

খাদ্য

- খাবার সঠিকভাবে ঠান্ডা করে আপনার গ্রাহকদেরকে নিরাপদে রাখা
- ভোক্তা পরামর্শবিষয়ক লিখিত নীতির প্রয়োগ 2018 এর জানুয়ারী থেকে শুরু হবে
- ম্যানহাটনের রেস্টোরাঁয় ক্যামপেলোব্যাকটেরের প্রার্দুভাব
- “ডিনারে কুকুর নিয়ে বসার” নতুন বিধি
- সোডিয়াম (লবণ) এর সতর্কতার নিয়ম:
- খাদ্য নিরাপত্তা চ্যালেঞ্জ

নিউইয়র্ক সিটি ডিপার্টমেন্ট অব হেলথ অ্যান্ড হাইজিন • বসন্ত 2017

খাবার সঠিকভাবে ঠান্ডা করে আপনার গ্রাহকদেরকে নিরাপদে রাখা

আপনি কি জানেন খাবার ঠিক মতো ঠান্ডা না রাখা হলে তার ফলে দূষিত খাবার থেকে অসুস্থতা এবং ডায়ারিয়া, খিল ধরা, বমি এবং জ্বরের মতো উপসর্গ দেখা দিতে পারে? যখন খাবার বেশীক্ষণ ধরে 41° F (5° C) থেকে 140° F (60° C) তাপমাত্রায় রাখা হয় তাহলে ব্যাকটেরিয়া জন্মাতে শুরু করে বাড়তে থাকে। আপনার গ্রাহকদেরকে খাবার দূষণের অসুস্থতা থেকে সুরক্ষিত করার জন্য খাবার অবশ্যই তাপমাত্রার ডেঞ্জার জোনের মধ্যে দিয়ে দ্রুত পাস হওয়া আবশ্যিক: এটি অবশ্যই 140° F থেকে 70° F এ দুই ঘন্টা এবং 70° F থেকে 41° F এ অতিরিক্ত চার ঘন্টায় ঠাণ্ডা হতে হবে।

খাবার প্রয়োজনীয় দ্রুত হারে না ঠান্ডার হওয়ার একাধিক কারণ আছে, এগুলি সহ:

- বড় অংশ: কম পরিমাণের খাবারের থেকে বেশী পরিমাণ খাবার ঠান্ডা হতে বেশী সময় নেয়

- ঘন অংশ: মাংসের একটি মোটা খন্ড বা লাসাগানার ডিপ প্যান স্বল্প জুসের পাত্রের থেকে ঠান্ডা হতে বেশী সময় নেবে।
- ডিপ কন্টেইনার: বড় প্যানে খাবার চ্যাপ্টা প্যানে খাবারের থেকে ঠান্ডা হতে বেশী সময় নেবে।

দ্রুত খাবার ঠান্ডা করতে, খাবারের পাত্র আইস বাথ বা রেপিড চিল ইউনিটে রাখুন অথবা খাবারে বরফ যোগ করুন। এছাড়াও, নিম্নলিখিত পদ্ধতিগুলির এক বা তার বেশী পদ্ধতি ব্যবহার করে দেখুন:

- অনুগ্রহ করে চ্যাপ্টা প্যানে বা পাত্রে খাবার রাখুন (উচ্চতায় 4 ইঞ্চির কম)।
- খাবার ছোট বা পাতলা টুকরো বা অংশে ভাগ করুন।
- ধাতব পাত্র ব্যবহার করুন কারণ সেটি দ্রুত গরম স্থানান্তরিত করে (যেমন ধাতু)।

- খাবার নিয়মিত নাড়ান।
- ঠান্ডা সরঞ্জামের পাত্রের ব্যবস্থা করুন যাতে সেগুলি এক জায়গায় জমে না যায়।
- পাত্রগুলি সম্পূর্ণ ঢাকা দেবেন না (অথবা উপরি দূষণের ভয় না থাকলে খোলা রাখুন)।

খাবার তাপমাত্রা মেপে এবং কুলিং লগে তা লিপিবদ্ধ করে ঠান্ডা করার প্রক্রিয়া নিরীক্ষণ করুন।

খাবার সঠিকভাবে ঠান্ডা হয়েছে কিনা তা নিশ্চিত করে আপনি আপনার গ্রাহকদেরকে খাবার দূষণের অসুস্থতা থেকে সুরক্ষিত করছেন।

আরো তথ্যের জন্য

nyc.gov/healthcode এ

অনুচ্ছেদ 81, ধারা 9(e) দেখুন।

ভোজ্য পরামর্শবিষয়ক লিখিত নীতির প্রয়োগ 2018 এর জানুয়ারী থেকে শুরু হবে

ভোজ্য পরামর্শবিষয়ক লিখিত নীতির আবশ্যিকতা 2016 এর জানুয়ারী থেকে কার্যকর হয়েছে কিন্তু স্বাস্থ্য বিভাগ 2018 এর জানুয়ারীর আগে প্রয়োগ করবে না। নিয়ম বাস্তবায়িত করার জন্য রেস্তোরাঁগুলোকে অতিরিক্ত সময় দেওয়া হবে, এই নিয়ম অনুসারে রেস্তোরাঁগুলোকে কাঁচা বা পুরো রান্না করা নয় এমন ডিম, মাংস, মাছ বা অন্যান্য সম্ভাব্য বিপজ্জনক খাবার সম্পর্কে মেনু, মেনু বোর্ড, প্রচারপত্র, সাইনেজ, টেবিল তাঁবু এবং/অথবা প্ল্যাকার্ডে লেখা থাকবে:

Consuming raw or undercooked meats, poultry, seafood, shellfish or eggs may increase your risk of foodborne illness. (কাঁচা বা কম রান্না করা মাংস, পোলট্রি, সামুদ্রিক মাছ, শেলফিশ বা ডিম খেলে তার কারণে খাবার বাহিত রোগ হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায়।)

প্রতিটি এ ধরনের মেনুর পাশে তারা চিহ্ন (*) দিতে হবে অথবা একটি লিখিত বর্ণনা দিতে হবে যা দেখে বোঝা যাবে যে আইটেমটি কাঁচা বা রান্না না করা যেমন “কাঁচা- ডিম সিজার স্যালাড ড্রেসিং।”

এই লিখিত উপদেশটি আবশ্যিক এমনকি মেনু আইটেম “cooked to order” (অর্ডার দিলে রান্না করা হয়) হিসেবে তালিকাভুক্ত থাকলেও। কাঁচা বা রান্না না করা অন্তর্ভুক্ত এমন স্পেশাল কিছুর জন্য এটি আবশ্যিক।

যখন স্বাস্থ্য বিভাগ এই নিয়ম প্রয়োগ করা শুরু করবে তখন যে রেস্তোরাঁ এই নিয়ম মেনে চলবে না সেই রেস্তোরাঁকে একটি লস্কনের নোটিশ দেওয়া হবে যার কারণে \$300 জরিমানা হতে পারে। এই লস্কন রেস্তোরাঁটির পরিদর্শন স্কের এবং গ্রেডেও প্রভাব ফেলবে।

আরো তথ্যের জন্য
nyc.gov/healthcode এ
অনুচ্ছেদ 81, ধারা 11(a) দেখুন।



ম্যানহাটনের রেস্তোরাঁয় ক্যামপেলোব্যাকটরের প্রাদুর্ভাব

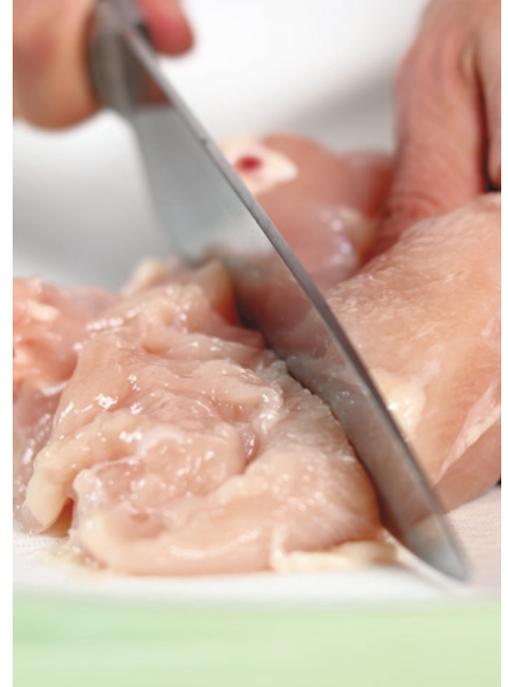
প্রতি বছর স্বাস্থ্য বিভাগের পরিদর্শক এবং ডাক্তাররা রেস্তোরাঁয় খাওয়ার পর অসুস্থ হয়ে পড়েছেন এমন মানুষজনদের অভিযোগের প্রতিক্রিয়া জানান। রেস্তোরাঁর পরিদর্শন ও কর্মী ও গ্রাহকদের জিজ্ঞাসাবাদ সহ এইসব অনুসন্ধান প্রায়ই খাদ্য সুরক্ষার খারাপ ব্যবস্থাপনা বিষয়গুলো সামনে আসে।

ম্যানহাটন রেস্তোরাঁয় খাবার খাওয়ার পর অসুস্থ হয়ে যান এমন 10টি অভিযোগের উপর স্বাস্থ্য বিভাগ একটি তদন্ত চালায়। জিজ্ঞাসাবাদের সময় গ্রাহকেরা জানান যে রেস্তোরাঁয় মুরগীর মাংসের একটি পদ খাবার পর তারা অসুস্থ হয়ে পড়েন। রেস্তোরাঁর রাঁধুনি অধিসিদ্ধ থেকে মাঝারি সিদ্ধের মুরগীর মাংস দেওয়ার পরামর্শ দেন, যা খুব ঝুঁকিপূর্ণ কারণ তখন ক্যামপেলোব্যাকটর এবং স্যালমোনেলা ব্যাকটেরিয়া থেকে দূষিত হওয়ার সম্ভাবনা থাকে। এই ক্ষেত্রে,

মুরগীর মাংসে ক্যামপেলোব্যাকটর পাওয়া গেছে। ক্যামপেলোব্যাকটরের সংক্রমণের ফলে ডায়ারিয়া, শরীরে খিল, জ্বর এবং বমি হতে পারে এবং সাধারণত এক সপ্তাহ ধরে তা স্থায়ী থাকে।

যখন কোনো রেস্তোরাঁ নিউইয়র্ক সিটির স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলে তখন তা খাবার বাহিত অসুস্থতা প্রতিরোধ করতে সাহায্য করে। ক্যামপেলোব্যাকটর প্রাদুর্ভাব প্রতিরোধ করতে:

- অভ্যন্তরীণ 165°F তাপমাত্রায় মুরগীর মাংস রান্না করুন।
- যদি পরে খাওয়ার জন্য মুরগীর মাংস ঠান্ডা করতে হয় এবং রেখে দিতে হয় তাহলে, মুরগীর মাংস ভালো করে ঠান্ডা করুন এবং 41°F বার তার কমে রাখুন।



“ডিনারে কুকুর নিয়ে বসার” নতুন বিধি

খাদ্য পরিষেবা প্রদানকারীরা এখন কিছু বাইরের খাবার জায়গায় কুকুর নিয়ে বসতে দেন। এটি একটি বিকল্প, আবশ্যিকতা নয়। যদি আপনি পোষ্য কুকুরকে আপনার রেস্টোঁরার বাইরের ডাইনিং এলাকায় প্রবেশের অনুমতি দিতে চান তাহলে আপনাকে অবশ্যই এগুলি করতে হবে:

- বাইরের খাওয়ার জায়গার প্রবেশপথে একটি চিহ্ন বসাতে হবে। চিহ্নে নিম্নলিখিত বিষয়গুলি অবশ্যই ইংরাজিতে লিখিত থাকতে হবে:

Companion dogs are only allowed in certain outdoor dining area(s) of this establishment. (এই প্রতিষ্ঠানের শুধুমাত্র বাইরের ডাইনিং এলাকায় সঙ্গী কুকুর নিয়ে প্রবেশের অনুমতি আছে।)

Only service dogs are allowed in other parts of this establishment. (এই প্রতিষ্ঠানের অন্যান্য অংশগুলিতে কিছু সার্ভিসে যুক্ত কুকুর নিয়ে ঢোকান অনুমতি রয়েছে।)

Your companion dog must be licensed and currently vaccinated against rabies to remain in the outdoor dining area with you. (আপনার সঙ্গী কুকুরকে আপনার সঙ্গে বাইরের ডাইনিং এলাকায় রাখার জন্য অবশ্যই আপনার লাইসেন্স থাকতে হবে এবং বর্তমানে জলাতঙ্কের প্রতিষেধক টিকা নেওয়া থাকতে হবে।)

You are responsible for controlling your dog at all times. (আপনার কুকুরকে সবসময় নিয়ন্ত্রণে রাখার দায়িত্ব আপনার।)



- বাইরের খাওয়ার জায়গায় কুকুর ফুটপাথ থেকে সরাসরি প্রবেশ করতে পারে তা নিশ্চিত করুন।
- আপনার বাইরের খাওয়ার জায়গায় থাকা কুকুরের সঙ্গে পথচলতি মানুষ ও তাদের কুকুরের মধ্যে যেন যোগাযোগ না থাকে তাই প্রতিবন্ধক দিতে হবে।
- সমস্ত খাবার ভিতরেই তৈরি করুন এবং বাসনপত্র ভিতরে রাখুন।
- নিশ্চিত করুন যে কুকুরের মালিকরা তাদের কুকুরদের সামলাতে পারেন।
- নিশ্চিত করুন যে কুকুর যেন মাটিতে দাঁড়িয়ে থাকে (বসার জায়গায় নয়) এবং করিডোরের বাইরে থাকে।

- যদি কুকুরকে খাবার বা পানি/জল দেওয়া হয় তাহলে একবার ব্যবহার করা যাবে ও নষ্ট করা যাবে এমন পাত্র ব্যবহার করুন।
- নিশ্চিত করুন যে কর্মীরা যেন কুকুরকে স্পর্শ না করে। যদি তারা স্পর্শ করে তাহলে অবিলম্বে সাবান এবং পানি/জল দিয়ে হাত ধুয়ে নেন।
- যদি কুকুর আশঙ্কার বা আক্রমণাত্মক হয় তাহলে গ্রাহককে কুকুর না নিয়ে আসতে বলুন। আপনার বাইরের খাবার জায়গায় কাউকে কুকুরে কামড়ালে বা আঁচড়ালে সরাসরি 911 তে ফোন করুন।
- কুকুরের প্রস্রাব, মল বা বমি পরিষ্কার করেছেন যে কর্মী তাকে খাবার তৈরি ও পরিবেশন না করার নির্দেশ দিন এবং সেই জায়গাটি জীবাণুমুক্ত করুন।

“কুকুর সঙ্গে নিয়ে খেতে বসা” নিয়মটি সার্ভিসে যুক্ত কুকুরদের উপর প্রযোজ্য নয়, এই কুকুররা তাদের মালিকদের সঙ্গে গ্রাহকদের জন্য খোলা যে কোনো রেস্টোঁরায় যেতে পারবে।

**“কুকুর সঙ্গে নিয়ে খেতে বসা”
নিয়ম সম্পর্কে আরো জানতে
nyc.gov/health/animals এ যান।**

সোডিয়ামের (লবণ) নতুন সতর্কতার নিয়ম: খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানগুলির যে বিষয় জানা প্রয়োজন

সোডিয়ামের (লবণ) নতুন সতর্কতার নিয়ম অনুসারে চেইন খাদ্য পরিষেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানগুলিকে প্রতিদিনের প্রস্তাবিত সোডিয়াম সীমা 2,300 মিলিগ্রাম বেশী সোডিয়াম আছে এমন খাবারের পাশে সতর্কতা চিহ্ন (⚠️) যোগ করতে হবে। মেনু, মেনু বোর্ড এবং আইটেম ট্যাগে যে খাবারে জন্য ⚠️ প্রযোজ্য ঠিক তার পাশে দেওয়া থাকবে। খাদ্য পরিষেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানগুলোকে অবশ্যই এই বিবৃতিটি দিয়ে রাখতে হবে: **“Warning: ⚠️ indicates that the sodium (salt) content of this item is higher than the total daily recommended limit (2,300 mg).”**

High sodium intake can increase blood pressure and risk of heart disease and stroke.” (সতর্কতা: ⚠️ এই আইটেমটির সোডিয়াম (লবণ)-এর পরিমাণ মোট দৈনিক প্রস্তাবিত মাত্রার (2,300 mg) এর থেকে বেশী। উচ্চ মাত্রায় সোডিয়াম সেবন করলে তা রক্তচাপ, হৃদরোগ ও স্ট্রোক-এর আশঙ্কা বৃদ্ধি করে।)

যে খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানের স্বাস্থ্য বিভাগের অনুমতির প্রয়োজন আছে এবং যেটি একটি চেইনের অন্তর্ভুক্ত (দেশ জুড়ে 15 বা তার বেশী অবস্থান) সেইসব প্রতিষ্ঠানের উপর এই বিধিটি প্রযোজ্য।



**আরো তথ্যের জন্য,
nyc.gov/health/salt এ যান অথবা
311 নম্বরে ফোন করে সোডিয়াম
সতর্কতার নিয়ম সম্পর্কে জিজ্ঞাসা
করুন। পরিদর্শনের সময় স্বাস্থ্য
পরিদর্শকেরাও প্রশ্নের উত্তর দেবেন।**



খাদ্য নিরাপত্তা চ্যালেঞ্জ

- নিচের কোনটি গরুর মাংসের 5 গ্যালন পাত্র ঠান্ডা করার জন্য গ্রহণযোগ্য নয়?
 - চেটালো পাত্রে ঢেলে ঠান্ডা করতে দিন
 - রেপিড চিল/ব্লাস্ট চিলার ইউনিটে ঠান্ডা করুন
 - আইস-ওয়াটার বাথে রেখে দিন
 - একটি ওয়াক-ইন ফ্রিজে রেখে দিন
- কাঁচা মুরগীর মাংসের সঙ্গে নিচের কোন ব্যাকটেরিয়া থাকে?
 - ব্যাসিলাস সেরেয়াস
 - ক্লস্ট্রিডিয়াম পারফ্রিঞ্জিনস
 - স্যালমনেলা এনটারিটিডিস
 - হেপাটাইটিস এ
- সম্ভাব্য বিপজ্জনক খাবার ফ্রিজে রাখার উদ্দেশ্য হল:
 - সমস্ত ব্যাকটেরিয়া নির্মূল করা
 - ব্যাকটেরিয়ার বৃদ্ধি মন্থর করে দেয়া
 - স্বাদের উন্নতি
 - চেহারা উন্নতি
- খাবার ঠান্ডা করার সময় তাপমাত্রা কমিয়ে 140°F থেকে 70°F এর মধ্যে আনা আবশ্যিক যে সময়ের মধ্যে:
 - 2 ঘন্টা
 - 4 ঘন্টা
 - 6 ঘন্টা
 - 8 ঘন্টা
- ঘরের তাপমাত্রায় টুনা স্যালাড বানানোর সময় কতক্ষণের মধ্যে ঠাণ্ডা করা বাধ্যতামূলক:
 - 2 ঘন্টা
 - 4 ঘন্টা
 - 6 ঘন্টা
 - 8 ঘন্টা



আপনি কি জানেন?

- অনলাইনে আপনার পারমিট নবায়ন করা সহজ। nyc.gov/dohmhpermits এ যান। রেজিস্ট্রেশন প্রয়োজন। পেমেন্ট শুধুমাত্র ক্রেডিট বা ডেবিট কার্ড দিয়ে করা যাবে।
- সিটি ব্যবসার জন্য যে সংস্থান দেয় তাতে আগ্রহী? nyc.gov/business দেখুন।
- খাদ্য পরিষেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানের লস্কনের মীমাংসা করুন। যদি আপনাকে মীমাংসার প্রস্তাব দেওয়া হয় তাহলে আপনি তা গ্রহণ করে অর্থ বাঁচাতে পারেন। nyc.gov/HealthSettlements -তে যান।
- যদি আপনার কর্মীরা খাদ্য সুরক্ষা বিধি জানেন তাহলে আপনার প্রতিষ্ঠান কম লস্কনের নোটিশ পাবে। খাদ্য সুরক্ষা কোর্সের জন্য, nyc.gov/healthacademy দেখুন।
- নিউইয়র্ক শহরে খাবারের প্রতিষ্ঠান খুলতে ও চালানোর জন্য তথ্যের প্রয়োজন? nyc.gov/health/foodservice এ যান।