂ ਨੀਵੇਂ ਖੇਤਰ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਟੇਬਲਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ

ਟੇਬਲਾਂ ਨੂੰ ਗਾਹਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਗਿੱਲਾ ਕੱਪੜਾ ਜਾਂ ਇੱਕ ਡਿਸਪੋਜ਼ੇਬਲ ਪੇਪਰ ਤੌਲੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਮੇਜ਼ 'ਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਦਾਰਥ ਹਟਾ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਮੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਸਾਫ਼ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ।

ਜੇ ਕੋਈ ਟੇਬਲ ਲਿਨਨ (ਟੇਬਲਕਲੋਥ, ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਨੈਪਕਿਨ, ਪਲੇਸਮੈਟ) ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਬਦਲਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਵਰਤੇ ਗਏ ਕੋਈ ਵੀ ਟੇਬਲ ਲਿਨਨ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੋਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ

ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਜਾਂ ਧੂੜ ਜਾਂ ਮਲਬੇ ਵਰਗੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਜੋ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਬਰੇਕਾਂ ਦੇ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨਾਂ ਨਾਲ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਨੂੰ ਹਰ ਚਾਰ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਅਤੇ ਕੱਚੇ ਅਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨਾਂ ਨਾਲ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਮੀਟ ਸਲਾਈਸਰ ਜਾਂ ਗ੍ਰਾਇੰਡਰ, ਪਨੀਰ ਸਲਾਈਸਰ ਜਾਂ ਫ਼ੂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੀਸ ਰੱਖਣਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਇੱਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ ਜਦੋਂ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।

ਸੁਵਿਧਾ

ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀ ਇਮਾਰਤ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਇਮਾਰਤ:

- ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਵਿੱਚ ਉਚਿਤ ਰੋਸ਼ਨੀ ਹੈ
- ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੈ
- ਵਿੱਚ ਉਚਿਤ ਹਵਾਦਾਰੀ ਹੈ
- ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੈ

ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਸਤੂਆਂ ਦੁਆਰਾ ਫਰਸ਼ਾਂ ਜਾਂ ਕੰਧਾਂ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ 'ਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਫਰਸ਼ ਟਾਈਟ, ਮੁਲਾਇਮ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਸੋਖਕ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਛੱਤਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
- ਫਰਸ਼ਾਂ, ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਛੱਤਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨੇ ਗਏ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ।
- ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਖਰਾਬ ਹੋਈਆਂ ਜਾਂ ਟੁੱਟੀਆਂ ਛੱਤ ਦੀਆਂ ਟਾਈਲਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਵਾਸ਼ਰੂਮ

ਗਾਹਕਾਂ ਅਤੇ ਅਮਲੇ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਵਾਸ਼ਰੂਮਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਅਪਾਹਜਾਂ ਲਈ ਵਾਸ਼ਰੂਮਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਬਿਲਡਿੰਗ ਕੋਡ ਅਤੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਲੋੜੀਂਦੇ ਫਿਕਸਚਰ (ਸਿੰਕ, ਪਖਾਨੇ, ਆਦਿ) ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵੀ ਬਿਲਡਿੰਗ ਕੋਡ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਆਪਰੇਟਰ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਤੋਂ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸੈਨੇਟਰੀ ਸੁਵਿਧਾ ਵਿੱਚ ਫਰਸ਼ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਪਖਾਨਿਆਂ ਜਾਂ ਵਾਸ਼ਬੇਸਿਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਦਲ ਸਕਦਾ।

ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਫਿਕਸਚਰਾਂ ਨੂੰ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਵੱਛ ਰੱਖਣ ਲਈ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਗਾਹਕਾਂ ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੇ ਪੋਸਟਰ ਲਗਾਉਣਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੈ।

ਹੱਥ ਧੋਣ ਲਈ ਸਿੰਕ

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਛੇ-ਪੜਾਵਾਂ ਦੀ ਵਿਧੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਵੀ ਉਹ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਸਿੰਕ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਿਰਫ ਹੱਥ ਧੋਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਿੰਕ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਹੋਵੇ। ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਸਿੰਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿੱਥੇ ਬਰਤਨ ਧੋਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਘੱਟੋ ਘੱਟ, ਹਰੇਕ ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਇਹ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਗਰਮ ਅਤੇ ਠੰਢਾ ਪਾਣੀ
- ਡਿਸਪੈਂਸਰ ਵਿੱਚ ਸਾਬਣ ਜਾਂ ਡਿਟਰਜੈਂਟ
- ਸਾਫ਼, ਸਿੰਗਲ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੇ ਤੌਲੀਏ ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਰੋਲਰ ਤੌਲੀਏ ਅਤੇ ਕਾਗਜ਼ ਤੌਲੀਆਂ ਦੀ ਸਪਲਾਈ।

ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਸਿੰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਰਫ ਹੱਥ ਧੋਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਸਿੰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ, ਬਰਤਨ ਧੋਣ, ਪਤੀਲਿਆਂ ਤੋਂ ਪਾਣੀ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਜਾਂ ਬਾਲਟੀਆਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਹੱਥ ਧੋਣ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਸਿੰਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕੂੜਾ ਕੰਟਰੋਲ

ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੂੜੇ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰ ਤੁਹਾਡੇ ਅਮਲੇ ਅਤੇ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਵਰਤਣੇ ਆਸਾਨ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਭਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਸੰਖਿਆ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਖਾਲੀ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਭਰਨ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇਮਾਰਤ ਨੂੰ ਸਵੱਛ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਬਣਾਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਕੂੜੇ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰ ਭਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਢੱਕਣ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਕਵਰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਝੂਲਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਵਾਲੇ ਕੰਪਾਰਟਮੈਂਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੂੜੇ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰ, ਬਦਬੂਆਂ, ਕੀੜਿਆਂ ਅਤੇ ਹਵਾ ਰਾਹੀਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਕੂੜੇ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟਿਕਾਊ ਸਮੱਗਰੀ ਤੋਂ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਕੂੜੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਬਾਹਰ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਤੱਕ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਕੀੜਿਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਦਬੂਆਂ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਖਤਰਿਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੂਸ਼ਿਤ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਡੁੱਲ੍ਹ-ਵਲੀਟਾਂ ਜਾਂ ਲੀਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੀਵਤ ਜਾਨਵਰ

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਜੀਵਤ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਨਿਯਮ ਦੇ ਕੁਝ ਅਪਵਾਦ ਹਨ:

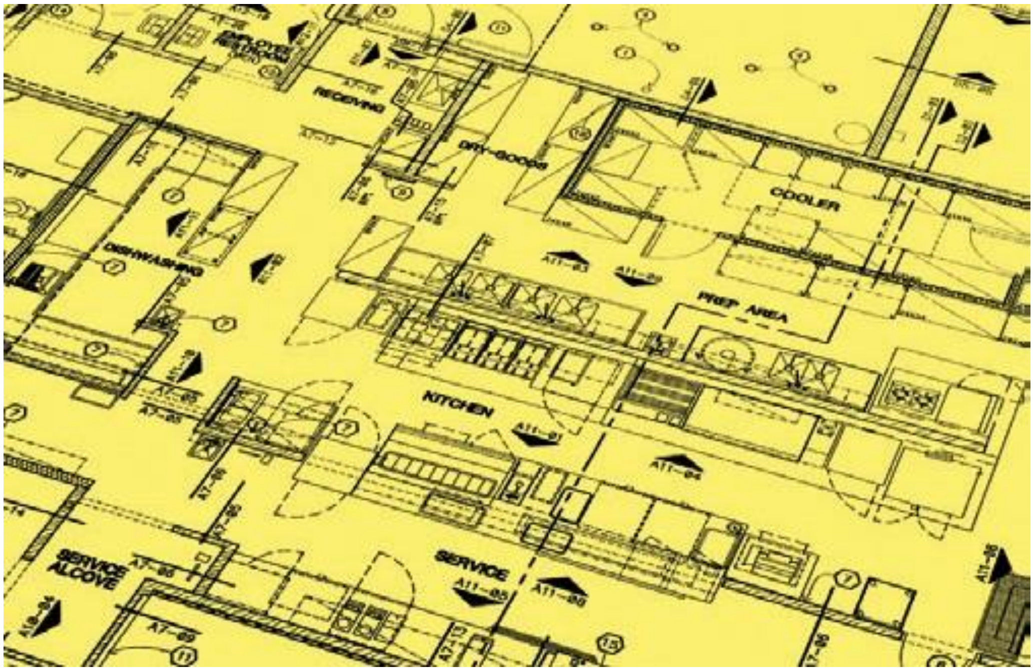
- ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 191/11 (ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਮਿਆਰ) ਦੀ ਉਪ-ਧਾਰਾ 80.45 (4) ਵਿੱਚ ਵਰਣਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਰਵਿਸ ਜਾਨਵਰ ਜੋ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਐਕਟ, 2005 ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਜੀਵਤ ਜਲਜੀਵੀ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ ਜੋ ਸੈਨੇਟਰੀ ਟੈਂਕਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੱਛੀ ਜਾਂ ਲੌਬਸਟਰ
- ਜੀਵਤ ਪੰਛੀ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਹਾਤੇ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਉਹਨਾਂ ਜੀਵਤ ਪੰਛੀਆਂ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਲੱਖਣ ਨਿਯਮ ਨੂੰ ਵੀ ਨੋਟ ਕਰੋ ਜੋ ਭੋਜਨ ਵਜੋਂ ਵੇਚੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਦੇ ਅਹਾਤੇ (ਭਾਵ, ਇੱਕ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ) ਵਿੱਚ ਜੀਵਤ ਮੁਰਗੀਆਂ ਰੱਖਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਾ ਮੁਰਗੀਆਂ ਵੇਚਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਰਸੋਈ ਦਾ ਖਾਕਾ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਵਾਂ

ਇਮਾਰਤਾਂ ਜੋ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿੱਥੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਾਂ ਲਈ ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਵਾਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ, ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਸਿੰਕ ਤੱਕ ਜਾਣਾ ਆਸਾਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਅਕਸਰ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਜੇ ਫਰਿੱਜ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਰਹੇਗਾ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਸਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਜਾਂ ਨਵੀਨੀਕਰਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਖਾਕਾ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਜਾਂ ਬਲੂਪ੍ਰਿੰਟ ਸਮੀਖਿਆ ਲਈ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਕੋਲ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਕੇ ਪੈਸੇ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਰਸੋਈ ਦਾ ਖਾਕਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ:

- ਭੀੜ ਅਤੇ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਵੇ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਵੇ ਕਿ ਕੋਲਡ ਸਟੋਰੇਜ ਅਤੇ ਸੁੱਕੀ ਸਟੋਰੇਜ, ਸਟਾਫ ਦੇ ਕੱਪੜੇ, ਕੂੜਾ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਲਈ ਸਪਲਾਈਆਂ ਵਾਸਤੇ ਕਾਫ਼ੀ ਸਟੋਰੇਜ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੇ ਜੋਖਮਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ, ਕੱਚੇ ਭੋਜਨਾਂ ਅਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨਾਂ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਰੱਖੇ।
- ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਸਿੰਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਅਤੇ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਬਣਾਵੇ।
- ਹੱਥ ਧੋਣ ਅਤੇ ਬਰਤਨ ਧੋਣ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਿੰਕ ਰੱਖੇ।
- ਬਰਤਨ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖ ਰੱਖੇ।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

1. ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਹੋਰ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ ਕਿਉਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ
2. ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਅਤੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ
3. ਦੋ ਰਖਣਿਆਂ ਵਾਲੀਆਂ, ਤਿੰਨ ਰਖਣਿਆਂ ਵਾਲੀਆਂ, ਅਤੇ ਯੰਤਰਿਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬਰਤਨ ਧੋਣ ਦੀਆਂ ਵਿਧੀਆਂ
4. ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਖਾਕਾ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਨੂੰ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ

Notes

ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਕੀੜੇ ਅਤੇ ਚੂਹੇ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਹਨ। ਕੀੜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਬਿਜਲੀ ਜਾਂ ਅੱਗ ਦੇ ਖਤਰੇ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਇਮਾਰਤ ਦੇ ਢਾਂਚੇ ਵਿੱਚ ਸੁਰਾਖ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇਮਾਰਤ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਖ਼ਤਰਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਕੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਫੈਲਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਜਿਹੜੇ ਕੀੜਿਆਂ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨਜਿੱਠਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਜਾਣਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਕਾਕਰੋਚ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਾਕਰੋਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੀਵਤ ਰੋਚ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪਾਣੀ 'ਤੇ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਦੋ ਸਾਲ ਤੱਕ ਜੀ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਦੌਰਾਨ ਮਾਦਾ ਰੋਚ 500 ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਂਡੇ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਰੋਚ ਦੇ ਆਂਡਿਆਂ ਨੂੰ ਅੰਡੇ ਦੇ ਕੇਸ ਦੁਆਰਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਾਕਰੋਚ ਲਗਭਗ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਜਣਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਹਨੇਰੀ, ਨਿੱਘੀ, ਨਮੀ ਵਾਲੀ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਥਾਨ ਜੋ ਉਹ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਹਨ:

- ਫਰਿੱਜਾਂ, ਫ੍ਰੀਜ਼ਰਾਂ ਅਤੇ ਸਟੋਵਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ
- ਸਿੰਕ ਦੀਆਂ ਨਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਫਰਸ਼ ਦੀਆਂ ਨਾਲੀਆਂ ਵਿੱਚ
- ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਪਾਈਪਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਖਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ
- ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦੀਆਂ ਮੋਟਰਾਂ ਵਿੱਚ
- ਸ਼ੈਲਫ ਲਾਈਨਰ ਅਤੇ ਵਾਲਪੇਪਰ ਦੇ ਹੇਠਾਂ
- ਡਿਲੀਵਰੀ ਬਕਸੇ ਅਤੇ ਬੈਗਾਂ ਵਿੱਚ

ਕਾਕਰੋਚ ਇੱਕ ਤੇਜ਼ ਤੇਲ ਵਾਲੀ ਗੰਧ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਲ ਸ਼ਿਮਲਾ ਮਿਰਚ ਦੇ ਵੱਡੇ ਦਾਣੇ ਵਰਗਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਲਗਭਗ ਕੁਝ ਵੀ ਜੈਵਿਕ ਖਾ ਲੈਣਗੇ ਅਤੇ ਉਹ ਗੱਤੇ ਦੇ ਨਾਲੀਦਾਰ ਭਾਗਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਆਂਡੇ ਦੇਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਾਕਰੋਚਾਂ ਨੂੰ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਕਰੋਚਾਂ ਦੀ ਭਰਮਾਰ ਹੈ। ਕਾਕਰੋਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕਾਕਰੋਚਾਂ ਦੀਆਂ ਆਮ ਕਿਸਮਾਂ

ਕਾਕਰੋਚ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਾਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੱਸੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ:

ਕਿਸਮ	ਵਰਣਨ
ਜਰਮਨ	• ਪੀਲ਼ਾ ਭੂਰਾ ਜਾਂ ਟੈਨ ਅਤੇ 10-15 ਮਿਲੀਮੀਟਰ (ਲਗਭਗ 1/2 ਇੰਚ) ਲੰਬਾ • ਅੰਦਰੂਨੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ - ਮੋਟਰਾਂ, ਤਰੇੜਾਂ, ਦਰਾੜਾਂ, ਸਾਫਟ ਡਰਿੰਕ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨੇੜੇ • ਜਿਵੇਂ ਆਲੂ, ਪਿਆਜ਼ ਅਤੇ ਮਿੱਠੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ • ਹੋਰ ਰੋਚਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਜਣਨ ਕਰਦੇ ਹਨ
ਓਰੀਐਂਟਲ	• ਚਮਕਦਾਰ, ਕਾਲਾ ਅਤੇ ਲਗਭਗ 25-32 ਮਿਲੀਮੀਟਰ (ਲਗਭਗ 1 ਤੋਂ 1-1/4 ਇੰਚ) ਲੰਬਾ • ਬੇਸਮੈਂਟ, ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਪਾਈਪਾਂ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਨਸੀਨਰੇਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
ਅਮਰੀਕਨ	• ਲਾਲ ਭੂਰਾ ਅਤੇ ਲਗਭਗ 34-53 ਮਿਲੀਮੀਟਰ (ਲਗਭਗ 1-1/4 ਤੋਂ 2 ਇੰਚ) ਲੰਬਾ • ਵਾਲਪੇਪਰ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਵਿਚਲੇ ਸਟਾਰਚ ਵੱਲ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ • ਡਰੇਨੇਜ ਅਤੇ ਸੀਵਰੇਜ ਖੇਤਰਾਂ, ਰੈਸਟ ਰੂਮਾਂ, ਹੀਟਿੰਗ ਪਾਈਪਾਂ ਅਤੇ ਗਿੱਲੇ ਅਵਨ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
ਭੂਰੇ ਰੰਗ ਦੀਆਂ ਪੱਟੀਆਂ ਵਾਲਾ	• ਜਰਮਨ ਰੋਚਾਂ ਵਰਗਾ ਦਿਖਦਾ ਹੈ • ਰਸੋਈ, ਸੁੱਕੇ ਸਟੋਰੇਜ, ਅਤੇ ਖਾਣੇ ਦੇ ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ ਮੇਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਕੁਰਸੀਆਂ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
ਏਸ਼ੀਆਈ	• ਜਰਮਨ ਕਾਕਰੋਚ ਵਰਗਾ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਉੱਡ ਸਕਦੇ ਹਨ • ਰੌਸ਼ਨੀ ਵੱਲ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗਰਮ-ਖੰਡੀ ਪੌਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਮੱਖੀਆਂ

ਮੱਖੀਆਂ ਸਾਡੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਏਨੀਆਂ ਆਮ ਹਨ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ। ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਉਹ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹਨ।

ਮੱਖੀਆਂ ਗੰਧ ਦੁਆਰਾ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਕੂੜੇ ਅਤੇ ਮਲ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਜਣਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਮਾਦਾ ਘਰੇਲੂ ਮੱਖੀ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਕਾਲ ਦੌਰਾਨ 375 ਤੋਂ 750 ਆਂਡੇ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਆਂਡਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸੱਤ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਨਿਕਲ ਆਉਣਗੇ। ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਮੱਖੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੱਖੀਆਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਗੰਦਗੀ ਫੈਲਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਾਲਾਂ ਨਾਲ ਢਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੱਕਸ਼ਨ ਕੱਪ (suction cups) ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕੋਈ ਵੀ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਦਾਰਥ ਜੋ ਉਹ ਛੂੰਹਦੀਆਂ ਹਨ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਚਿਪਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮੱਖੀਆਂ ਦੇ ਦੰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਭੋਜਨ ਨਹੀਂ ਚਬਾ ਸਕਦੀਆਂ। ਜੇ ਉਹ ਕੋਈ ਠੋਸ ਚੀਜ਼ ਖਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਸ 'ਤੇ ਉਲਟੀਆਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੇਟ ਦਾ ਐਸਿਡ ਠੋਸ ਨੂੰ ਘੋਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਚੂਸਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਮੱਖੀ ਨੂੰ ਡਰਾ ਕੇ ਭਜਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਲਟੀ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂੰ ਵੀ। ਮੱਖੀਆਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਖਾਂਦੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਮਲ ਤਿਆਗ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮੱਖੀਆਂ:

- ਪਿੰਨ ਹੈੱਡ ਦੇ ਆਕਾਰ ਜਿੰਨੇ ਸੁਰਾਖ ਰਾਹੀਂ ਕਿਸੇ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ
- ਸੜਨ, ਕੂੜੇ, ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਮਲ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਦੀ ਬਦਬੂ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਇਹ ਉਹ ਥਾਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਂਡੇ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਲੱਭਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਹਵਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਵੱਲ ਖਿੱਚੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੂੜੇ ਵਾਲੇ ਕੈਨ ਦੇ ਰਿਮ
- ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਮੀ ਵਾਲੇ, ਨਿੱਘੇ, ਅਤੇ ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਕਰਕੇ ਸੜ ਰਹੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਂਡੇ ਮੈਗਗੋਟ ਬਣ ਸਕਣ

ਹੋਰ ਕੀੜੇ

ਬੀਟਲ, ਭਮੱਕੜ (moth) ਅਤੇ ਕੀੜੀਆਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਟੇ ਦੀ ਸੁਸਰੀ, ਬੀਟਲ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਰਗੇ ਕੀੜੇ ਅਕਸਰ ਸੁੱਕੇ ਸਟੋਰੇਜ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਲਈ ਦੇਖੋ:

- ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਦੇ ਸਰੀਰ
- ਖੰਭ ਜਾਂ ਜਾਲੇ
- ਭੋਜਨ ਜੋ ਇਕੱਠਾ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ
- ਤੈਹਾਂ ਅਤੇ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸੁਰਾਖ

ਕੀੜੀਆਂ ਅਕਸਰ ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਫਰਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਆਲਣੇ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸਟੋਵ ਅਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਪਾਈਪਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ। ਉਹ ਨਿੱਘ ਅਤੇ ਚਿਕਨਾਈ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਮਿੱਠੇ ਭੋਜਨਾਂ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

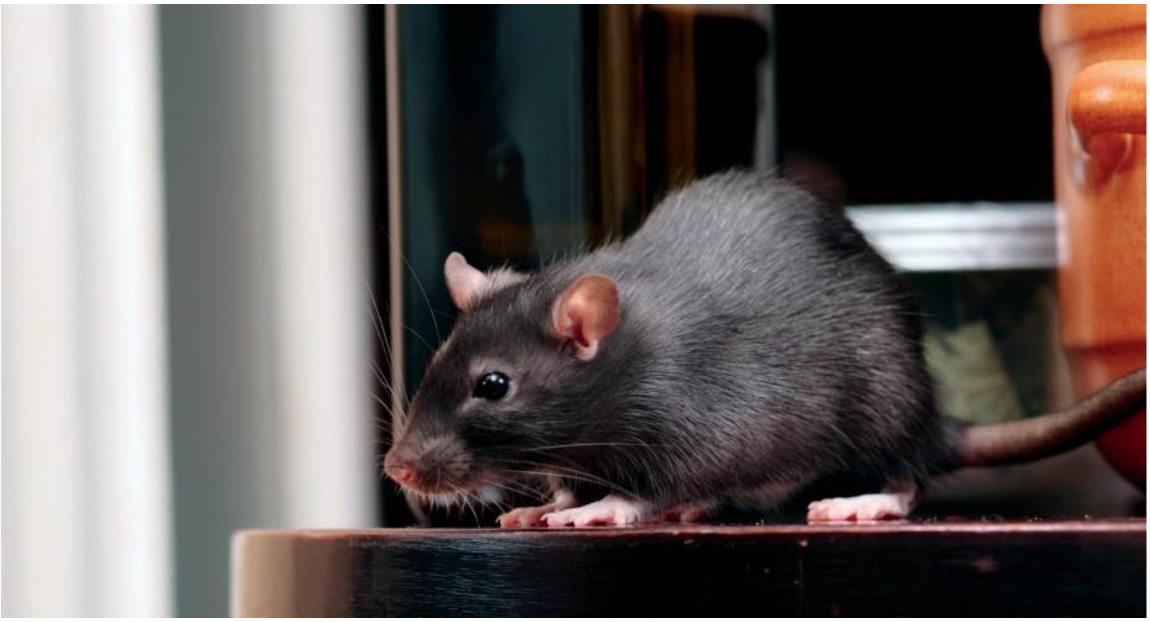
ਚੂਹੇ

ਕੁਤਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਨਵਰ, ਜਿਵੇਂ ਚੂਹੇ ਅਤੇ ਚਕੂੰਦਰ, ਭੋਜਨ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਰਬਾਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਾਇਦਾਦ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਚੂਹੇ ਅਤੇ ਚਕੂੰਦਰਾਂ ਦੋਵੇਂ ਇਮਾਰਤਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸੁਰਾਖ ਕਰਕੇ ਕੰਧਾਂ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਬਿਜਲੀ ਦੀਆਂ ਤਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚਬਾ ਕੇ ਅੱਗ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਕੀੜੇ ਸਿਹਤ ਲਈ ਗੰਭੀਰ ਖਤਰਾ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਰਾਹੀਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹ ਕੇ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਤਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਪਾਚਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਸਧਾਰਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਲੈਡਰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸ਼ੌਚ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਡਿੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉੱਡ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਕੀੜਿਆਂ ਵਾਂਗ, ਚੂਹੇ ਅਤੇ ਚੁਕੰਦਰ ਅਕਸਰ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਜਣਨ ਕਰਨਗੇ।

ਚੂਹੇ ਮਾੜੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲਗਾਏ ਕੁੜੱਕਿਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕੰਟਰੋਲ ਉਪਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਚੂਹੇ ਦਾ ਕੱਟਣਾ ਮਨੁੱਖਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਮਰੇ ਹੋਏ ਚੂਹਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਾਕਰੋਚਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਕੁਤਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਨਵਰ ਹਨੇਰੇ ਅਤੇ ਰਾਤ ਵਿੱਚ ਸਰਗਰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿਨ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਜਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵੱਡੀ ਭਰਮਾਰ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਹੈ।



ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ

ਕੀੜਿਆਂ ਦੀ ਭਰਮਰਾ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਹੀ ਰੋਕਿਆ ਜਾਵੇ।

ਜੇ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਕਥਾਮ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨੇ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਰੱਖਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਤੁਹਾਡੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਮਲੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇ ਉਚਿਤ ਖਿਆਲ ਨਹੀਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ।

ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਕੀੜਿਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਸੌਖਾ ਅਤੇ ਘੱਟ ਮਹਿੰਗਾ ਹੈ।

ਕੀਟ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਦੇ ਸੰਚਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਕੀਟ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਭਿਆਸਾਂ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖ਼ਮ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਰਸਾਇਣਕ ਨਿਯੰਤਰਣਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰਤਾ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇੱਕ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਕੀਟ ਪ੍ਰਬੰਧਨ (Integrated Pest Management - IPM) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਇੱਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ ਜੋ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੀੜਿਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

IPM ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿੰਨ ਆਮ ਸਮਝ ਦੇ ਨਿਯਮ ਇਹ ਹਨ:

- ਚੰਗੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ (housekeeping) ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਕੇ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਪਨਾਹ ਦੇਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰੋ।
- ਇਮਾਰਤ ਨੂੰ ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰਕੇ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖੋ।
- ਕਿਸੇ ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ।

ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕੰਪਨੀ

ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਦੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਭਰਮਾਰ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲਓ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਅਹਾਤੇ ਲਈ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢੁਕਵੀਂ ਹੈ। . ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੰਭਵ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ, ਨਿਰੀਖਣ ਪ੍ਰਣਾਲੀ, ਉਪਚਾਰ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ। ਜਾਣੋ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ(ਵਾਂ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ।

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਦਾਖਲੇ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਪਨਾਹ ਦੇਣ ਜਾਂ ਪ੍ਰਜਣਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਰੇਟਰਾਂ ਨੂੰ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਦੇ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੱਕ ਸਾਰੇ ਕੀਟ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਲਈ ਰਸੀਦਾਂ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਵਾਤਾਵਰਣ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਪਰੇਟਰ ਅਤੇ ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕੰਪਨੀ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਕਾਜੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਨਿਯੰਤਰਣ ਵਿਧੀਆਂ

ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਛਿੜਕਾਅ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪਲੇਟਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਢੱਕ ਦਿਓ ਜਿੱਥੇ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦਾ ਛਿੜਕਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਅਤੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਦੇ ਵੀ ਛਿੜਕਾਅ ਨਾ ਕਰੋ।

ਕੁਝ ਰਸਾਇਣਾਂ ਅਤੇ ਉਪਚਾਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਦੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਜਦੋਂ ਕਰਮਚਾਰੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਦੱਸ ਦੇਈਏ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਜੋ ਇੱਕ ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਆਪਰੇਟਰ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਹ ਹਨ ਕੁੜੱਕੇ, ਗਲੂ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਚਾਰੇ। ਉਹ ਆਲ੍ਹਣਿਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਜਣਨ ਸਥਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਤਬਾਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪੈਰਵਾਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਵਿਧੀਆਂ ਕੀਟਾਂ ਦੀ ਭਰਮਾਰ ਨੂੰ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਖਤਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ

ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ

- ਫਰਸ਼ਾਂ, ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਵਿੱਚ ਖਾਲੀ ਪਾੜ, ਤਰੇੜਾਂ ਅਤੇ ਦਰਾੜਾਂ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕਰੋ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਲੀਕ ਪਲੰਬਿੰਗ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰੋ।
- ਇਮਾਰਤ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।
- ਖਿੜਕੀਆਂ, ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਹਵਾ-ਸੁਰਾਖਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ 'ਤੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀਆਂ ਭਾਰੀ ਪੱਟੀਆਂ ਜਾਂ ਹਵਾ ਦੇ ਪਰਦੇ (air curtain) ਸਥਾਪਤ ਕਰੋ।

ਕੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ

- ਕੀੜਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਕੋਈ ਸਰੋਤ ਨਾ ਛੱਡੋ। ਸਿੰਕ ਦਾ ਪਾਣੀ ਬਾਹਰ ਕੱਢਕੇ ਲੀਕ ਪਾਈਪਾਂ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਨਾ ਛੱਡੋ। ਜੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਫਰਸ਼ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਕੋਈ ਵਿਰਲ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਡੋਰ ਸਵੀਪ (door sweep) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ (ਚੂਹੇ ਇੱਕ ਚੌਥਾਈ ਇੰਚ ਦੇ ਸੁਰਾਖ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਵੜ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਚੁਕੰਦਰ ਅੱਧੇ ਇੰਚ ਦੇ ਸੁਰਾਖ ਰਾਹੀਂ ਵੜ ਸਕਦੇ ਹਨ)।

ਸਵੱਛਤਾ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਰੱਖ-ਰਖਾਓ

ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਦਾ ਨਿਯੰਤਰਣ ਚੰਗੀ ਸਫ਼ਾਈ ਦੀ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦਾ। ਤੁਹਾਡੀ ਇਮਾਰਤ ਜਿੰਨੀ ਸਾਫ਼ ਹੋਵੇਗੀ, ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਓਨਾ ਹੀ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ।

ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ

- ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈਆਂ ਨੂੰ ਫਰਸ਼ ਤੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ (ਛੇ ਇੰਚ) ਉੱਪਰ ਸਟੋਰ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕੋ।
- ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਥੋਕ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਸੀਲਬੰਦ ਧਾਤ ਜਾਂ ਭਾਰੀ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।
- ਬ੍ਰੇਕ ਵਾਲੇ ਕਮਰਿਆਂ, ਵਾਸ਼ਰੂਮਾਂ ਅਤੇ ਲਾਕਰ ਵਾਲੇ ਕਮਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੁੱਕਾ ਰੱਖੋ।

ਕੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ

- ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਖੇਪ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਾ ਕਰੋ ਜੋ ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੁਤਰਨ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਜਾਂ ਮਲ।
- ਗੱਤੇ ਦੀ ਪੈਕਿੰਗ ਨੂੰ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਨਾ ਰੱਖੋ। ਇਹ ਕਾਕਰੋਚ ਦੇ ਅੰਡੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਫੈਲੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਨਾ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਡੁੱਲ੍ਹ-ਵਲੀਟ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।
- ਕੂੜੇ ਨੂੰ ਉੱਥੇ ਨਾ ਛੱਡੋ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕਰੋ।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

1. ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਕੀੜੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ
2. ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵੱਲ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
3. ਕੀੜੇ-ਮਕੌੜਿਆਂ ਦੀ ਭਰਮਾਰ ਹੋਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਇੱਕ ਵਾਰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਤੇ ਘੱਟ ਮਹਿੰਗਾ ਕਿਉਂ ਹੈ

Notes

ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧਨ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

HACCP ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਖਤਰਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ। ਇਹ ਇੱਕ ਸਵੈ-ਨਿਰੀਖਣ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ ਜੋ ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬਿੰਦੂਆਂ 'ਤੇ ਭੌਤਿਕ, ਰਸਾਇਣਕ, ਜੈਵਿਕ ਅਤੇ ਐਲਰਜੈਨ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੀ HACCP ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਨਾਸਾ ਲਈ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਪੁਲਾੜ ਯਾਤਰੀਆਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਭੋਜਨ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਜੋਖ਼ਮ ਮੁਕਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਏਨਾ ਸਫਲ ਰਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਨ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਹੁਣ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

HACCP ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਟੀਚਾ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਘਟਾਉਣਾ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਵਟ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਹੈ।

ਇਹ ਭਾਗ HACCP ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੇਗਾ। HACCP ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ, ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ (CFIA) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਪਿਛਲੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।

- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸਵੱਛ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਫ਼ਾਈ, ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ, ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਦੀ ਉਚਿਤ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਸਟੋਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ ਦੋਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਅਤੇ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਅਮਲੇ ਦੇ ਹਰ ਮੈਂਬਰ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

HACCP ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ

HACCP ਦੇ ਸੱਤ ਸਿਧਾਂਤ ਹਨ:

1 ਖਤਰੇ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰੋ।

2 ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ (CCPs) ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰੋ।

3 ਨਾਜ਼ੁਕ ਸੀਮਾ(ਵਾਂ) ਸਥਾਪਤ ਕਰੋ।

4 CCPs ਦੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਸਥਾਪਤ ਕਰੋ।

5 ਜਦੋਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ CCP ਕੰਟਰੋਲ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈ ਸਥਾਪਤ ਕਰੋ।

6 ਇਹ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤਸਦੀਕੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਸਥਾਪਤ ਕਰੋ ਕਿ HACCP ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।

7 ਇਹਨਾਂ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਢੁਕਵੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਸਥਾਪਤ ਕਰੋ।

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ, QMP ਰੈਫਰੈਂਸ ਸਟੈਂਡਰਡ ਐਂਡ ਕੰਪਲਾਇੰਸ ਗਾਈਡਲਾਈਨਜ਼, ਚੈਪਟਰ 3, ਵਿਸ਼ਾ 4, ਸੈਕਸ਼ਨ 5 ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਅਨੁਕੂਲਿਤ ਕੀਤਾ।

ਕਦਮ 1 - ਖਤਰੇ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ

HACCP ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਖਤਰੇ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਕਰਨ (food processing) ਜਾਂ ਤਿਆਰੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਭਾਵਿਤ ਖਤਰਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ
- ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨਾ ਕਿ ਹਰੇਕ ਖਤਰਾ ਕਿੰਨਾ ਨਾਜ਼ੁਕ ਹੈ
- ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨਾ ਕਿ ਹਰੇਕ ਖਤਰਾ ਵਾਪਰਨ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਕਰਨ ਅਤੇ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਹਰ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਖਤਰਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਿੱਖਿਆ ਹੈ, ਇਹ ਪੜਾਅ ਹਨ:

- ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰਨਾ
- ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਨਾ
- ਹਿਮਦ੍ਰਵਣ ਯਾਨੀ ਬਰਫ਼-ਮੁਕਤ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਲਿਆਉਣਾ (thawing)
- ਰੈਫਰਿਜਰੇਸ਼ਨ
- ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ
- ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣਾ
- ਗਰਮ ਅਤੇ ਠੰਢਾ ਰੱਖਣਾ
- ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ
- ਮੁੜ ਗਰਮ ਕਰਨਾ

ਖਤਰੇ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ

ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਇਹ ਹਨ:

- ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਜੋ ਤਿਆਰੀ, ਸਟੋਰੇਜ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਰੱਖਣ ਦੌਰਾਨ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਜਾਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਜੋ ਗਰਮੀ ਤੋਂ ਬਚੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਉਹ ਰਸਾਇਣ ਜੋ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਭੌਤਿਕ ਵਸਤੂਆਂ ਜੋ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ

ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ:

- ਕਿਸੇ ਪਕਵਾਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਐਲਰਜੈਂਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ।
  ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰਾ: ਐਲਰਜੀ।
- ਮੂਲ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਸਟੋਰੇਜ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਣਾ।
  ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰਾ: ਭੌਤਿਕ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ।
- ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਠੰਢੇ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਗਰਮ ਤਾਪਮਾਨ ਤੱਕ ਮੁੜ ਗਰਮ ਕਰਨਾ।
  ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰਾ: ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ।
- ਰਸਾਇਣਾਂ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ।
  ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰਾ: ਰਸਾਇਣਕ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ।

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਇੱਕ ਸੰਭਾਵਿਤ ਖਤਰਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਇਸ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਨਾਜ਼ੁਕ ਖਤਰਾ ਹੈ ਕਿ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜੋਖ਼ਮ ਕਿੰਨਾ ਉੱਚਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਕਰਨ ਦੇ ਖਤਰੇ (processing risks)

ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਕਰਨ ਕਰਨ ਦੇ ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਸੰਭਾਵਿਤ ਖਤਰੇ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ:

- ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤਾਪਮਾਨ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਕਈ ਪੜਾਵਾਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਉਹ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
- ਤਾਪਮਾਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਜੋ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚੋਂ ਗਰਮ ਤੋਂ ਠੰਢੇ ਜਾਂ ਠੰਢੇ ਤੋਂ ਗਰਮ ਤੱਕ ਲੰਘਦੀਆਂ ਹਨ

ਕਦਮ 2 - ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ

ਇੱਕ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ (CCP) ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਜਾਂ ਉਤਪਾਦਨ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਵੀ ਬਿੰਦੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਖਤਰਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ CCPs ਸਥਾਪਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲੇ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਹਰੇਕ ਨਾਜ਼ੁਕ ਖਤਰੇ ਲਈ, ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ, ਰੋਕਣ ਜਾਂ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਬੱਧ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਮਿਆਰੀ ਖਤਰਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ/ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਰਨ ਯੋਗ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਵਾਸਤੇ ਅੰਤਿਕਾ ਦੇਖੋ।

ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ

ਤੁਸੀਂ 'ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ' ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ CCP ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨਾ

ਸਿੱਖ ਲਿਆ ਹੈ ਰੀਮਾਈਂਡਰ ਵਜੋਂ, ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਇਹ ਹਨ:

- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਪਕਾਏ ਗਏ ਹਨ
- ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਤਾਪਮਾਨਾਂ 'ਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰਨਾ ਜੋ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੇ ਹਨ
- ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਵੱਲੋਂ ਬਿਤਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਨਾ

'ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ' ਸੈਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਸਿੱਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਐਲਰਜੈਂਨ ਨਿਯੰਤਰਣਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ:

- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਭੋਜਨ ਸਮੱਗਰੀ ਬਾਰੇ ਗਾਹਕ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਭੋਜਨ ਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਕਿ ਐਲਰਜੈਂਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ
- ਗਿਆਤ ਐਲਰਜੈਂਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਨਾਲ ਬਦਲਣਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

ਕਦਮ 3 - ਨਾਜ਼ੁਕ ਸੀਮਾਵਾਂ

ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਹਰੇਕ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ (CCP) ਲਈ, ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੀਮਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਨਾਜ਼ੁਕ ਸੀਮਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਸਾਰਣੀ ਵਿੱਚ ਹਨ।

ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ	ਨਾਜ਼ੁਕ ਸੀਮਾ ਦੀ ਉਦਾਹਰਨ
ਕੱਚੇ ਚਿਕਨ ਦੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।	ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਅਭਿਆਸ ਅਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਬੂਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਚਿਕਨ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 74°C (165°F) ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਪਕਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦਾ ਵਾਧਾ 4°C (40°F) ਅਤੇ 60°C (140°F) ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।	ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ 60°C (140°F) ਤੋਂ 20°C (68°F) ਤੱਕ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਚਾਰ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ 20°C (68°F) ਤੋਂ 4°C (40°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤੱਕ ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
ਕੱਚੇ ਭੋਜਨਾਂ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨਾ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।	ਕੱਚੇ ਭੋਜਨਾਂ ਅਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨਾਂ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਕਦਮ 4 - ਨਿਗਰਾਨੀ

ਹਰੇਕ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ (CCP) 'ਤੇ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੀਮਾਵਾਂ ਲਾਗੂ ਹਨ।

ਨਿਗਰਾਨੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਬੱਧ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਹ ਮਾਪਣਯੋਗ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਨ ਯੋਗ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੌਣ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ।

ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:

- ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਦੌਰਾਨ ਤਾਪਮਾਨ
- ਫਰਿੱਜ ਅਤੇ ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ
- ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਭੋਜਨਾਂ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਘਟਦਾ ਹੈ
- ਪ੍ਰਾਪਤ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਜਾਂਚ ਟਿਕਟਾਂ ਜਾਂ ਲੇਬਲਾਂ ਲਈ
- ਭਰਮਾਰ ਜਾਂ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ
- ਪ੍ਰਾਪਤ ਭੋਜਨ ਵਾਸਤੇ ਸਹੀ ਸ਼ਿਪਿੰਗ ਤਾਪਮਾਨਾਂ ਵਾਸਤੇ

ਕਦਮ 5 - ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈ

ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਜੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਨਾਜ਼ੁਕ ਸੀਮਾਵਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈ ਲਈ ਉਠਾਏ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

- ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨਾ
- ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਉਤਪਾਦ(ਦਾਂ) ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ
- ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
- ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਵਾਪਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ

ਜਦੋਂ ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜੋ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹੋਣ ਕਿ ਕੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿਉਂ।

ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਹਨ ਜੋ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਨਾਜ਼ੁਕ ਸੀਮਾ	ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈ ਉਦਾਹਰਨ (ਜੇ ਕੰਟਰੋਲ ਉਪਾਅ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ)
ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਪੂਰੇ ਚਿਕਨ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 82°C (180°F) ਦੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਪਕਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।	ਚਿਕਨ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਪਕਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਪਮਾਨ 74°C (165°F) ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ।
ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ 60°C (140°F) ਤੋਂ 20°C (68°F) ਤੱਕ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਚਾਰ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ 20°C (68°F) ਤੋਂ 4°C (40°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤੱਕ ਠੰਢਾ ਕਰੋ।	ਜੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ 20°C (68°F) ਤੱਕ ਠੰਢਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
ਕੱਚੇ ਭੋਜਨਾਂ ਅਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨਾਂ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।	ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
ਬੇਕਡ ਚਿਕਨ ਨੂੰ 60°C (140°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਜਦ ਤੱਕ ਇਹ ਸਰਵ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ।	ਜੇ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਨੂੰ ਚਿਕਨ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ 60°C (140°F) ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 74°C (165°F) ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ ਤੱਕ ਗਰਮ ਕਰੋ - ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਵਾਰ।

ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਕਦਮ 6 - ਪੁਸ਼ਟੀ

ਪੁਸ਼ਟੀਕਰਨ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਦੋਹਰੀ ਜਾਂਚ ਹੈ ਕਿ HACCP ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਪੁਸ਼ਟੀਕਰਨ ਨਿਗਰਾਨੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਪੁਸ਼ਟੀਕਰਨ ਨਿਗਰਾਨੀ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਵਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ।

ਹੋਰ HACCP ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਵਾਂਗ, ਪੁਸ਼ਟੀਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਲਿਖੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ:

- ਪੁਸ਼ਟੀਕਰਨ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ
- ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ
- ਇਹ ਕਦੋਂ ਕਰਨਾ ਹੈ
- ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਪੁਸ਼ਟੀਕਰਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਨਿਗਰਾਨੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਕਦਮ 7 - ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਕਰਨ

HACCP ਲਈ ਦੋ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ: ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ। HACCP ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਉਹਨਾਂ ਨੀਤੀਆਂ, ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜੋ HACCP ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਬਣਾਏ ਜਾਣ ਸਮੇਂ ਲਿਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਰਿਕਾਰਡ ਉਦੋਂ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ HACCP ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿਕਾਰਡ ਕੀਤੇ ਤਾਪਮਾਨ, ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੇ ਲੌਗ ਅਤੇ ਰੱਖੀ ਗਈ ਕੋਈ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਰਿਕਾਰਡ ਸਰਲ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਵਰਤਣ ਲਈ ਆਸਾਨ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ:

- ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਕਈ ਆਈਟਮਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਖਾਲੀ ਫਾਰਮ ਅਤੇ ਇੱਕ ਕਲਿੱਪਬੋਰਡ ਰੱਖੋ।
- ਇਹ ਲਿਖਣ ਲਈ ਨੋਟਬੁੱਕਾਂ ਜਾਂ ਵਾਧੂ ਪੰਨੇ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਓ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ।
- ਕੰਮ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੋਸਟ ਜਾਂ ਸਟੋਰ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਕਰਮਚਾਰੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਦੇਣੇ ਦੇਖ ਸਕਣ।
- ਉਹਨਾਂ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨਾਲ ਲੌਗ ਜੋੜੋ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਉਹ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਫਰਿੱਜ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਤਾਪਮਾਨ ਲੌਗ ਪੋਸਟ ਕਰਨਾ।

HACCP ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਰੱਖੇ ਗਏ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ, ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ (CFIA) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇ HACCP ਸੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੀ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣਾ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇ। ਵਰਤਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਜਾਂ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਅਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਖੇਤਰ, ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਾਪਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਨੰਬਰ ਭਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ

ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ, ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

1 HACCP ਦੇ ਸੱਤ ਸਿਧਾਂਤ

2 ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟਾਂ (CCPs) ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸੀਮਾਵਾਂ ਕਿਵੇਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ।

3 ਤੁਹਾਡੇ HACCP ਸਿਸਟਮ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

4 ਉਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ

Notes

ਹਵਾਲੇ

ਸੰਘੀ/ਸੂਬਾਈ/ਖੇਤਰੀ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਮੇਟੀ। (2016)। *ਫੂਡ ਰਿਟੇਲ ਅਤੇ ਫੂਡ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕੋਡ।*

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ (2016)। *ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਮੌਤਾਂ।* http://healthycanadians.gc.ca/eating-nutrition/ risks-recalls-rappels-risques/surveillance/illness-estimates-estimations-maladies/ yearly-annuel-eng.php ਤੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਓਨਟਾਰੀਓ (2015, ਮਾਰਚ)। *ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜੋ ਅਸੀਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।* ਏਥੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ: http://www.publichealthontario.ca/en/DataAndAnalytics/ OntarioHealthProfile/Pages/OHP-IWR-FoodborneIllness.aspx.

ਅੰਤਿਕਾਵਾਂ

ਲਿੰਕ 119

ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਿੰਕ 119

ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪਕਾਉਣ ਅਤੇ ਮੁੜ ਗਰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 120

ਨਾਜ਼ੁਕ ਤਾਪਮਾਨ 121

ਤਿੰਨ ਖਾਨਿਆਂ ਦੇ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਡਿਸ਼ ਵਾਸ਼ਿੰਗ 122

ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ ਗਾਈਡ 123

ਅਲਮਾਰੀ (ਕਮਰੇ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ) ਜਦ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਿਰਧਾਰਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ, ਸਮਾਂ ਅਣਖੋਲ੍ਹੇ ਪੈਕੇਜਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। 123

ਫਰਿੱਜ 124

ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ 126

ਖਤਰਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ (HACCP) ਵਰਕਸ਼ੀਟ 128

ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ 129

ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰੋਮੋਸ਼ਨ ਐਕਟ (HPPA) 138

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ (O. Reg. 493/17) 138

ਲਿੰਕ

ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਿੰਕ

ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਹਨਾਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਐਡੀਟਿਵ ਡਿਕਸ਼ਨਰੀ
http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/securit/addit/diction/index-eng.php

ਕੈਨੇਡਾ ਫੂਡ ਐਂਡ ਡਰੱਗ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ
http://laws-lois.justice.gc.ca/eng/regulations/C.R.C.%2C_c._870/
ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ http://www.inspection.gc.ca

ਖਪਤਕਾਰ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਭਾਈਵਾਲੀ www.canfightbac.org/en

ਫੂਡ ਸਾਇੰਸ ਨੈੱਟਵਰਕ http://www.uoguelph.ca/foodsafetynetwork/

ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ www.hc-sc.gc.ca

ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੇਂਡੂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਮੰਤਰਾਲਾ www.omafra.gov.on.ca

ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਲੰਬੀ ਮਿਆਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਮੰਤਰਾਲਾ www.health.gov.on.ca

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਏਜੰਸੀ ਆਫ ਕੈਨੇਡਾ http://www.phac-aspc.gc.ca

ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ www.who.int/en

ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪਕਾਉਣ ਅਤੇ ਮੁੜ ਗਰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਭੋਜਨ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਖਪਤ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ। ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਉਪਲਬਧ ਸਬੂਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਭੋਜਨ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਡ ਪ੍ਰੋਬ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

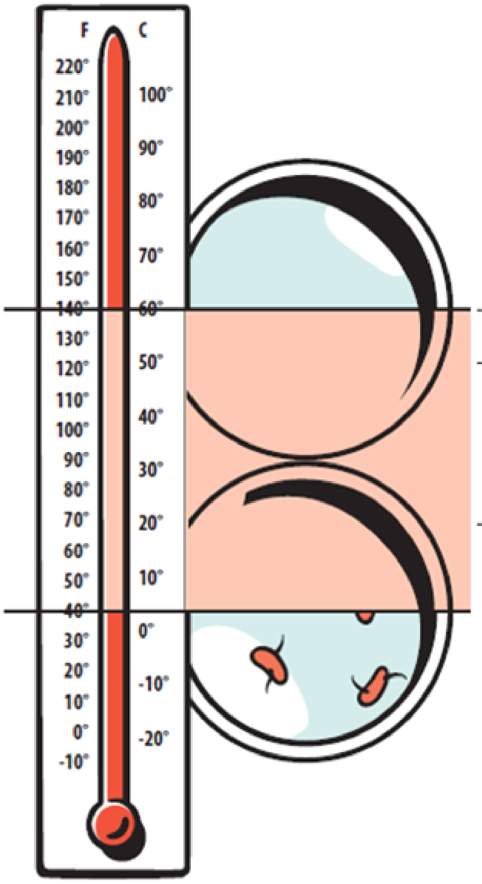
ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ:

ਆਈਟਮ		ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤਾ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਅੰਦਰੂਨੀ ਪਕਾਉਣ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ	ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤਾ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਰੀਹੀਟਿੰਗ
	ਪੂਰੀ ਪੋਲਟਰੀ	82°C (180°F)	74°C (165°F)
	ਪੀਸਿਆ ਪੋਲਟਰੀ ਪੋਲਟਰੀ ਉਤਪਾਦ ਪੋਲਟਰੀ ਦੇ ਟੁਕੜੇ	74°C (165°F)	74°C (165°F)
	ਭੋਜਨ ਮਿਸ਼ਰਣ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪੋਲਟਰੀ, ਆਂਡੇ, ਮੀਟ, ਮੱਛੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ	74°C (165°F)	74°C (165°F)
	ਸੂਰ ਦਾ ਮਾਸ ਸੂਰ ਦਾ ਉਤਪਾਦ ਪੀਸੇ ਪੋਲਟਰੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪੀਸਿਆ ਮੀਟ	71°C (160°F)	71°C (160°F)
	ਮੱਛੀ	71°C (160°F)	71°C (160°F)

	ਸਮੁੰਦਰੀ ਭੋਜਨ	70°C (158°F)	70°C (158°F)

ਨਾਜ਼ੁਕ ਤਾਪਮਾਨ

ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਾਪਮਾਨ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ 4°C (40°F) ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਜਾਂ 60°C (140°F) ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਾਪਮਾਨ ਸੀਮਾ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ *ਖ਼ਤਰੇ ਦਾ ਜ਼ੋਨ* ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਉਹ ਤਾਪਮਾਨ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।



ਤਿੰਨ ਖਾਨਿਆਂ ਦੇ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਡਿਸ਼ ਵਾਸ਼ਿੰਗ

1 ਖੁਰਚੋ

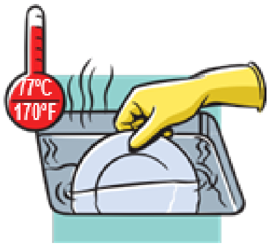
ਧੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਖੁਰਚੋ, ਛਾਂਟੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਗਿੱਲਾ ਕਰੋ।

2 ਰਗੜਕੇ ਧੋਵੋ

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਡਿਟਰਜੈਂਟ ਘੋਲ ਨਾਲ ਰਗੜਕੇ ਧੋਵੋ ਜੋ ਗ੍ਰੀਸ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ।

3 ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ

ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ ਜੋ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 43°C (110°F) ਹੋਵੇ।



4 ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰੋ

ਸਾਫ਼ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰੋ।

ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 45 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਭਿਉਂਵੋ:

- 100 ppm ਕਲੋਰੀਨ ਨਾਲ 24°C (75°F) ਪਾਣੀ।
- 200 ppm ਕੁਆਟਰਨਰੀ ਅਮੋਨੀਅਮ ਦੇ ਨਾਲ 24°C (75°F) ਪਾਣੀ।
- ਸਿਰਫ 77°C (170°F) ਪਾਣੀ।

5 ਹਵਾ ਨਾਲ ਸੁਕਾਓ

ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਨਾ ਸੁਕਾਓ।

ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ ਗਾਈਡ

ਆਮ ਭੋਜਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ੈਲਫ ਲਾਈਫ ਲਈ ਆਮ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼। ਲੇਬਲ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਜੇ ਲਾਗੂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ 'ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਰਤੋਂ' ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ (best before dates) ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸੁਆਦ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਮੁੱਲ ਵਿਗੜ ਜਾਣਗੇ। ਜੇ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਦੇ ਸਬੂਤ ਹਨ ਤਾਂ ਛੱਡ ਦਿਓ।

ਅਲਮਾਰੀ

(ਕਮਰੇ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ) ਜਦ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਿਰਧਾਰਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ, ਸਮਾਂ ਅਣਖੋਲ੍ਹੇ ਪੈਕੇਜਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਦਾਣੇਦਾਰ ਅਨਾਜ (ਇੱਕ ਵਾਰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਰੌਸ਼ਨੀ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਤੋਂ ਦੂਰ, ਹਵਾਬੰਦ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰੋ)

ਬ੍ਰੈੱਡ ਦੇ ਟੁਕੜੇ (ਸੁੱਕੇ)	3 ਮਹੀਨੇ
ਅਨਾਜ (ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ)	8 ਮਹੀਨੇ
ਕੋਰਨਮੀਲ	6-8 ਮਹੀਨੇ
ਕਰੈਕਰਜ਼	6 ਮਹੀਨੇ
ਪਾਸਤਾ	ਕਈ ਸਾਲ
ਚਾਵਲ	ਕਈ ਸਾਲ।
ਰੋਲ ਕੀਤੇ ਓਟਸ	6-10 ਮਹੀਨੇ
ਚਿੱਟਾ ਆਟਾ	1 ਸਾਲ
ਕਣਕ ਅਣਛਾਣਿਆ ਆਟਾ	3 ਮਹੀਨੇ

ਡੱਬਾਬੰਦ ਭੋਜਨ (ਇੱਕ ਵਾਰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਏਅਰਟਾਈਟ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿੱਚ ਢੱਕ ਕੇ ਸਟੋਰ ਕਰੋ)

ਵਾਸ਼ਪੀਕਰਨ ਵਾਲਾ ਦੁੱਧ	9-12 ਮਹੀਨੇ
ਹੋਰ ਡੱਬਾਬੰਦ ਭੋਜਨ	1 ਸਾਲ

ਸੁੱਕੇ ਭੋਜਨ (ਇੱਕ ਵਾਰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਰੌਸ਼ਨੀ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਤੋਂ ਦੂਰ, ਹਵਾਬੰਦ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰੋ)

ਬੇਕਿੰਗ ਪਾਊਡਰ, ਬੇਕਿੰਗ ਸੋਡਾ	1 ਸਾਲ
ਬੀਨਜ਼, ਮਟਰ, ਮਸਰ	1 ਸਾਲ
ਚਾਕਲੇਟ (ਬੇਕਿੰਗ)	7 ਮਹੀਨੇ
ਕੋਕੋਆ	10-12 ਮਹੀਨੇ
ਕੌਫੀ (ਪੀਸੀ)	1 ਮਹੀਨਾ
ਕੌਫੀ (ਤੁਰੰਤ)	1 ਸਾਲ
ਕੌਫੀ ਵ੍ਹਾਈਟਨਰ	6 ਮਹੀਨੇ
ਫਲ (ਸੁੱਕੇ)	1 ਸਾਲ
ਜਿਲੇਟਿਨ	1 ਸਾਲ
ਜੈਲੀ ਪਾਊਡਰ	2 ਸਾਲ
ਮਿਕਸ (ਕੇਕ, ਪੈਨਕੇਕ, ਅਤੇ ਬਿਸਕੁਟ)	1 ਸਾਲ
ਮਿਕਸ (ਪਾਈ ਫਿਲਿੰਗ ਅਤੇ ਪੁਡਿੰਗ)	18 ਮਹੀਨੇ
ਮਿਸ਼ਰਣ (ਮੁੱਖ ਪਕਵਾਨ ਦੇ ਨਾਲ ਸਹਾਇਕ ਪਕਵਾਨ)	9-12 ਮੋ.
ਆਲੂ (ਫਲੇਕਸ)	1 ਸਾਲ
ਸਕਿਮ ਮਿਲਕ ਪਾਊਡਰ	

- ਅਣਖੋਲ੍ਹਿਆ	1 ਸਾਲ
- ਖੋਲ੍ਹਿਆ	1 ਮਹੀਨਾ
ਖੰਡ (ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ)	ਕਈ ਸਾਲ
ਚਾਹ ਦੇ ਬੈਗ	1 ਸਾਲ
ਫੁਟਕਲ ਭੋਜਨ	
ਸ਼ਹਿਦ	18 ਮਹੀਨੇ
ਜੈਮ, ਜੈਲੀਆਂ (ਇੱਕ ਵਾਰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਢਕੇ ਹੋਏ)	1 ਸਾਲ
ਮੇਯੋਨੇਜ਼, ਸਲਾਦ ਡਰੈਸਿੰਗਾਂ	
- ਅਣਖੋਲ੍ਹਿਆ	6 ਮਹੀਨੇ
- ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਗਿਆ (ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਢਕਿਆ ਹੋਇਆ)	1-2 ਮਹੀਨੇ
ਮੋਲੈਸਿਸ	2 ਸਾਲ
ਬਦਾਮ	1 ਮਹੀਨਾ
ਮੂੰਗਫਲੀ ਦਾ ਮੱਖਣ	
- ਅਣਖੋਲ੍ਹਿਆ	6 ਮਹੀਨੇ
- ਖੋਲ੍ਹਿਆ	2 ਮਹੀਨੇ
ਪੈਕਟਿਨ - ਤਰਲ	1 ਸਾਲ
- ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਗਿਆ (ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਢਕਿਆ ਹੋਇਆ)	1 ਮਹੀਨਾ
- ਪਾਊਡਰ	2 ਸਾਲ
ਸੈਂਡਵਿਚ ਸਪ੍ਰੈਡ (ਇੱਕ ਵਾਰ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਗਿਆ, ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਢਕਿਆ ਹੋਇਆ)	8 ਮਹੀਨੇ
ਸਿਰਪ - ਮੱਕੀ, ਮੈਪਲ, ਟੇਬਲ	1 ਸਾਲ
ਬਨਸਪਤੀ ਤੇਲ (ਇੱਕ ਵਾਰ ਖੋਲ੍ਹਿਆ, ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਢਕਿਆ)	1 ਸਾਲ
ਸਿਰਕਾ	ਕਈ ਸਾਲ
ਖਮੀਰ (ਸੁੱਕਾ)	1 ਸਾਲ
ਸਬਜ਼ੀਆਂ	
ਆਲੂ, ਰੁਤਾਬਾਗਾ, ਸਕੁਐਸ਼	1 ਹਫਤਾ
ਟਮਾਟਰ	1 ਹਫਤਾ
ਠੰਢਾ ਕਮਰਾ (7-10°C, 45-50°F)	
ਪਿਆਜ਼ (ਖੁਸ਼ਕ, ਪੀਲੀ ਚਮੜੀ)	6 ਹਫਤੇ
ਆਲੂ (ਪੱਕਾ)	6 ਮਹੀਨੇ
ਰੁਤਾਬਾਗਾ (ਮੋਮ ਵਾਲਾ)	ਕਈ ਮਹੀਨੇ
ਸਕੁਐਸ਼ (ਸਰਦੀਆਂ)	ਕਈ ਮਹੀਨੇ

ਫਰਿੱਜ

(4°C, 40°F) ਜਦ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਿਰਧਾਰਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ, ਸਾਰੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੋ।

ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ ਅਤੇ ਆਂਡੇ ('ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਰਤੋਂ' ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ)

ਮੱਖਣ	
- ਅਣਖੋਲ੍ਹਿਆ	8 ਹਫਤੇ
- ਖੋਲ੍ਹਿਆ	3 ਹਫਤੇ
ਪਨੀਰ	
- ਕਾਟੇਜ (ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ)	3 ਦਿਨ
- ਸਖ਼ਤ	ਕਈ ਮਹੀਨੇ

- ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ (ਅਣਖੋਲ੍ਹਿਆ)	ਕਈ ਮਹੀਨੇ
- ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ (ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਗਿਆ)	3-4 ਹਫਤੇ
ਅੰਡੇ	3 ਹਫਤੇ
ਮਾਰਗਾਰੀਨ	
- ਅਣਖੋਲ੍ਹਿਆ	8 ਮਹੀਨੇ
- ਖੋਲ੍ਹਿਆ	1 ਮਹੀਨਾ
ਦੁੱਧ, ਕਰੀਮ, ਦਹੀਂ (ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ)	3 ਦਿਨ
ਮੱਛੀ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼	
ਕਲੈਮਸ, ਕੇਕੜਾ, ਲੌਬਸਟਰ ਅਤੇ ਮਸਲ (ਜੀਵਤ)	12-24 ਘੰਟੇ
ਮੱਛੀ (ਸਾਫ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ)	
- ਕੱਚੀ	3-4 ਦਿਨ
- ਪਕਾਈ	1-2 ਦਿਨ
ਓਇਸਟਰ (ਜੀਵਤ)	24 ਘੰਟੇ
ਸਕੈਲੋਪਸ, ਝੀਂਗਾ (ਕੱਚਾ)	1-2 ਦਿਨ
ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼ (ਪਕਾਈ ਹੋਈ)	1-2 ਦਿਨ
ਤਾਜ਼ੇ ਫਲ (ਪੱਕੇ)	
ਸੇਬ	2 ਮਹੀਨੇ
- ਫਰਵਰੀ ਤੋਂ ਜੁਲਾਈ ਤੱਕ ਖਰੀਦਿਆ ਗਿਆ	2 ਹਫਤੇ
ਖੁਰਮਾਨੀਆਂ (ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀਆਂ)	1 ਹਫਤਾ
ਬਲੂਬੇਰੀਆਂ (ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀਆਂ)	1 ਹਫਤਾ
ਚੈਰੀਆਂ	3 ਦਿਨ
ਕ੍ਰੈਨਬੇਰੀਆਂ (ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀਆਂ)	1 ਹਫਤਾ
ਅੰਗੂਰ	5 ਦਿਨ
ਆੜੂ (ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ)	1 ਹਫਤਾ
ਨਾਸ਼ਪਾਤੀਆਂ (ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀਆਂ)	1 ਹਫਤਾ
ਆਲੂਬੁਖਾਰੇ (ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ)	5 ਦਿਨ
ਰਸਬੇਰੀਆਂ (ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀਆਂ)	2 ਦਿਨ
ਰੂਬਰਬ	1 ਹਫਤਾ
ਸਟ੍ਰਾਬੇਰੀਆਂ (ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀਆਂ)	2 ਦਿਨ
ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ	
ਐਸਪਾਰੇਗਸ	
ਬੀਨਜ਼ (ਹਰੀਆਂ, ਵੈਕਸ)	5 ਦਿਨ
ਬੀਟਸ	3-4 ਹਫਤੇ
ਬ੍ਰੋਕਲੀ	3 ਦਿਨ
ਬ੍ਰੱਸਲਜ਼ ਸਪਰਾਊਟਸ	1 ਹਫਤਾ
ਬੰਦ ਗੋਭੀ	2 ਹਫਤੇ
ਗਾਜਰਾਂ	ਕਈ ਹਫਤੇ
ਫੁੱਲਗੋਭੀ	10 ਦਿਨ
ਸੈਲਰੀ	2 ਹਫਤੇ
ਮੱਕੀ	ਉਸੇ ਦਿਨ ਵਰਤ ਲਓ
ਖੀਰੇ	1 ਹਫਤਾ
ਸਲਾਦ-ਪੱਤਾ (lettuce)	1 ਹਫਤਾ
ਖੁੰਭਾਂ	5 ਦਿਨ

ਪਿਆਜ਼ (ਹਰੇ)	1 ਹਫਤਾ
ਪਾਰਸਨਿਪਸ	ਕਈ ਹਫਤੇ
ਮਟਰ	ਉਸੇ ਦਿਨ ਵਰਤ ਲਓ
ਸ਼ਿਮਲਾ ਮਿਰਚਾਂ (ਹਰੀਆਂ, ਲਾਲ, ਆਦਿ)	1 ਹਫਤਾ
ਆਲੂ (ਨਵੇਂ)	1 ਹਫਤਾ
ਪਾਲਕ	2 ਦਿਨ
ਸਪਰੂਟਸ	2 ਦਿਨ
ਸਕੁਐਸ਼ (ਗਰਮੀਆਂ)	1 ਹਫਤਾ
ਮੀਟ ਅਤੇ ਪੋਲਟਰੀ	
ਅਣਪਕਾਏ	
ਚੌਂਪਸ, ਸਟੀਕ	2-3 ਦਿਨ
ਕਿਊਰਡ ਜਾਂ ਸਮੋਕਡ ਮੀਟ	6-7 ਦਿਨ
ਪੀਸਿਆ ਮੀਟ	1-2 ਦਿਨ
ਪੋਲਟਰੀ	2-3 ਦਿਨ
ਰੋਸਟਜ਼	3-4 ਦਿਨ
ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਮੀਟ, ਗਿਬਲੇਟ	1-2 ਦਿਨ
ਪਕਾਏ ਹੋਏ	
ਸਾਰੇ ਮੀਟ ਅਤੇ ਪੋਲਟਰੀ	3-4 ਦਿਨ
ਕੈਸੇਰੋਲ, ਮੀਟ ਪਾਈਜ਼, ਮੀਟ ਸੌਸਾਂ	2-3 ਦਿਨ
ਸੂਪ	2-3 ਦਿਨ
ਫੁਟਕਲ ਭੋਜਨ	
ਕੌਫੀ (ਪੀਸੀ ਹੋਈ)	2 ਮਹੀਨੇ
ਬਦਾਮ	4 ਮਹੀਨੇ
ਸ਼ਾਰਟਨਿੰਗ	12 ਮਹੀਨੇ
ਕਣਕ ਦਾ ਅਣਛਾਣਿਆ ਆਟਾ	3 ਮਹੀਨੇ

ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ

(-18°C, 0°F) ਫ੍ਰੀਜ਼ਰ ਰੈਪਿੰਗ ਜਾਂ ਏਅਰਟਾਈਟ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਤਾਜ਼ੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਸਿਖਰਲੀ ਸਥਿਤੀ 'ਤੇ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰੋ।

ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ ਅਤੇ ਚਰਬੀ	
ਮੱਖਣ	
- ਨਮਕ ਵਾਲਾ	1 ਸਾਲ।
- ਬਿਨਾਂ ਨਮਕ ਵਾਲਾ	3 ਮਹੀਨੇ
ਚੀਜ਼ - ਸਖ਼ਤ, ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ	3 ਮਹੀਨੇ
ਕਰੀਮ - ਟੇਬਲ, ਵਿਪਿੰਗ (ਹਿਮਦ੍ਰਵਣ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵੱਖ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ)	1 ਮਹੀਨਾ
ਆਈਸਕ੍ਰੀਮ	1 ਮਹੀਨਾ
ਮਾਰਜਰੀਨ	6 ਮਹੀਨੇ
ਦੁੱਧ	6 ਹਫਤੇ
ਮੱਛੀ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼	
ਮੱਛੀ (ਚਰਬੀ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ: ਲੇਕ ਟ੍ਰਾਊਟ, ਮੈਕ ਕੇਰਲ, ਸੈਮਨ)	2 ਮਹੀਨੇ
ਮੱਛੀ (ਪਤਲੀ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ: ਕਾਡ, ਹੈਡੌਕ, ਪਾਈਕ, ਸਮੇਲਟ)	6 ਮਹੀਨੇ
ਸ਼ੈਲਫਿਸ਼	2-4 ਮਹੀਨੇ

ਫਲ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ	1 ਸਾਲ
ਮੀਟ, ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਆਂਡੇ	
ਅਣਪਕਾਏ	
ਬੀਫ (ਰੋਸਟ, ਸਟੀਕ)	10-12 ਮਹੀਨੇ
ਚਿਕਨ, ਟਰਕੀ	
- ਕੱਟੇ ਹੋਏ	6 ਮਹੀਨੇ
- ਸਾਬਤ	
1 ਸਾਲ	
ਕਿਊਰਡ ਜਾਂ ਸਮੋਕਡ ਮੀਟ	1-2 ਮਹੀਨੇ
ਬੱਤਖ, ਹੰਸ	3 ਮਹੀਨੇ
ਆਂਡੇ (ਚਿੱਟੇ, ਜਰਦੀ)	4 ਮਹੀਨੇ
ਪੀਸਿਆ ਮੀਟ	2-3 ਮਹੀਨੇ
ਮੇਮਣਾ (ਚੋਪਸ, ਰੋਸਟ)	8-12 ਮਹੀਨੇ
ਸੂਰ (ਚੋਪਸ, ਰੋਸਟ)	8-12 ਮਹੀਨੇ
ਸਾਸੇਜ, ਵੀਨਰਜ਼	2-3 ਮਹੀਨੇ
ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਮੀਟ, ਗਿਬਲਟ	3-4 ਮਹੀਨੇ
ਵੀਲ (ਚੋਪਸ, ਰੋਸਟ)	8-12 ਮਹੀਨੇ
ਪਕਾਏ ਹੋਏ	
ਸਾਰੇ ਮੀਟ	2-3 ਮਹੀਨੇ
ਸਾਰੇ ਪੋਲਟਰੀ	1-3 ਮਹੀਨੇ
ਕੈਸੇਰੋਲ, ਮੀਟ ਪਾਈ	3 ਮਹੀਨੇ
ਫੁਟਕਲ ਭੋਜਨ	
ਬੀਨ, ਦਾਲ, ਮਟਰ, ਕੈਸੇਰੋਲ	3-6 ਮਹੀਨੇ
ਬ੍ਰੈੱਡ (ਬੇਕ ਕੀਤੇ ਜਾਂ ਅਣਬੇਕ ਕੀਤੇ, ਖਮੀਰ)	1 ਮਹੀਨਾ
ਕੇਕ, ਕੁਕੀਜ਼ (ਬੇਕਡ)	4 ਮਹੀਨਾ
ਜੜੀ-ਬੂਟੀਆਂ	1 ਸਾਲ
ਪੇਸਟਰੀਆਂ, ਕਵਿੱਕ ਬ੍ਰੈੱਡ (ਬੇਕ ਕੀਤੇ)	1 ਮਹੀਨਾ
ਪੇਸਟਰੀ ਦੀ ਕਰੱਸਟ (ਬੇਕਡ)	2 ਮਹੀਨੇ
ਪਾਈ (ਫਲ਼, ਅਣਬੇਕਡ)	6 ਮਹੀਨੇ
ਸੈਂਡਵਿਚ	6 ਹਫਤੇ
ਸੂਪ (ਸਟਾਕ, ਕਰੀਮ)	4 ਮਹੀਨੇ

ਖਤਰਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ (HACCP) ਵਰਕਸ਼ੀਟ

1	2	3	4	5	6
ਸਮੱਗਰੀ/ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਕਦਮ	ਇਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ, ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂ ਵਿਸਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ (1)	ਕੀ ਕੋਈ ਸੰਭਾਵਿਤ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜੋਖ਼ਮ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ? (ਹਾਂ/ਨਹੀਂ)	ਕਾਲਮ 3 ਲਈ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਨੂੰ ਜਾਇਜ਼ ਠਹਿਰਾਓ।	ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਖਤਰਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਕਿਹੜੇ ਰੋਕਥਾਮ ਉਪਾਅ ਲਾਗੂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?	ਕੀ ਇਹ ਇੱਕ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ ਹੈ? (ਹਾਂ/ਨਹੀਂ)
	ਜੀਵ-ਵਿਗਿਆਨਕ				
	ਰਾਸਾਇਣਕ				
	ਭੌਤਿਕ				
	ਐਲਰਜੈਂਨ				

ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ

ਐਡੀਟਿਵ (ਭੋਜਨ)
ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ, ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬਦਲਣ ਲਈ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਪਦਾਰਥ।

ਮਿਲਾਵਟਖੋਰੀ
ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਹੋਰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅਸ਼ੁੱਧ ਜਾਂ ਘਟੀਆ ਬਣਾਉਣਾ। ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਣ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਹੋਰ ਫਲਾਂ ਦੇ ਜੂਸ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਮਹਿੰਗੇ ਸੇਬ ਦਾ ਜੂਸ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਮਿਲਾਵਟ ਉਦੋਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਸਮੱਗਰੀ ਅਚਾਨਕ ਜਾਂ ਅਣਜਾਣੇ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਐਰੋਬਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ
ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜੀਉਣ ਅਤੇ ਵਧਣ ਲਈ ਆਕਸੀਜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਐਲਰਜੈਂਨ
ਇੱਕ ਪਦਾਰਥ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਰਾਗ ਜਾਂ ਭੋਜਨ, ਜੋ ਐਲਰਜੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ।

ਐਲਰਜੀ
ਕੁਝ ਪਦਾਰਥਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਰਾਗ, ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਅਸਧਾਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉੱਚ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ। ਐਲਰਜੀ ਦੇ ਆਮ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਛਿੱਕਾਂ, ਖੁਜਲੀ ਅਤੇ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਧੱਫੜ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਐਨਾਰੋਬਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ
ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜੋ ਕੇਵਲ ਉੱਥੇ ਹੀ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਆਕਸੀਜਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਅਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ (anaphylaxis)
ਇੱਕ ਅਚਾਨਕ, ਗੰਭੀਰ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੇ ਦਬਾਅ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ ਗਿਰਾਵਟ, ਧੱਫੜ ਜਾਂ ਛਪਾਕੀਆਂ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਘਾਤਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਇਲਾਜ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਈਪਾਇਨਫਰੀਨ ਟੀਕੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਤੁਰੰਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ।

ਐਨੀਸਾਕੀਆਸਿਸ (anisakiasis)
ਇਸ ਨੂੰ ਪਰਜੀਵੀ ਰਾਊਂਡਵਾਰਮ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਪਰਜੀਵੀ ਜੋ ਬਿਨਾਂ ਪਕਾਏ ਸਮੁੰਦਰੀ ਮੱਛੀ ਅਤੇ ਕੱਚੀ ਮੱਛੀ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੁਸ਼ੀ, ਸਸ਼ੀਮੀ, ਸੀਵਿਚ ਜਾਂ ਸੈਮਨ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।

ਬੈਕਟੀਰੀਆ
ਬੈਕਟੀਰੀਅਮ ਲਈ ਬਹੁਵਚਨ। ਇੱਕ ਸੈੱਲ ਵਾਲੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਜੋ ਮਿੱਟੀ, ਪਾਣੀ, ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰਾਂ, ਜਾਂ ਜੀਵਤ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਰਸਾਇਣਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ।

ਬੋਟੂਲਿਜ਼ਮ (botulism)
ਬੀਜਾਣੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਐਨਾਰੋਬਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾਪਣ। ਇਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜੀਅ ਮਤਲਾਉਣਾ, ਉਲਟੀਆਂ, ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਅਤੇ ਥਕਾਵਟ ਹਨ। ਇਹ ਘਾਤਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਉਪ-ਕਾਨੂੰਨ
ਮਿਊਂਸਪਲ ਜਾਂ ਖੇਤਰੀ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਕਾਨੂੰਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੂਬਾਈ ਜਾਂ ਸੰਘੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਨਜਿੱਠਿਆ ਜਾਂਦਾ।

ਕੈਮਪਾਇਲੋਬੈਕਟਰ (Campylobacter)
ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਰੋਗਾਣੂੰਜਨਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਮੀਟ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੁਤਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਨਵਰਾਂ, ਜੰਗਲੀ ਪੰਛੀਆਂ ਅਤੇ ਬਿੱਲੀਆਂ ਅਤੇ ਕੁੱਤਿਆਂ ਵਰਗੇ ਘਰੇਲੂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਿਨਾਂ ਉਪਚਾਰ ਕੀਤੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ (CFIA)
CFIA, ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ, ਐਗਰੀਕਲਚਰ ਐਂਡ ਐਗਰੀ-ਫੂਡ, ਅਤੇ ਮੱਛੀ ਪਾਲਣ ਅਤੇ ਮਹਾਂਸਾਗਰ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਟਰਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲਕੇ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਘੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ।

ਵਾਹਕ (carrier)
ਵਾਹਕ ਉਹ ਲੋਕ ਜਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਵਾਹਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਲੋਰੀਨ
ਇੱਕ ਗੈਰ-ਧਾਤੂ ਤੱਤ, ਜੋ ਇਕੱਲੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਰੀ ਪੀਲੀ, ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਗੈਸ ਵਜੋਂ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਲੀਚ, ਕੀਟਾਣੂੰਨਾਸ਼ਕ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਕਸਰ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਤਰਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੋ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਸਿੰਕ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ
ਸਾਬਣ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਰਗੜ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਤੇਲ, ਗ੍ਰੀਸ, ਗੰਦਗੀ ਅਤੇ ਮਲਬੇ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣਾ।

ਕਲੋਸਟ੍ਰੀਡੀਅਮ ਪਰਫ੍ਰਿੰਜਨਸ
ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗਾਣੂੰਜਨਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜੋ ਉੱਚ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਜਾਂ ਸਟਾਰਚ ਵਰਗੇ ਭੋਜਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਕਾਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਬੀਨਜ਼ ਜਾਂ ਗ੍ਰੇਵੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਣਉਚਿਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲੇ ਗਏ ਬਚੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਛੂਤਕਾਰੀ
ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣ ਜਾਂ ਲਿਜਾਏ ਜਾਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ। ਇਸ ਨੂੰ ਲਾਗਗ੍ਰਸਤ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤਾਮੀਲੀ ਜਾਂਚ
ਨਿਰੀਖਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ (O. Reg.. 493/17) ਦੇ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਸੰਪੂਰਨ ਜਾਂਚ। ਤਾਮੀਲੀ ਜਾਂਚਾਂ ਇੱਕ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਦੂਸ਼ਕ (contaminant)
ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ - ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਵਾਇਰਸ, ਪਰਜੀਵੀ, ਰਸਾਇਣ ਜਾਂ ਐਲਰਜੈੱਨ - ਜੋ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ (ਭੋਜਨ ਦੀ)
ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਜੋ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ

ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਵੀ ਦੇਖੋ।

ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ (CCP)
ਕਿਸੇ ਖਤਰਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ ਸਿਸਟਮ ਵਿੱਚ, ਕਿਸੇ ਪਕਵਾਨ-ਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਉਹ ਬਿੰਦੂ ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਖਤਰਾ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਿਯੰਤਰਣ ਉਪਾਅ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਸ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ, ਰੋਕਣ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ
ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਏਜੰਟਾਂ ਨੂੰ ਕੱਚੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਾਂ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨਾ, ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਉਦੋਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੱਚਾ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਇਸ ਦੇ ਜੂਸ ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਜਾਂ ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਉਦੋਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੱਥ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੇ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਅੰਤਰ-ਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕੱਚੇ ਅਤੇ ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਜਾਂ ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮਾਈਕਰੋਬਾਇਓਲੋਜੀਕਲ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਸੈਕਸ਼ਨ (ਪੰਨਾ 70) ਦੇਖੋ।

ਨਾਜ਼ੁਕ ਉਲੰਘਣਾ
ਇੱਕ ਉਲੰਘਣਾ ਜੋ ਉੱਚ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜੋਖਮ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਕ੍ਰਿਪਟੋਸਪੋਰੀਡੀਓਸਿਸ (cryptosporidiosis)
ਪ੍ਰੋਟੋਜ਼ੋਆ ਪਰਜੀਵੀ ਕ੍ਰਿਪਟੋਸਪੋਰੀਡੀਅਮ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ। ਕ੍ਰਿਪਟੋਸਪੋਰੀਡੀਅਮ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਖਤਰਾ ਜ਼ੋਨ
4°C ਤੋਂ 60°C ਤੱਕ ਦੀ ਤਾਪਮਾਨ ਰੇਂਜ਼ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਬਹੁਤ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਵਧਦੇ ਹਨ।

ਨਿਰਜਲੀਕਰਨ (ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ)
ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਅਸਧਾਰਨ ਕਮੀ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ।

ਦਸਤ
ਅਸਧਾਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਕਸਰ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਵਰਗੀਆਂ ਟੱਟੀਆਂ ਆਉਣਾ।

ਰੋਗਾਣੂੰ-ਮੁਕਤੀ ਘੋਲ਼
ਇੱਕ ਰੋਗਾਣੂੰ-ਮੁਕਤ ਰਸਾਇਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਣ ਜਿਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ, ਉਪਕਰਨਾਂ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂੰ-ਮੁਕਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਨੂੰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਘੋਲ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਈ. ਕੋਲੀ
ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗਾਣੂੰਜਨਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜੋ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀਆਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਈ. ਕੋਲੀ ਮੀਟ ਦੀਆਂ ਬਾਹਰੀ ਸਤਹਾਂ 'ਤੇ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮੀਟ ਨੂੰ ਕੱਟਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਈ. ਕੋਲੀ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਐਕਸਿਮਾ
ਚਮੜੀ ਦੀ ਇੱਕ ਬਿਮਾਰੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲਾਲੀ, ਖੁਜਲੀ ਅਤੇ ਪੇਪੜੀਦਾਰ ਜਾਂ ਖਰੀਂਢ ਵਾਲੇ ਜ਼ਖਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਐਂਟੈਰੋਟੋਕਸਿਨ (Enterotoxin)
ਇੱਕ ਜ਼ਹਿਰ ਜੋ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗੈਸਟ੍ਰੋਇੰਟੇਸਟਾਈਨਲ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਹੈਜ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚ)।

ਈਪਾਇਨਫਰੀਨ (epinephrine)
ਐਡਰੈਨਲ ਗਲੈਂਡ ਦਾ ਇੱਕ ਹਾਰਮੋਨ। ਇਹ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਦੇ ਸੰਕੁਚਿਤ ਹੋਣ ਅਤੇ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਐਡਰੇਨਾਲੀਨ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਨਾਫਾਈਲੈਕਸਿਸ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਫੂਡ ਐਂਡ ਡਰੱਗਜ਼ ਐਕਟ
ਸੰਘੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮੁੱਖ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਕਾਨੂੰਨ। ਇਹ ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤਬਦੀਲੀ, ਰੰਗ, ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ, ਨਿਰਮਾਣ ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਵੰਡ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਦਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਗ੍ਰੇਡ
ਜੰਗ-ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ, ਗੈਰ-ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਜੋ ਆਮ ਵਰਤੋਂ ਦੌਰਾਨ ਨਹੀਂ ਟੁੱਟੇਗਾ। ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਗ੍ਰੇਡ ਉਤਪਾਦ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਈ ਉਤਪਾਦ ਭੋਜਨ ਨਾਲ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਗੈਰ-ਭੋਜਨ ਗ੍ਰੇਡ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਕੂੜਾ ਕੰਟੇਨਰ ਅਤੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਸਟੋਰੇਜ ਵਾਲੇ ਡੱਬੇ ਹਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ
ਉਹ ਇਮਾਰਤ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਦੁੱਧ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ, ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ, ਤਿਆਰ, ਸਟੋਰ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ, ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ, ਵੰਡ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ, ਵਿਕਰੀ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਕਮਰਾ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜੋ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨਿੱਜੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਜੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (HPPA)।

ਰਗੜ
ਇੱਕ ਵਸਤੂ ਜਾਂ ਸਤਹ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਰਗੜਨਾ।

ਗੀਆਰਡੀਆਸਿਸ (Giardiasis)
ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ ਪਰਜੀਵੀ ਗਿਆਰਡੀਆ ਲੈਂਬਲੀਆ ਦੁਆਰਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ। ਇਸ ਨੂੰ ਬੀਵਰ ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਬੈਕਪੈਕਰ ਦੇ ਦਸਤ ਵਜੋਂ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੂਸ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹੱਥ ਧੋਣਾ
ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਰਗੜਕੇ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਹੱਥਾਂ ਤੋਂ ਗੰਦਗੀ ਅਤੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਦੀ ਭੌਤਿਕ ਕਾਰਵਾਈ, ਫਿਰ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਣਾ ਅਤੇ ਕਾਗਜ਼ੀ ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਸੁਕਾਉਣਾ। ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਛੇ-ਪੜਾਵੀ ਵਿਧੀ ਵਰਤੀ ਜਾਣੀ ਹੈ। (ਪੰਨਾ 84 ਦੇਖੋ।)

ਖਤਰਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਟਰੋਲ ਪੁਆਇੰਟ (HACCP)
ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਭੋਜਨ ਉਦਯੋਗ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਇੱਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ। ਸਿਸਟਮ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਵੇਖਦਾ ਹੈ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਜੋਖਮ ਕਾਰਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਜਾਂ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। HACCP ਸਮੁੱਚੇ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ
ਭੋਜਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਿਹਤ ਲਈ ਖਤਰਾ
ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ, ਜਾਂ ਪਦਾਰਥ, ਚੀਜ਼, ਪੌਦੇ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਹਾਲਤ, ਜਾਂ ਠੋਸ, ਤਰਲ, ਗੈਸ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਜਿਸਦਾ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਛਪਾਕੀ
ਤੀਬਰ ਖੁਜਲੀ ਵਾਲੀ ਚਮੜੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ। ਛਪਾਕੀਆਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਜਾਂ ਬਾਹਰੀ ਏਜੰਟਾਂ, ਲਾਗ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਤੰਤੂ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਤੀ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮੇਜ਼ਬਾਨ
ਇੱਕ ਜੀਵਤ ਜਾਨਵਰ ਜਾਂ ਪੌਦਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਬਰਫ ਦੀ ਛੜੀ
ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਇੱਕ ਹਿਲਾਊ ਯੰਤਰ ਜੋ ਇੱਕ ਠੰਢੇ ਤਰਲ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੰਮੀ ਹੋਈ ਛੜੀ ਨਾਲ ਗਰਮ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਵਧੇਰੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਠੰਢਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੂਲਿੰਗ ਛੜੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ
ਸਰੀਰਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਜੋ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬਾਹਰੀ ਪਦਾਰਥਾਂ, ਸੈੱਲਾਂ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਥਾਈਮਸ, ਤਿਲੀ, ਲਿੰਫ ਨੋਡਾਂ, ਲਿਮਫੋਸਾਈਟਸ ਅਤੇ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ
ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਮਾਰੀ, ਕੁਪੋਸ਼ਣ ਜਾਂ ਇਮਿਊਨੋਸਪ੍ਰੈਸਿਵ ਥੈਰੇਪੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇੱਕ ਆਮ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ।

ਲਾਗ
ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ, ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧੇ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ।

ਨਸ਼ਾ
ਕਿਸੇ ਬਾਹਰੀ (ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ) ਪਦਾਰਥ ਪ੍ਰਤੀ ਸਰੀਰ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਉਲਟ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ, ਚਾਹੇ ਪਦਾਰਥ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਬਾਹਰ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ।

ਆਇਓਡੀਨ
ਇੱਕ ਰਸਾਇਣ ਜੋ ਕੀਟਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਵਜੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਮਹਿੰਗਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਦਾਗੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਿਧਾਨ

ਲਾਗੂ ਕੀਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ। ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਨੂੰਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਹ ਸਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਉਪ-ਕਾਨੂੰਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੰਭਾਲ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

ਲਿਸਟੀਰੀਆ (Listeria)
ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗਾਣੂੰ ਬੈਕਟੀਰੀਆ। ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਮੱਛੀ ਅਤੇ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ ਖਾਣ ਨਾਲ ਲੋਕ ਸੰਕਰਮਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸੂਖਮ ਜੀਵ
ਜੀਵਤ ਇਕੱਲੇ ਸੈੱਲ ਵਾਲੇ ਜੀਵ ਏਨੇ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਨੰਗੀ ਅੱਖ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਵੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ।

ਮੋਨੋਸੋਡੀਅਮ ਗਲੂਟਾਮੇਟ
ਇੱਕ ਰਸਾਇਣ ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਆਦ ਦੇਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਚੀਨ ਅਤੇ ਜਾਪਾਨ ਵਿੱਚ। ਇਹ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟਮਾਟਰ, ਪਰਮੇਸਨ ਚੀਜ਼ ਅਤੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਘਾਹ (seaweed) ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਉੱਲੀ
ਅਕਸਰ ਅਸਪੱਸ਼ਟ ਸਤਹ ਉੱਤੇ ਫੰਗਸ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗਿੱਲੇ ਜਾਂ ਖੈ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ 'ਤੇ।

ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ
ਬਰਤਨ (ਕਾਂਟੇ, ਚਾਕੂ, ਚਮਚ) ਅਤੇ ਡਿਸ਼ਾਂ (ਪਲੇਟਾਂ, ਕਟੋਰੇ, ਕੱਪ) ਜੋ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮਲਟੀ-ਸਰਵਿਸ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਮਾਈਕੋਟੋਕਸਿਨ (mycotoxin)
ਇੱਕ ਫੰਗਸ ਦੁਆਰਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਇੱਕ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਪਦਾਰਥ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਇੱਕ ਉੱਲੀ ਦੁਆਰਾ।

ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਫੁੱਟਣਾ
ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ: ਇੱਕੋ ਭੋਜਨ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਦੋ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦਾ ਵਾਪਰਨਾ।

ਪਰਜੀਵੀ
ਜੀਵ ਜੋ ਕਿਸੇ ਮੇਜ਼ਬਾਨ ਜੀਵ ਉੱਤੇ ਜੀਉਣ ਅਤੇ ਉਸੇ ਤੋਂ ਭੋਜਨ ਲੈਣ ਦੁਆਰਾ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਪਰਜੀਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੀ ਬਣਨ।

ਪਾਸਚੀਕਿਰਤ
ਭੋਜਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੁੱਧ, ਪਨੀਰ, ਦਹੀਂ, ਬੀਅਰ ਜਾਂ ਵਾਈਨ) ਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਲਿਆਉਣਾ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸਵਾਦ ਜਾਂ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਦਲੇ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬਿਮਾਰੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਦੇ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਜਾਂ ਅਣਚਾਹੇ ਖਮੀਰੀਕਰਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਰੋਗਾਣੂੰ (pathogen)
ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਜੋ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਰੰਗਹੀਣ ਅਤੇ ਬਦਬੂ ਰਹਿਤ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ।

pH
ਇੱਕ ਨੰਬਰ ਜੋ ਤੇਜ਼ਾਬੀਪਣ ਜਾਂ ਖਾਰੇਪਣ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪੈਮਾਨੇ 'ਤੇ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਮੁੱਲ 0 ਤੋਂ 14 ਤੱਕ ਚਲਦੇ ਹਨ। ਸੱਤ ਇੱਕ ਉਦਾਸੀਨ (neutral) pH ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸੱਤ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨੰਬਰ ਤੇਜ਼ਾਬੀਪਣ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸੱਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੰਬਰ ਖਾਰੇਪਣ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉੱਚ

ਜਾਂ ਘੱਟ pH ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਾਰੇਗਾ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਧਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ।

ਪੀਣ ਯੋਗ
ਪੀਣ ਲਈ ਫਿੱਟ ਜਾਂ ਢੁਕਵਾਂ।

(ਭੋਜਨ ਦੀ) ਤਿਆਰੀ
ਖਾਣ ਲਈ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦਾ(ਦੇ) ਅੰਤਿਮ ਪੜਾਅ, ਚਾਹੇ ਵਪਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ। ਤਿਆਰੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਕਰਨ (ਭੋਜਨ ਦੀ)
ਭੋਜਨ ਦਾ ਉਪਚਾਰ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਪਾਰਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ, ਇਸਦੀ ਉਪਯੋਗਤਾ, ਸਥਿਰਤਾ ਜਾਂ ਸਵੀਕਾਰਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ।

ਉਤਪਾਦਨ (ਭੋਜਨ ਦਾ)
ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਜੰਤੂ ਜਾਂ ਬਨਸਪਤੀ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ।

ਪ੍ਰੋਟੀਨ
ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਮੀਨੋ ਐਸਿਡ ਦੀਆਂ ਲੜੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਾਰਬਨ, ਹਾਈਡ੍ਰੋਜਨ, ਨਾਈਟ੍ਰੋਜਨ, ਆਕਸੀਜਨ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਸਲਫਰ ਤੱਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਵਿੱਚ ਐਨਜ਼ਾਈਮ ਅਤੇ ਹਾਰਮੋਨ ਵਰਗੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਿਸ਼ਰਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਜੀਵਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੋਜਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੀਟ, ਦੁੱਧ, ਆਂਡੇ, ਗਿਰੀਆਂ ਅਤੇ ਬੀਨਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਨੂੰ ਜੀਵ-ਜੰਤੂਆਂ ਦੁਆਰਾ ਭੋਜਨ ਸਰੋਤ ਵਜੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ
ਸਿੰਗਲ-ਸੈੱਲ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਮੀਬਾ, ਸਿਲੀਏਟਸ, ਫਲੈਗੇਲੇਟਸ ਅਤੇ ਸਪੋਰੋਜ਼ੋਆਨ। ਕੁਝ ਪ੍ਰੋਟੋਜੋਆ ਪਰਜੀਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂੰਜਨਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸੂਬਾਈ ਵਿਧਾਨ
ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਪਾਸ ਕੀਤੇ ਐਕਟ ਅਤੇ ਨਿਯਮ। ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੂਰੇ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕੁਆਟਰਨਰੀ ਅਮੋਨੀਅਮ
ਇੱਕ ਰਸਾਇਣ ਜੋ ਕੀਟਾਣੂੰਨਾਸ਼ਕ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਵਜੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਕੈਨੀਕਲ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰਾਂ ਦੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਧੋਣ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਰੀਏਜੰਟ
ਕਿਸੇ ਰਸਾਇਣਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ, ਮਾਪਣ, ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਜਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਪਦਾਰਥ। ਜਦੋਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਰੀਏਜੰਟ ਨਾਲ ਮਿਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਘੋਲ ਦਾ ਰੰਗ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਘੋਲ ਸਹੀ ਤਾਕਤ ਵਾਲਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਚੂਨ (ਭੋਜਨ ਦਾ)
ਅੰਤਲੇ-ਉਪਭੋਗਤਾ ਜਾਂ ਖਪਤਕਾਰ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੀ ਵਿਕਰੀ।

ਦੁਬਾਰਾ ਕੰਮ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ

ਬਚੀ ਹੋਈ ਸਮੱਗਰੀ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਰੀਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਲਈ ਰੱਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਟੁੱਟੀਆਂ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਛੋਟੀਆਂ ਮੀਟ ਪੈਟੀਜ਼ ਤੋਂ ਦੁਬਾਰਾ ਮੀਟ ਪੈਟੀਜ਼ ਬਣਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਪਕਾਏ ਹੋਏ ਸਾਸੇਜ ਨੂੰ ਪੀਜ਼ਾ ਟੌਪਿੰਗ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ (salmonella)
ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗਾਣੂੰਜਨਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੱਚੇ ਪੋਲਟਰੀ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਲਮੋਨੇਲਾ ਹੋਰ ਮੀਟ, ਅਣ-ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਕੱਚੇ ਆਂਡਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ (ਕੀਟਾਣੂੰ ਮੁਕਤ ਕਰਨਾ)
1,000 ਰੋਗਾਣੂੰਆਂ ਵਿੱਚੋਂ 999 ਰੋਗਾਣੂੰਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨਾ।

ਸਰਵਿਸ (ਭੋਜਨ ਦੀ)
ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ (ਕਿਸੇ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਜਾਂ ਕੈਫੇਟੇਰੀਆ ਵਿੱਚ) ਜਾਂ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਖਾਧੇ ਜਾਣ (ਟੇਕ-ਆਊਟ) ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਅੰਤਿਮ ਤਿਆਰੀ ਅਤੇ ਵਿਕਰੀ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਦੇਣਾ। ਸਰਵਿਸ ਵਿੱਚ ਪਿਕਨਿਕ 'ਤੇ ਆਊਟਡੋਰ ਗਰੁੱਪ ਫੀਡਿੰਗ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸ਼ਿਗੇਲਾ
ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰਾਡ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਜੋ ਜਾਨਵਰਾਂ ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈਜ਼ੇ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ।

ਸਰੋਤ (ਕਿਸੇ ਦੂਸ਼ਕ ਪਦਾਰਥ ਦਾ)
ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ (ਅਕਸਰ ਮਨੁੱਖੀ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀਆਂ ਅੰਤੜੀਆਂ)।

ਸੋਲਿਊਟ (solute)
ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪਦਾਰਥ ਵਿੱਚ ਘੁਲਣ ਵਾਲਾ ਪਦਾਰਥ। ਸੋਲਿਊਟ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਨਮਕ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੋਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਨਮਕ ਇੱਕ ਸੋਲਿਊਟ ਹੋਵੇਗਾ।

ਬੀਜਾਣੂੰ (spores)
ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ 'ਤੇ ਕੁਝ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਈ ਗਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਬਾਡੀ ਜਿੱਥੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਵਧ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ।

ਸਵੱਛ ਬਣਾਉਣਾ
ਸਾਰੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨਾ।

ਸਲਫਾਈਟ
ਨਿਯਮਿਤ ਭੋਜਨ ਐਡੀਟਿਵਜ਼ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੇ ਰੰਗ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਸ਼ੈਲਫ ਲਾਈਫ ਨੂੰ ਲੰਬਾ ਕਰਨ, ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਪ੍ਰੀਜ਼ਰਵੇਟਿਵ ਵਜੋਂ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਲਫਾਈਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਭੋਜਨ ਸਟਾਰਚਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਆਲੂ) ਨੂੰ ਬਲੀਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਭੋਜਨ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਸਮੱਗਰੀ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸੈਲੋਫੇਨ) ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਟਾਰਟ੍ਰਾਜ਼ੀਨ (tartrazine)
ਇੱਕ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੁਲਣਸ਼ੀਲ ਸਿੰਥੈਟਿਕ ਪੀਲਾ ਰੰਗ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੇ ਰੰਗ ਵਜੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ FD&C ਯੈਲੋ 5 ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਟ੍ਰਾਈਚਿਨੋਸਿਸ (TriChinosis)

ਇਸ ਨੂੰ ਸੂਰ ਦੇ ਟੇਪਵਰਮ ਵਜੋਂ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਪਰਜੀਵੀ ਜੋ ਕੱਚੇ ਜਾਂ ਘੱਟ ਪਕਾਏ ਸੂਰ ਜਾਂ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।

ਵਾਇਰਸ
ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਜੋ ਜੀਵਤ ਸੈੱਲਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਧਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਹਨ।

ਥਾਂ 'ਤੇ ਧੋਣਾ
ਵੱਡੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ, ਧੋਣ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਜਿਸਨੂੰ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ ਜਾਂ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਰਗੜਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਵਾਲੀ ਧੁਲਾਈ ਵਿੱਚ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਭਾਫ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਉਪਚਾਰ ਕੀਤੀ ਸਤਹ 'ਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 82°C (178°F) ਤਾਪਮਾਨ ਤੱਕ ਛਿੜਕਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇੱਕ ਰਸਾਇਣਕ ਘੋਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਉਪਚਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸਤਹ 'ਤੇ ਹੱਥੀਂ ਡਿਸ਼ ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਤਾਕਤ ਤੋਂ ਦੁੱਗਣੀ ਤਾਕਤ 'ਤੇ ਛਿੜਕਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਖਮੀਰ
ਸਿੰਗਲ ਸੈੱਲ ਫੰਗਸ ਜੋ ਮਿੱਠੇ ਭੋਜਨਾਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸਤਹ 'ਤੇ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਖਮੀਰ ਸੈੱਲਾਂ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਵਪਾਰਕ ਖਮੀਰ ਏਜੰਟ ਵੀ; ਬ੍ਰੈੱਡ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਟਾ ਫੁਲਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਅਤੇ ਬੀਅਰ ਜਾਂ ਵਿਸਕੀ ਦਾ ਖ਼ਮੀਰੀਕਰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰੋਮੋਸ਼ਨ ਐਕਟ (HPPA)

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ (O. Reg. 493/17)

ਓਨਟਾਰੀਓ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅਧਿਨਿਯਮ, ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰੋਮੋਸ਼ਨ ਐਕਟ R.R.O. 1990, ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 493/17 ਦੇ ਨਵੀਨਤਮ ਸੰਸਕਰਣ ਵਾਸਤੇ ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਜਾਓ: www.e-laws.gov.on.ca

ਬਟਨ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ: ਵਰਤਮਾਨ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਕਾਨੂੰਨ ਨੂੰ ਲੱਭੋ ਜਾਂ ਬ੍ਰਾਊਜ਼ ਕਰੋ

ਸਰਚ ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਟਾਈਪ ਕਰੋ: Food Premises

ਵਿਸ਼ਾ-ਸੂਚੀ

ਭਾਗ I ਵਿਆਖਿਆ ਅਤੇ ਉਪਯੋਗ **141**
ਵਿਆਖਿਆ 141
ਉਪਯੋਗ 144

ਭਾਗ II ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ **145**
ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ 145

ਭਾਗ III ਸੰਚਾਲਨ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ **145**
ਕਾਰਜਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ 145
ਨਿਰੀਖਣਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਪੋਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ 145
ਸੰਚਾਲਨ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ 145
ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ, ਬਰਤਨ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ 147
ਫਰਨੀਚਰ ਆਦਿ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ। 147
ਰੌਸ਼ਨੀ 148
ਹਵਾਦਾਰੀ (Ventilation) 148
ਕੂੜਾ ਅਤੇ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ 148
ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ 148
ਜੀਵਤ ਪੰਛੀ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ 148
ਟੇਬਲ ਕਵਰ, ਨੈਪਕਿਨ ਅਤੇ ਸਰਵਿਏਟ 149
ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਤੌਲੀਏ 149
ਵੈਂਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨਾਂ 149

ਭਾਗ IV ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ **149**
ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਲਈ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ 149
ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ 150
ਮਕੈਨੀਕਲ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ 150
ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ 151
ਸਤਹਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ 151
ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ 151

ਭਾਗ V ਸਵੱਛਤਾ ਸਹੂਲਤਾਂ **151**
ਫਰਸ਼ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਪਖਾਨਿਆਂ ਜਾਂ ਵਾਸ਼ਬੇਸਿਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ 151
ਸਵੱਛਤਾ ਸਹੂਲਤਾਂ 152

ਭਾਗ VI ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨਾ **152**
ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਹਾਤਾ, ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ 152
ਤਾਪਮਾਨ, ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ 153
ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਹੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ 153
ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਰਿਕਾਰਡ 153
ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ 154
ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ 154
ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ 154
ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ 154

ਭਾਗ VII ਜਿਨਸਾਂ **155**

ਮੀਟ ਅਤੇ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ **155**
ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ 155
ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਖਪਤ 155
ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ 155
ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਪਛਾਣਕਾਰਕ 155
ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ 'ਤੇ ਇਜਾਜ਼ਤਯੋਗ ਮੀਟ 156

ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦ **158**
ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂੰ-ਮੁਕਤੀ 158
ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ 159
ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ਰ 159
ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਡਿਵਾਈਸ 160
ਅਣ-ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਪਨੀਰ 160
ਸਵੱਛਤਾਕਰਨ 160
ਦੁੱਧ ਦੇ ਡੱਬੇ 160
ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਮੁੜ ਪੈਕੇਜਿੰਗ 160

ਅੰਡੇ **161**
ਗਰੇਡ ਸੀ ਅੰਡੇ 161

ਭਾਗ I
ਵਿਆਖਿਆ ਅਤੇ ਉਪਯੋਗ

ਵਿਆਖਿਆ

1. (1) ਇਸ ਨਿਯਮ ਵਿੱਚ,

"ਜੰਗ-ਰੋਧਕ ਸਮੱਗਰੀ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮੱਗਰੀ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਅਸਲ ਸਤਹ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ,

(a) ਭੋਜਨ, ਮਿੱਟੀ, ਨਮੀ ਜਾਂ ਗਰਮੀ ਦੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣਾ, ਜਾਂ

(b) ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਪਦਾਰਥ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣਾ; ("matériau résistant à la corrosion")

"ਘਰੇਲੂ ਮੁਰਗੀ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ *ਗੈਲਸ ਡੋਮੈਸਟਿਕਸ* ਪ੍ਰਜਾਤੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਘਰੇਲੂ ਚਿਕਨ ਦੀ ਮੁਰਗੀ; ("Poule domestique")

"ਆਂਡੇ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਸ਼ੈੱਲ ਵਿੱਚ ਕੱਚੇ ਆਂਡੇ; ("oeufs")

"ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕੋਈ ਵੀ ਉਪਕਰਣ, ਆਪਰੇਟਸ ਜਾਂ ਡੀਵਾਈਸ ਜੋ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਸੰਚਾਲਨ ਜਾਂ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵੈਂਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਪਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਰਤਨ ਜਾਂ ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ; ("équipement")

"ਕਿਸਾਨ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਵਿਕਰੇਤਾ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿਸੇ ਸਟਾਲ ਜਾਂ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਸੰਚਾਲਕ ਜੋ ਕਿਸੇ ਕੇਂਦਰੀ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਸਥਿਤ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਸਟਾਲ ਜਾਂ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਵੇਚਣ ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਖੇਤੀ ਉਤਪਾਦ, ਪਕਾਇਆ ਹੋਇਆ ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭੋਜਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਜਿਸ 'ਤੇ ਸਟਾਲਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵਿਅਕਤੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦਕ ਹਨ ਜੋ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਵੇਚ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ; ("Vendeur d'aliments dans un marché de producteurs")

"ਫਾਰਮ ਉਤਪਾਦ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਹ ਉਤਪਾਦ ਜੋ ਕਿਸੇ ਫਾਰਮ 'ਤੇ ਉਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਾਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਵਜੋਂ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਫਲ਼ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਖੁੰਭਾਂ, ਮੀਟ ਅਤੇ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ, ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦ, ਸ਼ਹਿਦ ਉਤਪਾਦ, ਮੇਪਲ ਉਤਪਾਦ, ਮੱਛੀ, ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਬੀਜ ਅਤੇ ਅਨਾਜਾਂ ਅਤੇ ਬੀਜਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ; ("produits agricoles")

"ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਾਊਂਟਰਾਂ, ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਸਤਹ ਜਿਸ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ; ("surface de contact avec des aliments")

"ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ,

(a) ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ

(b) ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ, ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ, ਪੈਕੇਜਿੰਗ, ਸੇਵਾ, ਸਟੋਰੇਜ ਜਾਂ ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਬਰਤਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇਸਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ; ("préposé à la manutention des aliments")

"ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਸਿਖਲਾਈ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿਸੇ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਬੋਰਡ, ਸਿਹਤ ਬੋਰਡ ਦੀ ਏਜੰਸੀ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਿਖਲਾਈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੁਆਰਾ ਸਥਾਪਤ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਿਖਲਾਈ ਮਿਆਰਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਮੰਨਿਆ ਹੈ; ("formation des préposés à la manutention des aliments")

"ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਹਾਤਾ" (food service premise) ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕੋਈ ਵੀ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਖਾਣੇ ਦੇ ਪੋਰਸ਼ਨ ਤੁਰੰਤ ਖਪਤ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੇਚੇ ਜਾਂ ਪਰੋਸੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਤੁਰੰਤ ਖਪਤ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਵੇਗਾ; ("lieu de rerestairation")

"ਗਰੇਡ 'ਸੀ' ਅੰਡੇ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਹ ਅੰਡੇ ਜੋ *ਕੈਨੇਡਾ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਪ੍ਰੋਡਕਟਸ ਐਕਟ* (ਕੈਨੇਡਾ) ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਈਆਂ ਗਈਆਂ *Egg Regulations* (Canada) ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ Canada C ਵਜੋਂ ਸ਼੍ਰੇਣੀਬੱਧ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ; ("oeufs de catégorie C")

"ਹੈਂਡਵਾਸ਼ਿੰਗ ਸਟੇਸ਼ਨ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਗਰਮ ਅਤੇ ਠੰਢੇ ਵਗਦੇ ਪਾਣੀ ਵਾਲਾ ਹੈਂਡ ਬੇਸਿਨ ਜੋ ਸਾਬਣ ਡਿਸਪੈਂਸਰ ਅਤੇ ਜਾਂ ਤਾਂ ਮਕੈਨੀਕਲ ਹੈਂਡ ਡਰਾਇਰ ਜਾਂ ਸਿੰਗਲ-ਸਰਵਿਸ ਤੌਲੀਏ ਡਿਸਪੈਂਸਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਥਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ("poste de lavage des mains")

"ਘੱਟ ਜੋਖ਼ਮ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਹ ਭੋਜਨ ਜੋ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਨਹੀਂ ਹੈ; ("aliments à faible risque")

"ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਹ ਭੋਜਨ ਜੋ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਉਤਪਾਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੀਟ ਇੱਕ ਸਮੱਗਰੀ ਵਜੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਅੱਗੇ ਹੋਰ ਪਕਾਉਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਰਵਾਇਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਧਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਮੀਟ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਨਮਕੀਨ ਲਗਾਕੇ, ਅਚਾਰ ਬਣਾਕੇ, ਖਮੀਰੀਕਰਨ ਕਰਕੇ, ਡੱਬਾਬੰਦ ਕਰਕੇ, ਸੁਕਾ ਕੇ ਜਾਂ ਸਮੋਕਿੰਗ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗਰਮੀ ਲਗਾਉਣ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਖਾਣ ਯੋਗ ਚਰਬੀ, ਅਨਾਜ, ਸੀਜ਼ਨਿੰਗਾਂ ਜਾਂ ਖੰਡ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ; ("produit carné")

"ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕੋਈ ਟ੍ਰੇਲਰ, ਕਾਰਟ ਜਾਂ ਵਾਹਨ-ਉੱਤੇ ਬਣਿਆ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਜਾਂ ਹੋਰ ਚਲਦਾ-ਫਿਰਦਾ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਜੋ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਲਿਜਾਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ; ("dépôt d'aliments mobile")

"ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਟੇਨਰ ਜਾਂ ਭਾਂਡਾ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਵਿੱਚ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਵਰਤਣ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ("article à usage multiple")

"ਅਧਿਕਾਰਤ ਵਿਧੀ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਭੋਜਨ ਦੀ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਜਾਂਚ ਲਈ ਐਕਟ ਦੀ ਧਾਰਾ 79 ਅਧੀਨ ਸਥਾਪਤ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਕੇਂਦਰ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਵਿਧੀ; ("méthode officielle")

"ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਰੂਪ ਜਾਂ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਜੋ ਛੂਤਕਾਰੀ ਜਾਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਵਾਧੇ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨਿਯੰਤਰਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ("aliments potentiellement dangereux")

"ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਹ ਭੋਜਨ ਜੋ ਉਸ ਅਹਾਤੇ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅਹਾਤੇ 'ਤੇ ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ; ("aliments préemballés")

"ਰਜਿਸਟਰਡ ਐੱਗ ਸਟੇਸ਼ਨ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ *ਕੈਨੇਡਾ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਪ੍ਰੋਡਕਟਸ ਐਕਟ* (ਕੈਨੇਡਾ) ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ *ਗਏ ਐੱਗ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨਜ਼* (ਕੈਨੇਡਾ) ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਐੱਗ ਸਟੇਸ਼ਨ; ("poste d'oeufs agréé")

"ਰਜਿਸਟਰਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਐੱਗ ਸਟੇਸ਼ਨ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ *ਕੈਨੇਡਾ ਐਗਰੀਕਲਚਰਲ ਪ੍ਰੋਡਕਟਸ ਐਕਟ* (ਕੈਨੇਡਾ) ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ *ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਐੱਗ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨਜ਼* (ਕੈਨੇਡਾ) ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਰਜਿਸਟਰਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਐੱਗ ਸਟੇਸ਼ਨ; ("poste agréé d'oeufs transformés")

"ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਉਸ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਉਪਚਾਰ ਜੋ ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਾਲ ਸਮਝੌਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਅਤੇ "ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼" ਦਾ ਇੱਕ ਅਨੁਸਾਰੀ ਅਰਥ ਹੈ; (“désinfection, désinfecter”)

"ਸਰਵਿੰਗ" ਵਿੱਚ ਸੈਲਫ-ਸਰਵਿਸ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ; (“service”)

"ਸਿੰਗਲ-ਸਰਵਿਸ ਵਸਤੂ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਟੇਨਰ ਜਾਂ ਭਾਂਡਾ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਹੈ; (“article à usage unique”)

"ਸਿੰਗਲ-ਸਰਵਿਸ ਤੌਲੀਏ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਇੱਕ ਤੌਲੀਆ ਜਿਸਨੂੰ ਸੁੱਟਣ ਜਾਂ ਧੋਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ; ("serviette jetable")

"ਬਰਤਨ" ਵਿੱਚ ਰਸੋਈ ਦਾ ਸਾਮਾਨ, ਟੇਬਲਵੇਅਰ, ਗਲਾਸ, ਕਟਲਰੀ ਜਾਂ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨ, ਤਿਆਰ ਕਰਨ, ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਕਰਨ (processing), ਪੈਕ ਕਰਨ, ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ, ਵਰਤਾਉਣ, ਵੰਡਣ, ਸਟੋਰ ਕਰਨ, ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਖਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। (“ustensile”)

(2) ਇਸ ਅਧਿਨਿਯਮ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਸ ਸਿਹਤ ਇਕਾਈ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਬੋਰਡ ਦਾ ਉਹ ਸਿਹਤ ਦਾ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ, ਜਿਵੇਂ ਵੀ ਮਾਮਲਾ ਹੋਵੇ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਵਾਲਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਸਥਿਤ ਹੈ।

ਉਪਯੋਗ

2. (1) ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਅਜਿਹੇ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਚਲਾਏਗਾ ਜਾਂ ਉਸ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ ਜਿਸ 'ਤੇ ਇਹ ਅਧਿਨਿਯਮ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਿਵਾਏ ਇਸ ਅਧਿਨਿਯਮ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ।

(2) ਇਹ ਅਧਿਨਿਯਮ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਿਵਾਏ,

(a) ਬੋਰਡਿੰਗ ਹਾਊਸ ਜੋ 10 ਤੋਂ ਘੱਟ ਬੋਰਡਰਾਂ ਲਈ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ;

(b) ਉਪ-ਧਾਰਾ (3) ਦੇ ਅਧੀਨ, ਧਾਰਮਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਸਰਵਿਸ ਕਲੱਬਾਂ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਾ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੀ ਮਲਕੀਅਤ ਵਾਲੇ, ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸੰਚਾਲਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਜਾਂ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਜਿੱਥੇ ਧਾਰਮਿਕ ਸੰਗਠਨ, ਸਰਵਿਸ ਕਲੱਬ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਾ ਸੰਗਠਨ,

(i) ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਗਮਾਂ ਲਈ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰੋਸਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ

(ii) ਬੇਕ ਵਿਕਰੀ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ

(c) ਕਿਸਾਨ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਵਿਕਰੇਤਾ।

(3) ਜੇ ਕੋਈ ਧਾਰਮਿਕ ਸੰਸਥਾ, ਸਰਵਿਸ ਕਲੱਬ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਾ ਸੰਗਠਨ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਗਮ ਲਈ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰੋਸਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਆਮ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਅਹਾਤੇ ਤੋਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਇਸ ਐਕਟ ਅਧੀਨ ਨਿਰੀਖਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਧਾਰਾ (2) (ਬੀ) ਵਿਚਲੀ ਛੋਟ ਕੇਵਲ ਤਾਂ ਹੀ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ:

1. ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਸ ਅਧਿਨਿਯਮ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਨੋਟਿਸ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿੱਥੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਗਮ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
2. ਆਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਗਮ ਦੇ ਭੋਜਨ ਲਈ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਉਸ ਸੂਚੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਦਾਨੀ ਦਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਪੂਰਾ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਪੈਕ ਕੀਤੇ, ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਗਰਮ ਪੀਣ-ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਿਕਰੀ

3. ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਜੋ ਸਿਰਫ ਗਰਮ ਪੀਣ-ਪਦਾਰਥਾਂ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਪੈਕ ਕੀਤੇ, ਘੱਟ ਜੋਖ਼ਮ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥਾਂ, ਜਾਂ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਨੂੰ ਧਾਰਾ 7 (3) (b) ਅਤੇ (c) ਅਤੇ ਭਾਗ IV ਅਤੇ V ਦੀਆਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਛੋਟ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਜੇ,

(a) ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਕੇਵਲ ਸਿੰਗਲ-ਸਰਵਿਸ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ

(b) ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦਾ ਖੇਤਰ 56 ਵਰਗ ਮੀਟਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਭਾਗ II
ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ

ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ

4. (1) ਹਰ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ,

(a) ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਵਰਤਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ;

(b) ਭੋਜਨ ਵਰਤਾਉਣ ਲਈ ਕੇਵਲ ਸਿੰਗਲ-ਸਰਵਿਸ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ;

(c) ਪੀਣ ਯੋਗ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਹੋਲਡਿੰਗ ਟੈਂਕ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣਗੇ; ਅਤੇ

(ਡੀ) ਹਰੇਕ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਦੀ ਟੈਂਕੀ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਵਾਲੀ ਟੈਂਕੀ ਨੂੰ ਟੈਂਕੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨਯੋਗ ਗੇਜ ਨਾਲ ਲੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

(2) ਧਾਰਾਵਾਂ (1) (c) ਅਤੇ (d) ਉਹਨਾਂ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਿਆਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਜੋ ਸਿਰਫ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਵੇਚਦੀਆਂ ਹਨ।

ਭਾਗ III
ਸੰਚਾਲਨ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ

ਕਾਰਜਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ

5. ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਐਕਟ ਦੀ ਉਪ-ਧਾਰਾ 16 (2) ਦੇ ਤਹਿਤ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਨੋਟਿਸ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਨਾਮ, ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਟਿਕਾਣਾ (location) ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੇਗਾ।

ਨਿਰੀਖਣਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਪੋਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ

6. ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਹਰੇਕ ਸੰਚਾਲਕ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਵੇਗਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਿਰੀਖਣਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪੋਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸੰਚਾਲਨ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ

7. (1) ਹਰੇਕ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਲਾਇਆ ਅਤੇ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਕਿ,

(a) ਇਮਾਰਤ ਹਰ ਅਜਿਹੀ ਸ਼ਰਤ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੈ ਜੋ,

(i) ਸਿਹਤ ਲਈ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ,

(ii) ਇਮਾਰਤ ਦੇ ਸਵੱਛਤਾ ਸੰਚਾਲਨ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ

(iii) ਇਸ ਵਿਚਲੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਅਖੰਡਤਾ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ;

(b) ਕੋਈ ਵੀ ਕਮਰਾ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸੌਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ;

(c) ਫਰਸ਼ ਜਾਂ ਫਰਸ਼ ਦੇ ਕਵਰ ਉਹਨਾਂ ਕਮਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਟਾਈਟ, ਮੁਲਾਇਮ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਸੋਖਕ ਹਨ ਜਿੱਥੇ,

(i) ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,

(ii) ਬਰਤਨ ਸਾਫ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ

(iii) ਵਾਸ਼ਿੰਗ ਫਿਕਸਚਰ ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਫਿਕਸਚਰ ਸਥਿਤ ਹਨ;

(d) ਕਮਰਿਆਂ ਅਤੇ ਰਸਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਛੱਤਾਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਵੱਛਤਾ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਬਣਾਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ;

(e) ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਹਰੇਕ ਕਮਰੇ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਸਵੱਛਤਾ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ;

(f) ਹਰੇਕ ਕਮਰਾ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ ਤੇ ਨਹੀਂ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ;

(g) ਹਰੇਕ ਕਮਰੇ ਦੀਆਂ ਫਰਸ਼ਾਂ, ਕੰਧਾਂ ਅਤੇ ਛੱਤਾਂ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ

(h) ਸਿੰਗਲ-ਸਰਵਿਸ ਕੰਟੇਨਰ ਅਤੇ ਸਿੰਗਲ-ਸਰਵਿਸ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਜਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

(2) ਧਾਰਾ (1) (c) ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਗਲੀਚਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੇ ਇਸਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸਵੱਛ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਬਣਾਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

(3) ਹਰੇਕ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ,

(a) ਇਮਾਰਤ ਦੇ ਸੰਚਾਲਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪੀਣ ਯੋਗ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ;

(b) ਉਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਬਾਅ ਹੇਠ ਗਰਮ ਅਤੇ ਠੰਢਾ ਵਗਦਾ ਪਾਣੀ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿੱਥੇ ਬਰਤਨ ਸਾਫ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ;

(c) ਲੋੜੀਂਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਸਟੇਸ਼ਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਪਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਲਈ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਪਹੁੰਚ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹਨ; ਅਤੇ

(d) ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਟੋਰੇਜ ਲਈ ਢੁਕਵੀਂ ਫਰਿੱਜ ਵਾਲੀ ਥਾਂ।

(4) ਧਾਰਾ (3) (c) ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਾਲੇ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਰਫ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ, ਬਰਤਨ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ

8. (1) ਸਾਰੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ, ਬਰਤਨ ਅਤੇ ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ ਜੋ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ, ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ, ਪੈਕੇਜਿੰਗ, ਸਰਵਿੰਗ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ, ਨਿਰਮਾਣ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ, ਵਿਕਰੀ, ਵਿਕਰੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਜਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ,

(a) ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਟਾਈਟ ਉਸਾਰੀ ਵਾਲੇ ਹੋਣਗੇ;

(b) ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਜਾਣਗੇ;

(c) ਅਜਿਹੇ ਰੂਪ ਅਤੇ ਮਟੀਰੀਅਲ ਦੇ ਹੋਣਗੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ; ਅਤੇ

(d) ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਇਰਾਦਤਨ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਹੋਣਗੇ।

(2) ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਬਰਤਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ,

(a) ਜੰਗ-ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਹੋਣਗੇ; ਅਤੇ

(b) ਤਰੇੜਾਂ, ਦਰਾੜਾਂ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਸੀਣਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣਗੇ।

ਫਰਨੀਚਰ ਆਦਿ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ।

9. ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਮਰੇ ਜਾਂ ਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਫਰਨੀਚਰ, ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਉਪਕਰਣ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਰਵ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਣਾਏ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸਵੱਛ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਕਮਰੇ ਜਾਂ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹੋਣ।

ਰੌਸ਼ਨੀ

10. *ਬਿਲਡਿੰਗ ਕੋਡ ਐਕਟ, 1992* ਅਧੀਨ ਬਣਾਏ ਗਏ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 332/12 (ਬਿਲਡਿੰਗ ਕੋਡ) ਤਹਿਤ ਲੋੜੀਂਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਚਾਲਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਬਣਾਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਹਵਾਦਾਰੀ (Ventilation)

11. ਬਦਬੂਆਂ, ਵਾਸ਼ਪਾਂ, ਜਲ-ਵਾਸ਼ਪਾਂ, ਧੂੰਏਂ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮੀ ਦੇ ਖਾਤਮੇ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹਰੇਕ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਹਵਾਦਾਰ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਕੂੜਾ ਅਤੇ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ

12. ਕੂੜਾ ਅਤੇ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਹਾਤੇ ਤੋਂ ਓਨੀ ਵਾਰ ਹਟਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਸਵੱਛਤਾ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ।

ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ

13. (1) ਹਰੇਕ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜੋ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਪਨਾਹ ਦੇਣ ਜਾਂ ਪ੍ਰਜਣਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ।

(2) ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਹਰੇਕ ਸੰਚਾਲਕ ਨੂੰ ਕੈਂਪਸ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਕੀਟ ਨਿਯੰਤਰਣ ਉਪਾਵਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਸਾਲ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੀਵਤ ਪੰਛੀ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ

14. (1) ਹਰੇਕ ਕਮਰਾ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਤ ਪੰਛੀਆਂ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

(2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ:

1. ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 191/11 (ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਮਿਆਰ) ਦੀ ਉਪ-ਧਾਰਾ 80.45 (4) ਵਿੱਚ ਵਰਣਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸੇਵਾ ਜਾਨਵਰ ਜੋ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਪਹੁੰਚਯੋਗਤਾ ਐਕਟ, 2005 ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ ਜੋ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਉਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
2. ਜੀਵਤ ਪੰਛੀ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ ਜੋ ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਹਾਤੇ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੇ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਨੇ ਪੰਛੀਆਂ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।
3. ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਸੈਨੇਟਰੀ ਟੈਂਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਜਾਂ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਜੀਵਤ ਜਲਜੀਵੀ ਕਿਸਮਾਂ।

ਟੇਬਲ ਕਵਰ, ਨੈਪਕਿਨ ਅਤੇ ਸਰਵਿਏਟ

15. ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਟੇਬਲ ਕਵਰ, ਨੈਪਕਿਨ ਜਾਂ ਸਰਵਿਏਟ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਤੌਲੀਏ

16. ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ, ਸੁਕਾਉਣ ਜਾਂ ਪਾਲਿਸ਼ ਕਰਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਤੌਲੀਏ ਇਹ ਹੋਣਗੇ,

(a) ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ;

(b) ਸਾਫ਼; ਅਤੇ

(c) ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਮਕਸਦ ਵਾਸਤੇ ਨਹੀਂ ਵਰਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਵੈਂਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨਾਂ

17. (1) ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਵੈਂਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਜੋ ਉਤਪਾਦ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਨੂੰ ਦਬਾਅ ਹੇਠ ਮਸ਼ੀਨ ਵਿੱਚ ਪਾਈਪ ਰਾਹੀਂ ਪੀਣ ਯੋਗ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

(2) ਵੈਂਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ ਦੇ ਸੰਚਾਲਕ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਵੈਂਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨ 'ਤੇ ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖਤਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜੇ ਆਪਰੇਟਰ ਦਾ ਕੋਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਭਾਗ IV
ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ

ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਲਈ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ

18. ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਲਈ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ:

1. ਮਕੈਨੀਕਲ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ।
2. ਹੱਥ ਨਾਲ ਧੋਣ ਲਈ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਜੰਗ-ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਡਰੇਨੇਜ ਰੈਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ,

   i. ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਆਕਾਰ ਦੀ ਜੰਗ-ਰੋਧਕ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਤਿੰਨ-ਕੰਪਾਰਟਮੈਂਟ ਸਿੰਕ, ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਸਿੰਕ, ਜਾਂ

   ii. ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਲਈ ਜੰਗ-ਰੋਧਕ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਦੋ-ਕੰਪਾਰਟਮੈਂਟ ਸਿੰਕ, ਜਾਂ ਦੋ ਸਿੰਕ, ਜੇ,

      A. ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਇਸਨੂੰ ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦਾ,

      B. ਪਹਿਲੇ ਸਿੰਕ ਵਿੱਚ ਧੋਣਾ ਅਤੇ ਖੰਘਾਲਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ

C. ਦੂਜਾ ਸਿੰਕ ਸੈਕਸ਼ਨ 19 ਵਿੱਚ ਵਰਣਨ ਕੀਤੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ

19. ਬਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰਾਹੀਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ,

(a) ਘੱਟੋ ਘੱਟ 77 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 45 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਸਾਫ ਪਾਣੀ;

(b) ਸਾਫ਼ ਕਲੋਰੀਨ ਘੋਲ ਜੋ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿਲੀਅਨ ਉਪਲਬਧ ਕਲੋਰੀਨ ਵਿੱਚ 100 ਭਾਗਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 45 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 24° ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਨਾ ਹੋਵੇ;

(c) ਸਾਫ਼ ਕੁਆਟਰਨਰੀ ਅਮੋਨੀਅਮ ਅਣੂੰ ਦਾ ਘੋਲ ਜੋ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿਲੀਅਨ 200 ਭਾਗਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 45 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 24° ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਨਾ ਹੋਵੇ;;

(d) ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਘੋਲ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਤਰਾ ਪ੍ਰਤੀ ਮਿਲੀਅਨ ਉਪਲਬਧ ਆਇਓਡੀਨ ਵਿੱਚ 25 ਭਾਗਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਜੋ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 45 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 24° ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਨਾ ਹੋਵੇ; ਜਾਂ

(e) ਹੋਰ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਏਜੰਟ ਜੇ,

(i) ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ, ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫੂਡ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਦੁਆਰਾ ਇਰਾਦਤਨ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਵਰਤਣ ਵਾਸਤੇ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ,

(ii) ਉਹ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ

(iii) ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਸੰਘਣਤਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਟੈਸਟ ਰੀਏਜੰਟ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ।

ਮਕੈਨੀਕਲ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ

20. (1) ਮਕੈਨੀਕਲ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ,

(a) ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਣਾਏ, ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਕਿ,

(i) ਧੋਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਪਲੇਟਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਸਮੇਂ ਕਾਫ਼ੀ ਸਾਫ਼ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 60° ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਜਾਂ 71° ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਬਣਾਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ

(ii) ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਧੁਲਾਈ ਹੈ,

(A) ਉਹ ਪਾਣੀ ਜੋ 82° ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਬਣਾਈ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 10 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ

(B) ਧਾਰਾ 19 (b), (c), (d) ਜਾਂ (e) ਵਿੱਚ ਵਰਣਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਇੱਕ ਰਸਾਇਣਕ ਘੋਲ; ਅਤੇ

(b) ਥਰਮਾਮੀਟਰਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਰਗੜਕੇ ਧੋਣ ਅਤੇ ਧੁਲਾਈ ਦੇ

ਤਾਪਮਾਨ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੋ ਅਜਿਹੀ ਜਗਹ ਸਥਿਤ ਹਨ ਕਿ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

(2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਉਸ ਮਕੈਨੀਕਲ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜਿਸ ਕੋਲ NSF ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਤੋਂ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਸਨੂੰ ਵਪਾਰਕ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

(3) ਉਪ-ਧਾਰਾਵਾਂ (1) ਅਤੇ (2) ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਜੇ ਸਿਹਤ ਦਾ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਮਕੈਨੀਕਲ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ ਬਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਹੈ।

ਬਰਤਨਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ

21. (1) ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

(2) ਬਹੁ-ਸੇਵਾ ਵਸਤੂਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਬਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਓਨੀ ਵਾਰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸਵੱਛ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਸਤਹਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਿੰਗ

22. ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਬਰਤਨਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਓਨੀ ਵਾਰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਸਵੱਛਤਾ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ।

ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ

23. ਸਵੱਛਤਾ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਵਿਸ਼ੈਲੇ ਜਾਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ,

(a) ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਰਖਣੇ (compartment) ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਜਾਣਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭੋਜਨ, ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸਤਹ ਜਾਂ ਬਰਤਨ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ;

(b) ਇੱਕ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਜਾਣਗੇ ਜਿਸ 'ਤੇ ਇੱਕ ਲੇਬਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ 'ਤੇ ਕੰਟੇਨਰ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ; ਅਤੇ

(c) ਕੇਵਲ ਅਜਿਹੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣਗੇ ਕਿ ਪਦਾਰਥ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਨਾ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਲਈ ਖਤਰਾ ਪੈਦਾ ਨਾ ਕਰਨ।

ਭਾਗ V
ਸਵੱਛਤਾ ਸਹੂਲਤਾਂ

ਫਰਸ਼ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਪਖਾਨਿਆਂ ਜਾਂ ਵਾਸ਼ਬੇਸਿਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ

24. (1) ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਚਾਲਕ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਤੋਂ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਵੱਛਤਾ ਸਹੂਲਤ (sanitary facility) ਵਿੱਚ ਫਰਸ਼ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਪਖਾਨਿਆਂ ਜਾਂ ਵਾਸ਼ਬੇਸਿਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਦਲੇਗਾ।

ਭੋਜਨ (2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 31/05 (ਮੀਟ) ਅਧੀਨ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਐਕਟ, *2001* ਤਹਿਤ ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਮੀਟ ਪਲਾਂਟ ਹੈ ਜਾਂ *ਮਿਲਕ ਐਕਟ ਤਹਿਤ ਕੋਈ ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਪਲਾਂਟ ਹੈ*।

ਸਵੱਛਤਾ ਸਹੂਲਤਾਂ

25. (1) ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਹਰੇਕ ਆਪਰੇਟਰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗਾ ਕਿ ਸਵੱਛਤਾ ਸਹੂਲਤਾਂ *ਬਿਲਡਿੰਗ ਕੋਡ ਐਕਟ, 1992* ਅਧੀਨ ਬਣਾਏ ਗਏ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 332/12 (ਬਿਲਡਿੰਗ ਕੋਡ) ਵਿੱਚ ਡਿਜ਼ਾਈਨ, ਉਸਾਰੀ ਅਤੇ ਸਥਾਪਨਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

(2) ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਸਵੱਛਤਾ ਸਹੂਲਤ ਨੂੰ ਹਰ ਸਮੇਂ ਸਵੱਛ, ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲੈਸ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

(3) ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਸਵੱਛਤਾ ਸਹੂਲਤ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨਾਲ ਲੈਸ ਹੋਵੇਗੀ,

(a) ਗਰਮ ਅਤੇ ਠੰਢੇ ਵਗਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰ ਸਪਲਾਈ;

(b) ਟਾਇਲਟ ਪੇਪਰ ਦੀ ਸਪਲਾਈ;

(c) ਵਰਤੇ ਗਏ ਤੌਲੀਏ ਅਤੇ ਹੋਰ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਸਮੱਗਰੀ ਲਈ ਇੱਕ ਟਿਕਾਊ, ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਸਾਨ ਰਿਸੈਪਟੇਕਲ;

(d) ਸਾਬਣ ਜਾਂ ਡਿਟਰਜੈਂਟ ਦੀ ਸਪਲਾਈ; ਅਤੇ

(e) ਹੱਥ ਸੁਕਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਜੋ ਸਿੰਗਲ-ਸਰਵਿਸ ਤੌਲੀਆਂ ਜਾਂ ਗਰਮ ਏਅਰ ਡਰਾਇਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।

(4) ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਜਿੱਥੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਫਲੱਸ਼ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਪਖਾਨੇ ਸਥਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ, ਨੂੰ ਧਾਰਾ (3) (a), (d) ਅਤੇ (e) ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਤੋਂ ਛੋਟ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਜੇ,

(a) ਬਿਲਡਿੰਗ ਕੋਡ ਐਕਟ, 1992 ਅਧੀਨ ਜਾਰੀ ਪਰਮਿਟ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਫਲੱਸ਼ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਪਖਾਨਿਆਂ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਹਾਤੇ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੱਖਰੇ ਫਲੱਸ਼ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਪਖਾਨਿਆਂ ਜਾਂ ਟਾਇਲਟਾਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ; ਅਤੇ

(b) ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਪਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਸਿੰਗਲ-ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੇ ਨਮੀ-ਯੁਕਤ ਤੌਲੀਏ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਭਾਗ VI
ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕਰਨਾ

ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਹਾਤਾ, ਭੋਜਨ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ

26. (1) ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਅਤੇ ਮਿਲਾਵਟ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

(2) ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਖਾਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

(3) ਉਪ-ਧਾਰਾ (4) ਦੇ ਅਧੀਨ, ਜੋ ਭੋਜਨ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਗਾਹਕ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

(4) ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਵਾਲਾ ਭੋਜਨ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਜਾਂ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿੱਚ ਪਰੋਸਿਆ ਗਿਆ ਸੀ ਜੋ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਜਾਂ ਕੰਟੇਨਰ ਨਾਲ ਸਮਝੌਤਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਦੂਸ਼ਿਤ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ।

(5) ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਬਰਫ ਪੀਣ ਯੋਗ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਤਾਪਮਾਨ, ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ

27. (1) ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਉਹਨਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਦਾ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਪਮਾਨ,

(a) 4° ਸੈਲਸੀਅਸ, ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ; ਜਾਂ

(b) 60° ਸੈਲਸੀਅਸ, ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ।

(2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1),

(a) ਉਹਨਾਂ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਲਈ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਜੋ ਦੋ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ, ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ, ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਅਤੇ ਨਿਰਮਾਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ; ਜਾਂ

(b) ਇੱਕ ਹਰਮੈਟਿਕਲੀ ਸੀਲ ਬੰਦ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਜਾਂ ਬੀਜਾਣੂ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗਾਣੂੰਜਨਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਬਚੇ ਰਹਿਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਉਚਿਤ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਹੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ

28. ਭੋਜਨ ਜੋ ਵੰਡੇ ਜਾਣ, ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ, ਸਟੋਰ ਕਰਨ, ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਕਰਨ, ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ, ਵੇਚਣ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਹੈ, ਨੂੰ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਦ ਤੱਕ ਇਹ ਵੇਚਿਆ ਜਾਂ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ।

ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਰਿਕਾਰਡ

29. (1) ਕੋਈ ਵੀ ਭੋਜਨ ਜੋ ਕਨੂੰਨ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕੈਨੇਡਾ ਜਾਂ ਓਨਟਾਰੀਓ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ, ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਏਜੰਸੀ ਦੁਆਰਾ, ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਨਿਰੀਖਣ ਅਧੀਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਸਰੋਤ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਸੰਸਥਾ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰੀਖਣ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੈ ਜਦ ਤੱਕ ਕਿ ਇਸ ਅਧਿਨਿਯਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਇਸ ਤੋਂ ਉਲਟ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ।

(2) ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਹਰੇਕ ਸੰਚਾਲਕ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਭੋਜਨ ਦੀ ਖਰੀਦ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਖਰੀਦ ਦੀ ਮਿਤੀ ਦੀ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਪਹਿਲੀ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ ਤੱਕ ਅਹਾਤੇ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ।

ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ

30. ਸੰਭਾਵਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨਾਂ ਦੇ ਫਰਿੱਜ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਗਰਮ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਉਪਕਰਨਾਂ,

(a) ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਭਾਵਿਤ ਖਤਰਨਾਕ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਧਾਰਾ 27 ਵਿੱਚ ਨਿਰਧਾਰਤ ਲਾਗੂ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਆਕਾਰ ਦਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ

(b) ਵਿੱਚ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਹੀ ਸੰਕੇਤ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜੋ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋਣ।

ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ

31. ਰੈਕ, ਸ਼ੈਲਫਾਂ ਜਾਂ ਪੈਲੇਟ ਜੋ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ

32. ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਹਰੇਕ ਆਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਜਾਂ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਹੋਵੇ ਜਿਸਨੇ ਹਰ ਉਸ ਘੰਟੇ ਦੌਰਾਨ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ ਜਿਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ

33. (1) ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਹਰੇਕ ਸੰਚਾਲਕ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਵੇਗਾ ਕਿ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ,

(a) ਫੂਡ ਹੈਂਡਲਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਤੰਬਾਕੂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ;

(b) ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੇਗਾ;

(c) ਸਾਫ਼ ਬਾਹਰੀ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੇਗਾ;

(d) ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਚਿਤ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤੇਗਾ ਕਿ ਭੋਜਨ ਵਾਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦੂਸ਼ਿਤ ਨਾ ਹੋਵੇ;

(e) ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਜਿੰਨੀ ਵਾਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਹੱਥ ਧੋਵੇਗਾ;

(f) ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਛੂਤਕਾਰੀ ਏਜੰਟ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਵੇਗਾ ਜੋ ਭੋਜਨ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ;

(g) ਧਾਰਾ (f) ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ ਗਏ ਛੂਤਕਾਰੀ ਏਜੰਟ ਦੀ ਗੈਰ-ਹਾਜ਼ਰੀ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਦੁਆਰਾ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਂਚਾਂ ਅਤੇ ਟੈਸਟਾਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰੇਗਾ; ਅਤੇ

(h) ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਵਿਵਹਾਰ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੇਗਾ ਜਿਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਖੇਤਰ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

(2) ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਚਮੜੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਉਹ ਕੋਈ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਉਸਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਦ ਤੱਕ ਕਿ ਉਸਨੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿਹਤ

ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਦੀ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ।

ਭਾਗ VII
ਜਿਨਸਾਂ

ਮੀਟ ਅਤੇ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ

ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ

34. (1) ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਹਰੇਕ ਸੰਚਾਲਕ ਜਿੱਥੇ ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਲਿਖਤੀ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਿਹਤ ਖਤਰੇ ਪੈਦਾ ਨਾ ਹੋਣ।

(2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਲਿਖਤੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

(3) ਉਪ-ਧਾਰਾ (2) ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਐਕਟ, *2001* ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 31/05 (ਮੀਟ) ਅਧੀਨ ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਮੀਟ ਪਲਾਂਟ ਹੈ।

(4) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਆਪਰੇਟਰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗਾ ਕਿ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਖਪਤ

35. ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ, ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ, ਪਰਜੀਵੀਆਂ, ਪਰਜੀਵੀਆਂ ਦੇ ਮਸਾਨੇਦਾਰ (cystic) ਰੂਪਾਂ ਅਤੇ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਰੂਪਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਉਚਿਤ ਹੱਦ ਤੱਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜੋ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣ ਲਈ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾ ਦੇਵੇਗਾ।

ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ

36. (1) ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਹਰੇਕ ਸੰਚਾਲਕ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਵੇਗਾ ਕਿ ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਲਈ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਉਸ ਤਾਰੀਖ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ ਤੱਕ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਗਏ ਹਨ ਜਿਸ ਤਾਰੀਖ਼ ਨੂੰ ਉਹ ਬਣਾਏ ਗਏ ਸਨ।

(2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਨਿਰਮਾਣ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਪਲਾਇਰਾਂ ਦੇ ਨਾਮ ਅਤੇ ਪਤੇ, ਮੀਟ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦਾ ਭਾਰ ਅਤੇ ਨਿਰਮਾਣ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਪਛਾਣਕਾਰਕ

37. (1) ਹਰੇਕ ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ ਜਿਸ ਦੀ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ 'ਤੇ ਢੋਆ-ਢੁਆਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੰਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਉਤਪਾਦ 'ਤੇ ਲੱਗੇ

ਟੈਗ, ਸਟੈਂਪ ਜਾਂ ਲੇਬਲ ਦੁਆਰਾ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਇਸਦਾ ਮੂਲ ਮੀਟ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਪਲਾਂਟ ਕਿਹੜਾ ਹੈ।

(2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਕਿਸੇ ਨਿਰਮਿਤ ਮੀਟ ਉਤਪਾਦ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜੋ ਮੂਲ ਪਲਾਂਟ ਵਿਖੇ ਪ੍ਰਚੂਨ ਦੁਕਾਨ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ, ਵੇਚਿਆ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ 'ਤੇ ਇਜਾਜ਼ਤਯੋਗ ਮੀਟ

38. (1) ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਇਜਾਜ਼ਤਯੋਗ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਮੀਟ ਉਹ ਮਾਸ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਜਾਨਵਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ *ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਐਕਟ, 2001* ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 31/05 (ਮੀਟ) ਜਾਂ *ਮੀਟ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਐਕਟ* (ਕੈਨੇਡਾ) ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਅਧਿਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਵਜੋਂ ਵਰਤਣ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਸ ਅਧਿਨਿਯਮ ਜਾਂ ਇਸ ਐਕਟ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਟੈਂਪ ਅਤੇ ਲੇਬਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪਛਾਣਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

(2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਜਿੱਥੇ, ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ ਅਹਾਤੇ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮੀਟ ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਰਾਹੀਂ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਮੀਟ, ਇਸਦੇ ਮਾਲਕ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੱਟਣ, ਲਪੇਟਣ ਅਤੇ ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ,

(a) ਮੀਟ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੱਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਲਪੇਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਫ੍ਰੀਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤੇ ਮੀਟ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਵੇ;

(b) ਲਾਸ਼ ਦੇ ਹਰੇਕ ਚੌਥਾਈ ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਹਿੱਸੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਟੈਗ ਹੋਵੇ ਜੋ ਮੀਟ ਦੇ ਮਾਲਕ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਪਤਾ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੋਵੇ; ਅਤੇ

(c) ਲਾਸ਼ ਦੇ ਹਰੇਕ ਤਿਮਾਹੀ ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਗੈਰ-ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਖਾਣ ਯੋਗ ਤੱਤਾਂ ਤੋਂ ਬਣੀ ਸਿਆਹੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 1.25 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਉਚਾਈ ਵਾਲੇ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿੱਚ, ਹਰੇਕ ਮੁੱਢਲੇ ਕੱਟੇ ਹੋਏ ਖੇਤਰ 'ਤੇ "ਖਪਤਕਾਰ ਦੀ ਮਲਕੀਅਤ, ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਨਹੀਂ" ਜਾਂ "ਖਪਤਕਾਰ ਦੀ ਮਲਕੀਅਤ, ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਨਹੀਂ/Propriété du consommateur — non destiné à la vente”" ਦਾ ਲੇਬਲ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

(3) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, *ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਐਕਟ, 2001* ਅਧੀਨ ਬਣਾਏ ਗਏ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 31/05 (ਮੀਟ) ਅਧੀਨ ਲਾਇਸੰਸਸ਼ੁਦਾ ਮੀਟ ਪਲਾਂਟ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ 'ਤੇ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਨਿਰੀਖਣ ਨਾ ਕੀਤਾ ਮੀਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ,

(a) ਉਸ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ ਦੇ ਭਾਗ VIII.2 ਤਹਿਤ ਮੀਟ ਪਲਾਂਟ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਲਈ ਗੈਰ-ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤੇ ਮੀਟ ਲਈ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ;

(b) ਕਿਸੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨੇ ਉਸ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ ਦੇ ਭਾਗ VIII.3 ਦੇ ਤਹਿਤ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਲਈ ਗੈਰ-ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤੇ ਮੀਟ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮੀਟ ਅਹਾਤੇ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ; ਜਾਂ

(c) ਅਹਾਤੇ ਨੂੰ ਉਸ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ ਦੇ ਭਾਗ VIII.4 ਤਹਿਤ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕੀਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕਰਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

(4) ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਸੰਚਾਲਕ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨਿਰੀਖਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਮੀਟ ਹੈ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗਾ ਕਿ,

(a) ਨਿਰੀਖਣ ਨਾ ਕੀਤੇ ਮੀਟ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਭੋਜਨ ਵੇਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ

(b) ਨਿਰੀਖਣ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੀਟ ਨੂੰ ਵੇਚਿਆ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ।

(5) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, Sioux Lookout Meno-Ya-Win ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਸਥਿਤ ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਜੰਗਲੀ ਮੂਸ, ਜੰਗਲੀ ਬੱਤਖ, ਜੰਗਲੀ ਹੰਸ, ਜੰਗਲੀ ਕੈਰੀਬੋ, ਜੰਗਲੀ ਮਸਕਰਾਟ, ਜੰਗਲੀ ਖਰਗੋਸ਼, ਜੰਗਲੀ ਹਿਰਨ, ਜੰਗਲੀ ਬੀਵਰ, ਜੰਗਲੀ ਐਲਕ ਜਾਂ ਜੰਗਲੀ ਮਸਕੋਕਸ ਤੋਂ ਸ਼ਿਕਾਰ ਰਾਹੀਂ ਮੀਟ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਪੰਛੀ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰ ਸ਼ਿਕਾਰ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਮਾਰਿਆ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ:

1. ਹੈਲਥ ਸੈਂਟਰ ਵਿਖੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਪਰੋਸਣ ਦੇ ਇਕੋ ਇਕ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਹੀ ਮੀਟ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
2. ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮੀਟ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਦੂਜੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪਰੋਸਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਵੇ।
3. ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਵਿਖੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਮੀਟ ਪਰੋਸਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਰ ਵਾਰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਐਕਟ, 2001 ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 31/05 (ਮੀਟ) ਜਾਂ ਮੀਟ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਐਕਟ (ਕੈਨੇਡਾ) ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਅਧਿਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਜਿਸ ਮੀਟ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਉਹ ਖਪਤ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।
4. ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਵਿਖੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਮੀਟ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਐਕਟ, 2001 ਅਧੀਨ ਬਣਾਏ ਗਏ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 31/05 (ਮੀਟ) ਜਾਂ ਮੀਟ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਐਕਟ (ਕੈਨੇਡਾ) ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਅਧਿਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਜਾਂਚਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਮੀਟ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤਾਏ ਜਾਣ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

(6) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਿਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸ਼ਿਕਾਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਮੀਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਦੇ ਡਿਨਰ ਜਾਂ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਸਰਵ ਕਰਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ:

1. ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮੀਟ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਦੂਜੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪਰੋਸਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੂਜੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਵੇ।
2. ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਅਤੇ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਹਰ ਵਾਰ ਮੀਟ ਪਰੋਸਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਐਕਟ, 2001 ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 31/05 (ਮੀਟ) ਜਾਂ ਮੀਟ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਐਕਟ (ਕੈਨੇਡਾ) ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਅਧਿਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਨੋਟਿਸ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਸਥਾਨ ਦੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸਪੱਸ਼ਟ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਪੋਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਡਿਨਰ ਜਾਂ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ

ਸਮਾਗਮ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

3. ਆਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਡਿਨਰ ਜਾਂ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਨੂੰ ਸੂਚੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਦਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ ਪੂਰਾ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

4. ਆਪਰੇਟਰ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਡਿਨਰ ਜਾਂ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਸਮਾਗਮ ਲਈ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਮੀਟ ਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਨੂੰ ਸੂਚੀ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ,

   I. ਹਰੇਕ ਦਾਨੀ ਦਾ ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ, ਸੰਪੂਰਨ, ਅਤੇ

   ii. ਹਰੇਕ ਦਾਨੀ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ, ਉਸ ਪ੍ਰਜਾਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਜਿਸ ਤੋਂ ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਮੀਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

(7) ਉਪ-ਧਾਰਾ (6) ਵਿੱਚ,

"ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਡਿਨਰ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ *ਮੱਛੀ ਅਤੇ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵ ਸੁਰੱਖਿਆ ਐਕਟ, 1997* ਦੀ ਧਾਰਾ 52 (3) (a) ਦੇ ਤਹਿਤ ਦਿੱਤੇ ਅਖਤਿਆਰ ਦੀ ਅਥਾਰਟੀ ਅਧੀਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਰਾਤ ਦਾ ਖਾਣਾ; ("dîner avec gibier sauvage au menu")

"ਜੰਗਲੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਸਮਾਗਮ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਸਮਾਗਮ ਜਿਸ ਵਿੱਚ *ਮੱਛੀ ਅਤੇ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵ ਸੁਰੱਖਿਆ ਐਕਟ, 1997* ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਣਾਏ ਗਏ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ 665/98 (ਸ਼ਿਕਾਰ ਕਰਨਾ) ਦੀ ਧਾਰਾ 135.1 ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕੀਤੇ ਜੰਗਲੀ ਜੀਵ ਵਰਤਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ("événement avec gibier sauvage au menu")

(8) ਬਰਤਨ, ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਸੰਪਰਕ ਸਤਹਾਂ ਜੋ ਗੈਰ-ਨਿਰੀਖਣ ਕੀਤੇ ਮੀਟ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਈਆਂ ਹਨ, ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਭਾਗ IV ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦ

ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂੰ-ਮੁਕਤੀ

39. (1) 10 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੋਂ ਘੱਟ ਦੁੱਧ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਾਂ ਉਸ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਸ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ,

(a) ਘੱਟੋ ਘੱਟ 63° ਸੈਲਸੀਅਸ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਗਰਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਉਸ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਰੱਖਣਾ ਜੇ ਬੈਚ ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ;

(b) ਘੱਟੋ ਘੱਟ 72° ਸੈਲਸੀਅਸ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਗਰਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਵਾਲੇ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਉਸ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ; ਜਾਂ

(c) ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਗਰਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਉਸ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ

ਰੱਖਣਾ, ਜੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਰੋਗਾਣੂੰਜਨਕ ਜੀਵਾਂ ਅਤੇ ਫਾਸਫੇਟਾਂ ਦਾ ਵਿਨਾਸ਼ ਹੋਵੇਗਾ ਜੋ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਧਾਰਾਵਾਂ (a) ਅਤੇ (b) ਵਿੱਚ ਨਿਰਧਾਰਤ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ।

(2) 10 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੁੱਧ ਦੀ ਚਰਬੀ ਵਾਲੇ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਾਂ ਉਸ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ,

(a) ਘੱਟੋ ਘੱਟ 66° ਸੈਲਸੀਅਸ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਗਰਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਉਸ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਰੱਖਣਾ ਜੇ ਬੈਚ ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ; ਜਾਂ

(b) ਘੱਟੋ ਘੱਟ 75° ਸੈਲਸੀਅਸ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਗਰਮ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਵਾਲੇ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 15 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਉਸ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ।

(3) ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 135° ਸੈਲਸੀਅਸ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਗਰਮ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਉਸ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਦੋ ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਰੱਖ ਕੇ, ਜਾਂ ਅਜਿਹੇ ਹੋਰ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰੱਖਕੇ ਜਿਸ ਨਾਲ ਕੀਟਾਣੂੰ ਮਾਰੇ ਜਾਣਗੇ, ਵਪਾਰਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੀਟਾਣੂੰਮੁਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੰਢਾ ਕਰਨਾ

40. (1) ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 4° ਸੈਲਸੀਅਸ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਠੰਢਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

(2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਉਸ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ,

(a) ਜਿਸਨੂੰ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ 4° ਸੈਲਸੀਅਸ, ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤੱਕ ਠੰਢਾ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਹੈ;

(b) ਜਿਸਨੂੰ ਵਪਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀਟਾਣੂੰਮੁਕਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਗੈਰ-ਸੈਪਟਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਹੈ; ਜਾਂ

(c) ਜਿਸਨੂੰ ਸੁਕਾ ਕੇ ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ਰ

41. (1) ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹਰੇਕ ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰਾਂ ਨਾਲ ਲੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜੋ ਸਟੀਕ ਹੋਣ ਅਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋਣ।

(2) ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਉੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਵਾਲੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਫਲੋਅ ਡਾਇਵਰਜਨ ਵਾਲਵ ਨਾਲ ਲੈਸ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

(3) ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਨਮੀ-ਪਰੂਫ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

(4) ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ਰ ਵਿਚਲੇ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ 'ਤੇ ਦਿਖਾਏ ਗਏ ਤਾਪਮਾਨ ਵਜੋਂ ਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਨਾ ਕਿ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੁਆਰਾ ਦਿਖਾਏ ਗਏ ਤਾਪਮਾਨ ਵਜੋਂ।

(5) ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਆਪਰੇਟਰ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਉਣ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਤਾਪਮਾਨ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ ਕਰਕੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਐਡਜਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਤਾਪਮਾਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਾਪਮਾਨ ਨਾ ਪੜ੍ਹੇ।

ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਡਿਵਾਈਸ

42. (1) ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਉਪਕਰਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ:

1. ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਮਿਤੀ।
2. ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਦਾ ਨੰਬਰ, ਜੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਡਿਵਾਈਸ ਅਟੈਚ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ।
3. ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਹੋਲਡਿੰਗ ਪੀਰੀਅਡ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਾਨਬੱਧ ਬਿੰਦੂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰੀ ਦਰਸਾਉਣ ਵਾਲੇ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ।
4. ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦ ਦਾ ਨਾਮ।

(2) ਕਿਸੇ ਪਾਸਚਰਾਈਜ਼ਰ ਦਾ ਸੰਚਾਲਕ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣਾਏਗਾ ਅਤੇ ਇਸ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰੇਗਾ।

(3) ਉਪ-ਧਾਰਾ (2) ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਬਣਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਸਾਲ ਲਈ ਜਾਂ, ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ੈਲਫ ਲਾਈਫ ਵਾਲੇ ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਲਈ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਸ਼ੈਲਫ ਲਾਈਫ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ।

(4) ਆਪਰੇਟਰ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਉਪ-ਧਾਰਾ (2) ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ।

ਅਣ-ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਪਨੀਰ

43. ਐਕਟ ਦੀ ਉਪ-ਧਾਰਾ 18 (2) ਅਣ-ਪਾਸਚਰੀਕਿਰਤ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਬਣੇ ਪਨੀਰ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜੇ ਪਨੀਰ ਨੂੰ ਸਟੋਰੇਜ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਪੈਥੋਜੈਨਿਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਦੂਸ਼ਿਤਤਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰੂਪ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਹਨ ਜੋ ਪਨੀਰ ਨੂੰ ਖਾਣ ਲਈ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਸਵੱਛਤਾਕਰਨ

44. ਦੁੱਧ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਪਾਸਚਰੀਕਰਨ, ਕੀਟਾਣੂਮੁਕਤੀ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਦੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਲਈ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਦੁੱਧ ਦੇ ਡੱਬੇ

45. ਕੀਟਾਣੂਮੁਕਤ ਕੀਤੇ ਤਰਲ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਤੋਂ ਵੇਚਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਉੱਤੇ "STERILIZED" ਜਾਂ "STERILE" ਅਤੇ "REFRIGERATE AFTER OPENING" ਸ਼ਬਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਮੁੜ ਪੈਕੇਜਿੰਗ

46. (1) ਇੱਕ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤਾ ਜੋ ਉਸ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਪੈਕੇਜ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਮੁੜ ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ 'ਤੇ ਮੂਲ ਪ੍ਰੋਸੈਸਰ, ਪੈਕਿੰਗ ਦੀ ਮਿਤੀ ਅਤੇ ਬੈਚ ਨੰਬਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੇਗਾ।

(2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਆਪਰੇਟਰ ਮੁੜ ਪੈਕ ਕੀਤੇ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੇ ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਉੱਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਆਪਰੇਟਰ ਅਜਿਹੇ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੂਲ ਪ੍ਰੋਸੈਸਰ, ਪੈਕਿੰਗ ਦੀ ਮਿਤੀ ਅਤੇ ਬੈਚ ਨੰਬਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ:

1. ਆਪਰੇਟਰ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਪਤਾ ਜਾਂ ਕੋਡ ਮਾਰਕਿੰਗ।
2. ਆਪਰੇਟਰ ਦੀ "ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਰਤੋਂ" ਦੀ ਮਿਤੀ ਜਾਂ ਮੁੜ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਮਿਤੀ।

(3) ਉਪ-ਧਾਰਾ (2) ਵਿੱਚ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ 'ਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਉਸ ਤਾਰੀਖ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ ਤੱਕ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਿਨ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦ ਨੂੰ ਮੁੜ ਪੈਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

(4) ਇਹ ਸੈਕਸ਼ਨ ਤਰਲ ਦੁੱਧ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਮੁੜ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

ਅੰਡੇ

ਗਰੇਡ ਸੀ ਅੰਡੇ

47. (1) ਕਿਸੇ ਭੋਜਨ ਅਹਾਤੇ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਆਪਰੇਟਰ ਅਣਗ੍ਰੇਡ ਜਾਂ ਗਰੇਡ "ਸੀ" ਆਂਡਿਆਂ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਸਰਵ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਪ੍ਰੋਸੈੱਸ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ, ਵੰਡੇਗਾ ਨਹੀਂ, ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ ਜਾਂ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ।

(2) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਕਿਸੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਅੰਡਾ ਸਟੇਸ਼ਨ ਦਾ ਆਪਰੇਟਰ ਗ੍ਰੇਡਿੰਗ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਅਣਗ੍ਰੇਡ ਆਂਡਿਆਂ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗ੍ਰੇਡ "ਸੀ" ਅੰਡਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਐੱਗ ਸਟੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਵੇਚ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਵੇਚਣ ਅਤੇ ਢੋਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

(3) ਉਪ-ਧਾਰਾ (1) ਘਰੇਲੂ ਮੁਰਗੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਆਂਡਿਆਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜੇ,

(a) ਅੰਡੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਅਹਾਤੇ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਫ਼ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਦਿਖਣਯੋਗ ਤਰੇੜਾਂ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀਆਂ; ਅਤੇ

(b) ਆਂਡਿਆਂ ਨੂੰ 4° ਸੈਲਸੀਅਸ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਦੇ ਠੰਢੇ ਤਾਪਮਾਨ 'ਤੇ ਲਿਜਾਇਆ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।