

फूड हैंडलर प्रशिक्षण पुस्तिका



खाद्यजनति बीमारी के जोखमि वाले
कारकों और भोजन के खतरों के बारे में
जानें

परिचय



■ वषिय-सूची



व्यक्तगित स्वच्छता

4



अनुमोदति स्रोत

6



उचति तापमान

7



खाद्य संदूषण

10



प्रशीतति भंडारण

12



शब्दावली

13



यह पुस्तक दक्षिणी नेवादा स्वास्थ्य जला पर्यावरण स्वास्थ्य प्रभाग द्वारा शैक्षिक उपकरण के रूप में तैयार की गई थी। अपना खाद्य हैंडलर सुरक्षा प्रशिक्षण कार्ड प्राप्त करने का परीक्षण लेने के बारे में अधिक जानकारी के लिए www.snhd.info पर जाएँ।



■ इस पुस्तक के बारे में

दक्षिणी नेवादा स्वास्थ्य जला के खाद्य नयिम खाद्य प्रतष्ठानों में खाद्य बीमारियों के जोखमि वाले कारकों के नयित्रण पर ध्यान केंद्रित करते हैं। पाँच जोखमि वाले कारकों के नयित्रण से खाद्यजनति बीमारी को रोकने में मदद मलिंगी। फूड हैंडलर्स को प्रशिक्षित करने और खाद्य सुरक्षा प्रथाओं का पालन करने के लिए एक रेस्तरां के प्रभारी व्यक्तिको जोखमि के कारकों के बारे में अवश्य ज्ञात होना चाहिए। खाद्यजनति बीमारी को रोकने पर जोर देने के साथ नरितर प्रशिक्षण के माध्यम से इसकी जानकारी बढ़ाई जाती है। अगर खाद्य सुरक्षा के लिए कोई जोखमि जैसे कपिनी, सीवेज बैकअप, या कीटों का प्रकोप है, तो खाद्य प्रतष्ठान को स्वतः बंद कर देना चाहिए और स्वास्थ्य जला से संपर्क करना चाहिए।

■ खाद्य जनति बीमारी की जोखमि वाले कारक

खराब व्यक्तगत स्वच्छता

- अनुचित तरीके से हाथ धोना
- खाने के लिए तैयार (RTE) खाद्य पदार्थों को खाली हाथ से छूना
- नमिनलखिति लक्षणों: उल्टी, दस्त, बुखार के साथ गले में दर्द, हाथों पर कटने का संक्रमण, और पीलिया की बीमारी में काम करने वाले खाद्य हैंडलर

असुरक्षित स्रोतों से भोजन

- गैरअनुमोदित स्रोत से और/या बना अनुमत वाले स्थानों में तैयार खाद्य
- मलिवटी भोजन प्राप्त करना

पकाने का अनुचित तापमान/वधियिँ

- खाना बनाना
- पुनस्तापन (फरि से गर्म करना)
- फ्रीज़िंग (मछली में परजीवियों को खत्म करने के चरण को मार देती है)

अनुचित रखरखाव, समय और तापमान

- सुरक्षा के लिए समय और तापमान पर नयित्रण (TCS) खाद्य पदार्थों को अनुचित गर्म और ठंडा रखरखाव
- नयित्रण के रूप में समय का अनुचित उपयोग
- TCS खाद्य पदार्थों का अनुचित शीतलन

भोजन संदूषण

- प्रदूषित/अनुचित रूप से निर्मित उपकरणों का उपयोग करना
- कर्मचारियों की खराब आदतें
- खाद्य का अनुचित भंडारण/तैयारी
- रसायनों के सामने खुला रखना

■ खाद्य के खतरे

जैविक

- सूक्ष्मजीव जो खाद्य संबंधी बीमारी का कारण बन सकते हैं
- बैक्टीरिया, वायरस, परजीवी, और कवक

रासायनिक

- रसायनों का उपभोग नहीं किया जाना चाहिए
- स्वच्छता, सफाई के एजेंटों, या कीट नयित्रण उत्पादों को भोजन से अलग किया जाना चाहिए

भौतिक

- बाहरी वस्तुएं जो चोट का कारण बन सकती हैं
- शीशा, धातु, या हड्डी



व्यक्तिगत स्वच्छता



■ हाथ धोने की उचित तकनीक

हाथ धोना व्यक्तिगत स्वच्छता का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है। खाद्यजनित बीमारियों को रोकने के लिए भोजन को संभालने से पहले अपने हाथों को निर्धारित हैण्ड सकि में धोना महत्वपूर्ण होता है। हैण्ड सकि केवल हाथ धोने के लिए होता है और उसके पास तरल साबुन, कागज के तौलिए, और कचरे का एक डबिवा होना चाहिए।



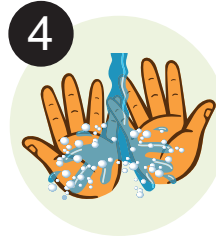
1 गर्म पानी से गीले हाथ (न्यूनतम 100°F)



2 साबुन



3 10-15 सेकंड तक तेज़ी से रगड़ें



4 खंगालें



5 सुखाएं



6 कागज़ के तौलिए से पानी बंद करें

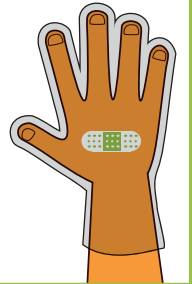
अपने हाथ धोएं...

- ✓ रसोई में प्रवेश करते समय
- ✓ अपने चेहरे, बालों या त्वचा को छूने के बाद
- ✓ रेस्ट्रूम का उपयोग करने के बाद
- ✓ कच्चे पशु उत्पादों को संभालने के बाद
- ✓ कचरा नकालने या सफाई करने के बाद
- ✓ कुछ भी गंदा संभालने के बाद



यदि आपका हाथ कटा है, तो अपने हाथ धोएं, एक साफ पट्टी रखें, और दस्ताने पहनें।

यदि आप घाव, खपन्ची, पट्टी या ब्रेस के कारण अपने हाथ नहीं धो सकते, तो आप भोजन के साथ काम नहीं कर सकते हैं।



■ खाने के लिए तैयार खाद्य पदार्थों के साथ नंगे हाथ का संपर्क नहीं होना चाहिए

खाने के लिए तैयार खाद्य पदार्थों को नंगे हाथों से नहीं संभाला जा सकता है। जनि जीवाणुओं से खाद्यजनित बीमारी होने की संभावना हो उनके संक्रमण को रोकने के लिए भौतिक बाधा का उपयोग करें। इन रोगाणुओं को केवल उचित हैण्डवाशिग द्वारा पूरी तरह से हटाया नहीं जा सकता है।

खाने के लिए तैयार खाद्य पदार्थों में पका हुआ भोजन, कच्चे फल और सब्जियां, भुने हुए सामान, नाश्ते का भोजन और बर्फ शामिल हैं। भौतिक बाधाओं में डेली / मोम के पेपर, दस्ताने, और चमिटे, कलछी और बड़े चम्मच जैसे बर्तन शामिल हैं।



व्यक्तिगत स्वच्छता



■ यूनीफॉर्म

- ✓ बालों का उचित अवरोध
- ✓ साफ और स्वच्छ कपड़े
- ✓ सभी घाव ढके हुए हों
- ✓ कलाई में कोई गहने न हों
- ✓ सादा बैंड की अंगूठी
- ✓ लघु और साफ नाखून



- ✗ बाल टोपी के बाहर आ रहे हैं
- ✗ गंदे कपड़े
- ✗ खुले और रक्तस्राव वाले घाव
- ✗ कलाई के गहने
- ✗ अलंकृत या नगीनों वाली अंगूठी
- ✗ लंबी, चत्रिति, और / या कृत्रिम नाखून

■ कर्मचारी स्वास्थ्य नीति

व्यक्तिगत स्वच्छता घर से शुरू होती है जब आप रोजाना काम के लिए तैयार होकर जाते हैं। हम सभी बीमारी पैदा करने वाले रोगाणु लेकर चलते हैं जो बीमारी का कारण बन सकते हैं। खाद्य हैंडलर के रूप में, खाद्यजनित बीमारी को रोकने के लिए आप अपने स्वास्थ्य की देखभाल करने के लिए जिम्मेदार हैं। यदि आपको सालमोनेला, टाइफाइड का बुखार, शिगला, शिगा टॉक्सिन पैदा करने वाला ई-कोलाई, हेपेटाइटिस ए, या नोरोवायरस का नदिान कया गया है या यदि आपमें नमिनलखिति में से कोई भी लक्षण है तो अपने नयिकता को बताएं:



उल्टी



दस्त



बीमारी के साथ गले में खराश



हाथों और बाहों पर कटने या घावों का संक्रमण



पीलिया

6 बड़ी खाद्यजनित बीमारियों को याद करने का एक आसान तरीका

अब	सालमोनेला
यह	टाइफाइड का बुखार
बीमार	शिगला
कर्मचारियों	ई कोली
को घर	हेपेटाइटिस ए
भेजें	नोरोवायरस

👉 यदि दिवाई का उपयोग किए बिना 24 घंटों तक लक्षणों से मुक्त नहीं होते तो आप दोबारा काम पर नहीं जा सकते।


अनुमोदित स्रोत



■ अस्वीकृत और / या अनधिकृत स्रोत से भोजन

पहली बातें सबसे पहले.... एक बार जब आप खाद्य की आपूर्तियाँ स्वीकार कर लेते हैं, तो आप एक बार फिर से असुरक्षित भोजन को सुरक्षित नहीं कर सकते। खाद्य पदार्थ की सुरक्षा के लिए समय / तापमान का नियंत्रण (TCS) भी कहा जाता है, उसमें रोगजनक सूक्ष्मजीवों के विकास या वषाकृतता को सीमिति करने के लिए समय और तापमान के नियंत्रण की आवश्यकता होती है।

एक अनुमोदित स्रोत एक प्रतष्ठित आपूर्तिकर्ता होता है जिसका नरीक्षण किया गया है और वह नियमों का पालन करता है। इसे आपूर्तिकर्ता से स्वीकार करने से पहले आपको हमेशा खाद्य पदार्थ की जाँच करनी चाहिए। प्राप्त करने के दौरान आपको खाद्य पदार्थों की नमिनलखिति जाँच करनी चाहिए:

TCS भोजन प्राप्त करने के लिए तापमान	समग्र पौष्टिकता	जमे हुए खाद्य पदार्थ
<p>135°F गर्म भोजन गर्म (135 डिग्री फारेनहाइट से ऊपर)</p> <p>खतरनाक क्षण त्रि 41°F और 135°F के बीच</p> <p>45°F 45°F पर अंडे और लाइव शेलस्टॉक प्राप्त करना स्वीकार्य है</p> <p>41°F शीत खाद्य पदार्थ ठंडा (41°F से नीचे) जमे हुए खाद्य पदार्थ को जमा हुआ ठोस होना चाहिए</p>	 <p>खरोच वाले, सूजे हुए, या रसिने वाले डब्बों को अस्वीकार करें।</p>	 <p>पैकेज में बर्फ क्रस्टिल या तरल दार्थ वाले जमे हुए खाद्य पदार्थों को अस्वीकार करें।</p>
नुकसान	समाप्त की तथियाँ	कीट या स्पलिस से संदूषण के संकेत
 <p>भोजन को पतला, चपिचपिा, बदरंग या खराब गंध वाला नहीं होना चाहिए।</p>	<p>USE BY 01-01-07</p> <p>BEST BEFORE 01-01-07</p> <p>भोजन नरिमाता द्वारा चहिनति तारीख तक खाद्य को उपयोग के भीतर होना चाहिए।</p>	 <p>पैकेज साफ, सूखे और अखण्ड होना चाहिए</p>
उचित लेबलिंग और चालान	शेलस्टॉक के टैग्स	कुछ मछली के लिए परजीवी का वनिाश
<p>INGREDIENTS: Enriched Wheat Flour (Flour, Ferrous Sulfate (Iron), B Vitamins (Niacin, Thiamine Mononitrate (B1), Riboflavin (B2), Folic Acid)), Sugar, Corn Syrup, Water, High Fructose Corn Syrup, Vegetable and/or Animal Shortening (Contains one or more of: Partially Hydrogenated Soybean, Cottonseed, or Canola Oil, Beef Fat), Dextrose, Whole Eggs, Contains 2% or Less of: Modified Corn Starch, Cellulose Gum, Whey, Leavening (Sodium Acid Pyrophosphate, Baking Soda, Monocalcium Phosphate), Salt, Cornstarch, Corn Flour, Corn Syrup Solids, Mono and Diglycerides, Soy Lecithin, Polyorbate 60, Dextrin, Calcium Caseinate, Sodium Stearoyl Lactylate, Wheat Gluten, Calcium Sulfate, Natural and Artificial Flavors, Caramel Color, Sorbic Acid (to Retain Freshness), Color Added (Yellow 5, Red 40).</p> <p>भोजन की पहचान की जानी चाहिए कि यह क्या है और यह कहाँ से आया था।</p>	 <p>शेलफिशि टैग को 90 दिनों तक फाइल पर रखा जाना चाहिए।</p>	 <p>आधी पकी हुई या कचची मछली को परोसने वाले स्पलायर का दस्तावेज होना चाहिए, यह बताते हुए कि मछली कैसे जमाई गई है या पैदा की गई है।</p>

🔑 आपूर्तिकर्ता से स्वीकार करने की बजाए यदि यह मानकों पर खरा नहीं उतरता तो भोजन को अस्वीकार करें।

अभ्यास स्वीकार करें या अस्वीकार करें?



कोलेसलो मशिरण को 45°F पर अच्छी हालत में पैक किया गया



45°F पर स्वच्छ और अखंड कच्चे खोल वाले अंडे



धंसी हुई और धुंधली आंखों वाली मछली



छोटे मोलड स्पॉट के साथ चेडर पनीर



ताजा गोमांस जो स्पृश करने पर वापस उछलता है

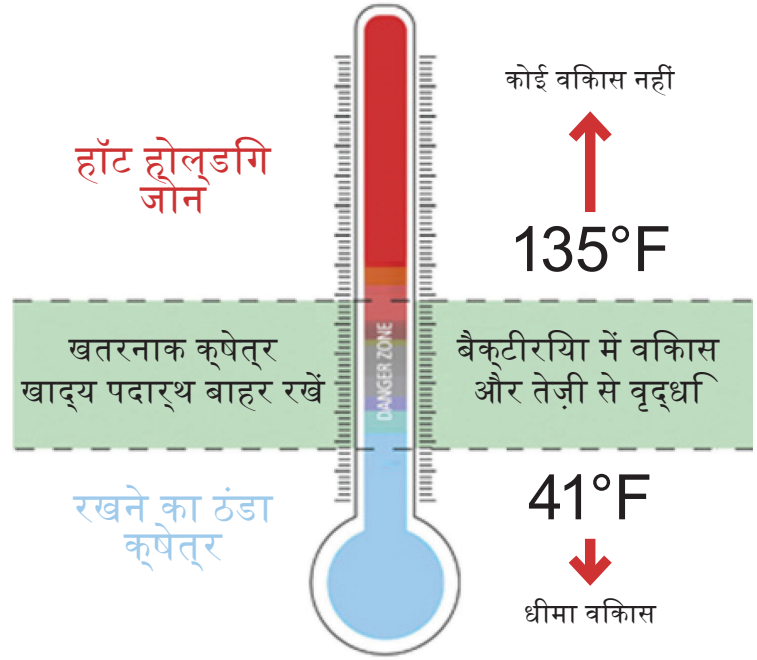


उच्चता तापमान



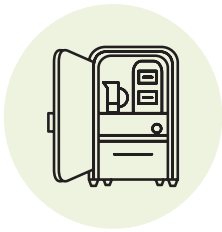
■ तापमान कायम रखना

हालांकि खाद्य पदार्थ से सुरक्षित स्तर तक रोगाणुओं की संख्या को कम करने का एकमात्र तरीका खाना पकाना है, सुरक्षा के लिए आपको TCS खाद्य पदार्थों को सही तापमान पर स्टोर करना होगा। यह महत्वपूर्ण है कि सुरक्षा के लिए समय और तापमान नियंत्रण की आवश्यकता वाले खाद्य पदार्थ तापमान खतरे के क्षेत्र से बाहर रहें जहाँ पर बैक्टीरिया में सबसे तेजी से वृद्धि होती है। गरम भोजन को गरम और ठंडे खाद्य पदार्थों को ठंडा रखें। सार्वजनिक स्वास्थ्य नियंत्रण के रूप में समय का उपयोग करते समय, कमरे के तापमान पर रखे गए TCS खाद्य पदार्थों को सीमित समय तक रखना चाहिए और फरि त्याग देना चाहिए।



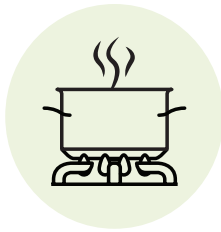
■ उच्चता वग़िलन

वग़िलन (वह्मिमीकरण) करते समय खाद्य पदार्थ को 41°F या उससे नीचे बनाए रखना महत्वपूर्ण होता है। एक अनुमोदित वग़िलन वधिका प्रयोग करें:



रेफ़्रिजिरेशन के तहत

आगे की योजना - बड़ी वस्तुओं को ठंडा करने में कई दिन लग सकते हैं। 41°F या उससे कम पर प्रशीतन बनाए रखें।



पकाने के भाग के रूप में

पकाने के लिए सीधे जमी हुई सामग्री लें। यह छोटे खाद्य पदार्थों के लिए बहुत अच्छा होता है।



माइक्रोवेव में

(जसि तत्काल पकाया जाना हो)

किसी पारंपरिक खाना पकाने की प्रक्रिया में तुरंत स्थानांतरित करें या पूरी तरह से माइक्रोवेव में पकाएं।



बहते हुए पानी के नीचे पूरी तरह से डूबा हुआ

सुनिश्चित करें कि ठीले कणों को हटाने और बहाने के लिए चलने वाला पानी पर्याप्त तेज़ी से बहता है। सुनिश्चित करें कि खाद्य पदार्थ के सभी हिस्से पूरी तरह से पानी में डूबे हुए हैं। बहने वाला पानी ठंडा होना चाहिए; खाद्य पदार्थ को 41°F से ऊपर नहीं बढ़ना चाहिए।

उचित तापमान



■ खाना पकाना

TCS खाद्य पदार्थों को उनके आवश्यक तापमान पर पकाना ही सुरक्षित स्तर पर कीटाणुओं की मात्रा को कम करने का एकमात्र तरीका है। खाद्य पदार्थ के तापमान की जाँच करने के लिए एक कैलब्रिटेड और साफ़ सुथरे स्टेम थर्मामीटर का प्रयोग करें। थर्मामीटर को हड्डियों से दूर भोजन के सबसे मोटे वाले हिस्से के भीतर डालना सुनिश्चित करें ताकि भोजन के सभी अच्छी तरह से पाक जाएँ। भोजन को पकाने और फरि से गरम करने के लिए उचित उपकरण का प्रयोग करें। खाद्य पदार्थों को ऐसे उपकरणों में न पकाएं जो केवल गरम चीजें रखने के लिए होते हैं।



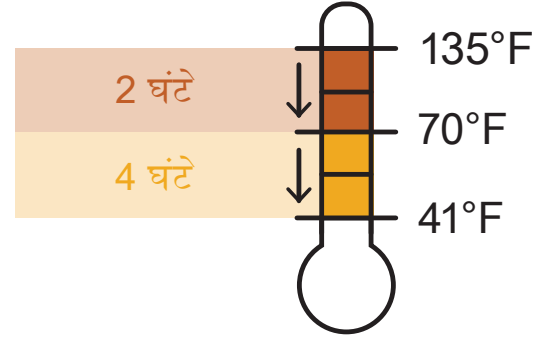
कच्चे TCS खाद्य पदार्थों को यदि ग्राहक उसी रूप में आदेश देता है तो अधपका ही दिया जा सकता है और यहाँ मेन्यू पर कंज्यूमर एडवाइजरी भी है।MENU.

उच्च तापमान



■ ठंडा करने की वधियाँ

गर्म TCS खाद्य पदार्थों के लिए दो चरण के शीतलन प्रक्रिया की आवश्यकता होती है: दो घंटों में 135°F से 70°F और अगले चार घंटों में 41°F से 70°F तक (कुल छह घंटों से अधिक नहीं)। यह सुनिश्चित करने के लिए क्खिाद्य पदार्थों को तापमान के खतरे के क्षेत्र में न्यूनतम समय बताना पड़े, खाद्य पदार्थों को तेजी से और सुरक्षित रूप से ठंडा करना महत्वपूर्ण होता है। ऐसी वधिका उपयोग करें जो ठंडा करने की प्रक्रिया को तेज करेगा, जैसे बर्फ के स्नान का उपयोग करना या उथले बर्तन में गर्म खाद्य पदार्थों को वभाजित करना और फिर उन्हें रेफ्रिजरेटर में रखना। गर्मी को दूर करने के लिए खाद्य पदार्थ को बराबर हलिते रहें।



दनांक	खाद्य	समय और तापमान शुरू करें	1 घंटे में	2 घंटे में	2 घंटे में 135°F से 70°F?	3 घंटे में	4 घंटे में	5 घंटे में	6 घंटे में	4 घंटे में 70°F से 41°F?
3-20	सूप	प्रातः 9:00 बजे 135 °F	प्रातः 10:00 बजे 120 °F	प्रातः 11:00 बजे 80 °F		सायं 12:00 बजे 65 °F	सायं 1:00 बजे 40 °F			
6-27	चावल	सायं 3:00 बजे 135 °F	सायं 4:00 बजे 90 °F	सायं 5:00 बजे 68 °F		सायं 6:00 बजे 55 °F	सायं 7:00 बजे 55 °F	सायं 8:00 बजे 45 °F	सायं 9:00 बजे 39 °F	

सूप को दो घंटे पहले 165°F तक गर्म किया जाना चाहिए था। सूप को फेंक दिया जाना चाहिए।

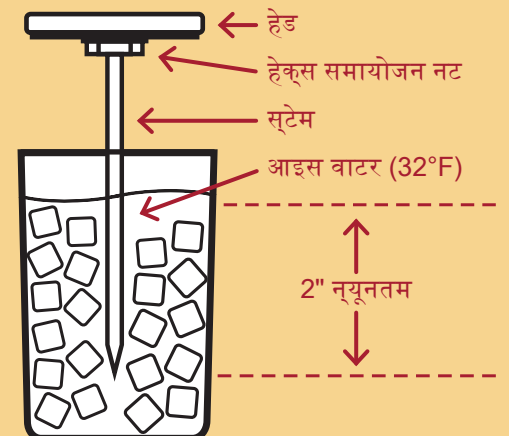
चावल को 70°F और फिर 41°F तक छह घंटे की शीतलन प्रक्रिया के भीतर मलिते की आवश्यकता है।

थर्मामीटर का कैलब्रेशन

खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए आपके पास थर्मामीटर सबसे महत्वपूर्ण उपकरण है। भोजन के आंतरिक तापमान की जांच करने से पहले अपने थर्मामीटर को कैलब्रेट करना महत्वपूर्ण है। प्रत्येक थर्मामीटर को नयिमति रूप से कैलब्रेट करें, साथ ही जब यह नया हो, और किसी समय के गरिते पर। माप किए जाने वाले खाद्य पदार्थ के लिए उपयुक्त थर्मामीटर प्रयोग करें।

स्टेम थर्मामीटर का कैलब्रेशन करने के उच्च चरण

1. एक कंटेनर को पूरी तरह से बर्फ से भर दें।
2. साफ पानी मलिते (बर्फ को तैरना नहीं चाहिए)।
3. थर्मामीटर डुबोएँ।
4. अच्छी तरह से हलिते।
5. 32°F समायोजित करने से पहले 30 सेकंड दें।



खाद्य संदूषण



■ क्रॉस संदूषण

क्रॉस संदूषण तब होता है जब रोगाणु एक खाद्य या सतह से किसी दूसरे में स्थानान्तरित हो जाते हैं।

खाद्यजनित बीमारी नमिनलखिति के परिणामस्वरूप होते हैं:

- भोजन में दूषित सामग्रियों को मलाने से।
- खाद्य पदार्थ से संपर्क वाली सतह (उपकरण और बर्तन) जनिहें उचित रूप से साफ और स्वच्छ नहीं किया गया था।
- खाने के लिए तैयार भोजन के साथ कच्चे भोजन का स्पर्श करना या उसमें डुबाना।
- हाथ जो संदूषित भोजन को और बाद में खाने के लिए तैयार भोजन छूते हैं।

इनके द्वारा अन्य क्रॉस प्रदूषण से बचें:

- कच्चे उत्पादों (जैसे शैल वाले अंडे, मांस, मछली, कुक्कुट) के लिए और खाने के लिए तैयार भोजन या इनके बीच में प्रयोग होने वाले सफाई और स्वच्छता के उपकरणों के लिए अलग-अलग काटने वाले बोर्ड और बर्तनों का उपयोग करना।
- भोजन या साफ उपकरणों से गंदे उपकरण को अलग करना।
- एक स्वच्छ, स्वच्छता वाली कार्य की सतह से शुरूआत करना और प्रत्येक कार्य के बाद सभी कार्य के सतहों, उपकरणों और बर्तनों की स्वच्छता और सफाई करना।
- जनि सामग्रियों का उपभोग होगा उसका बर्फ में भंडारण न करना।



■ सफाई और स्वच्छता

सुनिश्चित करें कि जितनी बार आवश्यक हो उपकरण को उतनी बार धोकर साफ और स्वच्छ करें। उपयोग में होने पर, हर चार घंटे में बर्तन और उपकरणों को साफ और स्वच्छ करें।

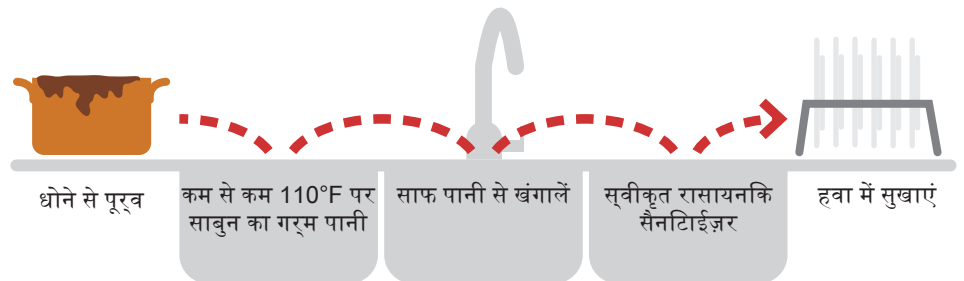


स्वच्छता वाली बाल्टियां —

क्लोरीन और क्वाटरनेरी अमोनिया (Quats) अनुमोदित सैनिटाईज़रों के प्रकार हैं। उचित संकेन्द्रण और संपर्क समय के लिए निर्माता की सफ़ारिशों का पालन करें। कागज़ की जाँच पट्टियों से सैनिटाईज़र का परीक्षण करें। किसी भी समय जब भोजन परोसना या तैयार करना हो तो कपड़ों को सैनिटाईज़र बाल्टी में भण्डारण करें।

तीन-डबियों वाला सकि —

बर्तनों की हाथ से उचित धुलाई के लिए हमेशा उचित तरीके से सेट किए गए तीन-डबियों वाले रसोई सकि का उपयोग करें और पाँच चरणों: प्री-वॉश (स्क्रैप), धोना, खंगालना, स्वच्छ करना, और हवा में सुखाने का पालन करें।



डशि मशीनें

(उच्च तापमान और रसायन) —

सैनिटाईज़िंग सुरक्षित स्तरों तक रोगाणुओं की संख्या को कम कर देती है। खाद्य संपर्क की सतहों को सैनिटाईज़ करने के लिए रसायन और गर्मी का उपयोग किया जाता है। उचित संचालन के लिए मैनुअल या मशीन पर डेटा प्लेट को पढ़ें। खाद्य संपर्क की सतहों की सतह का तापमान उच्च तापमान वाली मशीन में कम से कम 160°F तक पहुंचनी चाहिए। परीक्षण पट्टियों का उपयोग करके रासायनिक सैनिटाईज़र के उचित संकेन्द्रण को मापें। एक न्यूनतम अधिकतम थर्मामीटर या तापमान-संवेदनशील टेप का उपयोग करके उच्च तापमान वाली डशि मशीन का तापमान मापें।

भोजन संदूषण



■ संदूषण के अन्य स्रोत

धोने वाले उत्पाद —

अन्य सामग्रियों के साथ मिलाकर, या खाना पकाते हुए फलों और सब्जियों को काटने से पहले बहते हुए पानी के नीचे धोएं। कीट और गंदगी उत्पादों की अंदरूनी पत्तियों में छपी रह सकती है। बाहरी पत्तियों को हटा दें और सलाद पत्ता और पालक की पत्तियों को पूरी तरह से अलग करें। अच्छी तरह खंगालें। फल और सब्जियों को तैयार करते समय कटे फटे या क्षतग्रस्त हिसों को काट दें।

बर्तनों का भंडारण —

नमिन्लखिति तरीके से बर्तनों का भंडारण करें:

- हथुओं को एक ही दशा में करके।
- चकिनी, आसानी से साफ करने योग्य खाद्य संपर्क वाली सतह पर
- 41°F पर या उससे नीचे, 135°F या इससे ऊपर के पानी में
- बहते हुए पानी के नीचे

कीट नियंत्रण (चूहे (कृतक) और कीट) —

कीटों के उदाहरणों में तलिचट्टे, मक्खियाँ और चूहे (कृतक) शामिल हैं।

एकीकृत कीट प्रबंधन (IPM) कीटों को दूर रखने और उपद्रव को नियंत्रित करने के लिए उपयोग की जाने वाली रोकथाम वधियों की एक शृंखला है:

- पहुँच, भोजन और आश्रय देने से इनकार करें।
- एक लाइसेंसधारी कीट नियंत्रण संचालक के साथ काम करें।
- फर्श, दीवारों और छतों के सभी दरारों और छेदों को बंद करें।
- कीटों को बाहर रखने के लिए दरवाजे, स्क्रीन और खड़कियाँ बंद रखें।
- हवा के पर्दों को लगाए रखें।

कीट प्रकोप के लक्षणों में शामिल हैं:

- कीटों को वभिन्नि आकारों और वकिस के चरणों में देखना।
- एक लाइसेंसधारी कीट नियंत्रण ऑपरेटर से कीट गतविधि की रिपोर्ट नोट किया गया।
- दीवारों और फर्श पर या उपकरण पर कृन्तकों को गरिते हुए या तलिचट्टे का मल (छोटी काली चत्तियाँ) देखना।
- खाद्य के डबिबों पर काटने के नशाना।

एक सुवधिया में अकेला कृतक पाए जाने पर तत्काल कीट नियंत्रण परामर्श की आवश्यकता होती है। "केवल घरेलू उपयोग के लिए" के रूप में लेबल वाले कीटनाशकों का उपयोग न करें। केवल लाइसेंसधारी कीट नियंत्रण ऑपरेटर प्रतबिंधित कीटनाशकों के उपयोग को लागू कर सकता है।

कचिन में धूम्रपान करना/खाना —

रसोईघर में धूम्रपान करने, खाने और पीने के नयिम:

- भोजन तैयार करने या परोसने में उपयोग किये जाने वाले कषेत्रों में, या उपकरणों और बर्तनों की धुलाई में इस्तेमाल कएि जाने वाले कषेत्रों में, खाना तैयार करने या भोजन परोसने के दौरान खाने, धूम्रपान करने और खाने-पीने से बचें।
- भोजन और बर्तन धोने वाले कषेत्रों से दूर भोजन वाले कषेत्रों में ही भोजन और धूम्रपान करने की अनुमत है।
- धूम्रपान वाले कषेत्रों को नेवादा क्लीन इंडोर एयर एक्ट के अनुरूप होना चाहिए।



प्रशीतति भंडारण



उच्चति खाद्य भंडारण और तैयारी खाद्य संबंधी बीमारी को रोकने वाले महत्वपूर्ण घटक हैं। क्रॉस संदूषण से बचाने के लिए खाद्य पदार्थों का भंडारण और तैयारी करें।

भंडारण में रखते समय सभी तैयार खाद्य पदार्थों को ढकना, लेबल लगाना और दनिंकति कयिा जाना चाहिए।

सुवधि में तैयार कएि गए TCS खाद्य पदार्थों को दनिंकति होना चाहिए और सात दनिों के भीतर उसका उपयोग कयिा जाना चाहिए।



यूनटि के सबसे गर्म हसिसे में एक थर्मामीटर रखें।

फर्श से कम से कम छह इंच ऊपर भंडारण करें।

खाद्य पदार्थों को ढक कर रखने, कच्चे पशु उत्पादों को नीचे और खाने के लिए तैयार भोजन से दूर रखना, स्वच्छ और सैनीटाईज्ड उपकरण / बर्तन का उपयोग करना, और समग्र अच्छे कर्मचारी प्रथाओं को लागू करने से खाद्य पदार्थ को सुरक्षित रखने में मदद मिलेगी।

शब्दावली



अनुमोदित स्रोत / आपूर्तकिर्ता

एक उत्पादक, आपूर्तकिर्ता, निर्माता, प्रोसेसर, या कोई भी व्यक्ति या व्यवसाय जो बकिरी या उपभोग के लिए भोजन प्रदान करता है जो स्वास्थ्य प्राधिकरण को स्वीकार्य है, जो सदिधांतों, प्रथाओं, और आम तौर पर मान्यता प्राप्त अनुरूपता के निर्धारित मानकों के आधार पर जो सार्वजनिक स्वास्थ्य की रक्षा करते हैं।

कैलब्रिरेट

किसी ज्ञात मानक की तुलना के साथ समायोजित करने के लिए, थर्मामीटर जैसे मापने वाले उपकरण की शुद्धता।

उपभोक्ता परामर्शदात्री

एक लिखित बयान जो कच्चे या अधपके पशु-उत्पादों को खाने पर उपभोक्ताओं को खाद्यजनित बीमारी के बढ़ते जोखिम के बारे में सूचित करता है और किसी खाद्य प्रतष्ठान के मेनू पर किसी भी वस्तु की पहचान करता है जिसमें कच्चे या अधपके पशु उत्पाद शामिल होते हैं।

संदूषण

असंगत, वशिष रूप से संक्रामक सामग्री की उपस्थिति, जो अशुद्ध या हानिकारक पदार्थ प्रदान करता है। तीन प्रकार के संदूषणों में, भौतिक, जैविक, और रासायनिक जोखिम शामिल हैं।

शीतलक

खाद्य पदार्थ के तापमान को तेजी से कम करने की दो चरण वाली प्रक्रिया। पहला चरण दो घंटों में 135°F से 70°F तक, फिर चरण 2 में चार घंटों के अन्दर 70°F से 41°F तक ठंडा करना होता है। कुल छह घंटे से अधिक समय तक शीतलन नहीं हो सकता है।

क्रॉस-संदूषण

अनुपयुक्त या अस्वच्छ उपकरण, प्रक्रियाओं, या उत्पादों के माध्यम से एक सतह से दूसरे सतह तक जाने वाले रसायनों रोगाणुओं, सूक्ष्मजीवों या अन्य हानिकारक पदार्थों का गुजरना।

कर्मचारी स्वास्थ्य नीति

ऐसे कर्मचारियों की पहचान करने और प्रतबिधित/बाहर रखने की प्रक्रियाएं जो भोजन में खाद्यजनित रोगाणुओं को फैला सकते हैं। यह स्वास्थ्य संबंधी हस्तक्षेप भी प्रदान करता है जो खाद्य प्रतष्ठानों में खाद्यजनित वायरस और बैक्टीरिया के संचरण को रोकता है।

उपकरण

एक वस्तु जिसे खाद्य प्रतष्ठान के संचालन में उपयोग किया जाता है, जिसमें एक फ्रीजर, ग्राइंडर, हूड, बर्फ बनाने वाला, मीट ब्लॉक, मक्सर, ओवन, रेफ्रिजरेटर, स्केल, सकि, स्लाइसर, स्टोव और मेज़ भी शामिल हैं, लेकिन इतने तक ही सीमिति नहीं है।

भोजन

मानव उपभोग के लिए पूर्ण रूप में या टुकड़े में कच्चा, पका हुआ या संसाधित खाद्य पदार्थ, बर्फ, पेय पदार्थ, या उपयोग किया जाने वाला, या कोई घटक जिसका उपयोग किया जाना हो अथवा उपयोग या बकिरी करने का इरादा हो। च्यूइंग गम को भी खाद्य पदार्थ माना जाता है।

खाद्य जनित बीमारी

दूषित या मलिवटी भोजन या पानी लेने से होने वाला प्रतकूल स्वास्थ्य पर प्रभाव।

रोगाणु

एक सूक्ष्मजीव, वशिष रूप से जो बीमारी का कारण बनता है।

स्वास्थ्य के आसन्न खतरे

स्वास्थ्य के लिए एक महत्वपूर्ण खतरा मौजूद होना तब माना जाता है जब किसी उत्पाद, अभ्यास, प्रस्थिति, या घटना ऐसी स्थिति का निर्माण करती है जिसको दखिाने के लिए प्रयाप्त सबूत मौजूद होता है जिसे तत्काल सुधारने या उसके संचालन को बंद करने की आवश्यकता होती है जैसे पानी, सीवेज का बैकअप, और कीट के प्रकोप की हानि।

संक्रमण

किसी स्थान पर कीटों अथवा जानवरों की असामान्य रूप से बड़ी संख्या में उपस्थिति, आमतौर पर क्षतिया बीमारी का कारण बनती है।

परजीवी

एक जीव जो किसी अन्य जीव (इसके मेजबान) में रहता है और मेजबान के खर्च पर पोषक तत्वों को प्राप्त करके लाभान्वित होता है।

प्रभारी व्यक्ति

खाद्य प्रतष्ठान में मौजूद एक ऐसा व्यक्ति जो अपने ऑपरेशन के दौरान सुवर्ज और जम्मेदार होता है।

कीट

कोई भी अवांछित और वनिाशकारी कीट या अन्य जानवर जो भोजन या फसलों को नुकसान पहुंचाता है और क्रॉस-संदूषण द्वारा बीमारी फैला सकता है।

कीटनाशक

कीटों को मारने के लिए प्रयोग किया जाने वाला कोई पदार्थ या एजेंट, जिसे खाद्य प्रतष्ठान में प्रमाणित कीट नर्षित्रण ऑपरटर द्वारा लगाया जाता है।

GLOSSARY



फरि से गरम करना
पहले से पकाए गए खाद्य उत्पाद को गरम करना।

खाने के लिए तैयार (RTE) खाद्य पदार्थ
ऐसा खाद्य पदार्थ जो अतिरिक्त तैयारी या पकाए बिना खाने योग्य होता है।

सैनटाईज़
स्वीकार्य स्तरों तक बीमारी पैदा करने वाले रोगाणुओं की संख्या को कम करने के लिए साफ कए गए खाद्य पदार्थ की सतहों पर उच्च तापमान या रसायनों का उपयोग करना है।

शेलस्टॉक
कच्चे, खोल के अन्दर के मोलस्क, शेलस्टॉक जैसे क्लैम्स, सीप, या कौड़ियाँ।



लक्षण
विकार या बीमारी का चहिन या संकेत, आमतौर पर उल्लेखनीय परिवर्तन जिसमें कोई व्यक्ति कैसा महसूस करता है या देखता है।

तापमान
किसी उत्पाद में थर्मामीटर द्वारा मापी गई गर्मी या ठंड की मात्रा। तापमान खतरे क्षेत्र तापमान की वह सीमा जिसमें जीवाणु या सूक्ष्मजीव एक असुरक्षित दर (41°F-135°F के बीच) में बढ़ते हैं।

वगिलन
एक अनुमोदित वधि द्वारा एक ठोस, जमी हुई स्थिति में रेफ्रिजरेटेड तापमान में बदलना। इसे वहिमिकारण के रूप में भी जाना जाता है।

थर्मामीटर
तापमान मापने के लिए बनाया गया एक उपकरण।

सुरक्षा के लिए समय और तापमान का नियंत्रण (TCS)
ऐसे खाद्य पदार्थ जैसे कर्मांस, मछली, अंडे, दूध और कटा हुआ सलाद पत्ता जिनमें रोगजनक सूक्ष्मजीव के विकास या वषिकतता के गठन के लिए समय और तापमान के नियंत्रण की आवश्यकता होती है।

सार्वजनिक स्वास्थ्य नियंत्रण के रूप में समय
एक प्रक्रिया जिसमें रोगाणुओं या सूक्ष्मजीवों की वृद्धि को नियंत्रित करने के लिए समय का उपयोग किया जाता है। इस प्रक्रिया का उपयोग करके रखे गए खाद्य पदार्थ को चार घंटों के बाद परोसा, बेचा या फेंक दिया जाना चाहिए।

बर्तन
खाद्य से संपर्क का कार्यान्वयन या भंडारण, तैयारी, परिवहन, वितरण, बकिरी, या खाद्य पदार्थ परोसने में उपयोग किया गया कंटेनर जो बहु-प्रयोग या एकल उपयोग का है जैसे कडिली पेपर, चमिटे, चम्मच, करछुलें, कलछयिँ, इत्यादि।



280 S. Decatur Blvd. • P.O. Box 3902
Las Vegas, NV 89127
(702) 759-1000 • www.SNHD.info

टिप्पणियाँ



FOOD



HANDLER