

ফিড MATTERS

নং ২৩

এই সংস্করণে রয়েছে

- সুরক্ষিত ভাবে কাঁচা উৎপাদন তৈরি করা
- নিউ ইয়র্ক সিটিতে ফোম কনটেইনার নিষিদ্ধ
- খাদ্য এবং পানীয়ে ক্যানাবিডিওল (Cannabidiol, CBD) নিষিদ্ধ করা হয়েছে
- ক্যালিফোর্নিয়া থার্মোমিটার: রান্নাঘরের জন্য অত্যাাবশ্যিক

নিউ ইয়র্ক সিটির স্বাস্থ্য ও মানসিক স্বাস্থ্যবিধি দপ্তর • গ্রীষ্ম ২০১৯

সুরক্ষিত ভাবে কাঁচা উৎপাদন তৈরি করা

কাঁচা উৎপাদনের সাথে সম্পর্কিত খাদ্যজনিত অসুখের প্রাদুর্ভাব গুরুতর এবং এমনকি মারাত্মকও হতে পারে। নবজাতক, প্রবীণ ব্যক্তি, এবং যারা গর্ভবতী বা যাদের দুর্বল রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা রয়েছে, তাদের খাদ্যজনিত অসুস্থতার সবচেয়ে বেশি ঝুঁকি আছে। খাদ্যজনিত অসুস্থতার সবচেয়ে সাধারণ কারণের মধ্যে কয়েকটি হলো *লিস্টেরিয়া মোনোসাইটোজেনেস*, *এস্কেরিচিয়া কলি* (ই.কলি) এবং *স্যালমোনেল্লা*।

নভেম্বর ২০১৮ তারিখে রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) ক্যালিফোর্নিয়ায় রোমেইন লেটুস-এ ই.কলি খুঁজে পেয়েছে। দোকান এবং রেস্টুরেন্ট থেকে রোমেইন সরিয়ে ফেলা হয়েছে কিন্তু ৬২জন মানুষ অসুস্থ হওয়ার আগে তা করা সম্ভব হয়নি।



২০১১ সালে কোলোরাডোতে হোল ফুটির মধ্যে *লিস্টেরিয়া মোনোসাইটোজেনেস* সনাক্ত করা হয়। এই প্রাদুর্ভাবের কারণে ১৪৭জন মানুষ অসুস্থ হয়েছে এবং ৩৩জন মানুষের মৃত্যু হয়েছে। CDC আধিকারিকরা সম্ভাব্য কারণ হিসেবে অস্বাস্থ্যকর প্যাকিং অবস্থা এবং নোংরা সরঞ্জামকে চিহ্নিত করেছে।

সর্বাধিক সংক্রমণের ঝুঁকি যুক্ত কাঁচা ফল এবং সব্জির মধ্যে রয়েছে:

- খরমুজ (ফুটি, তরমুজ, হানিডিউ)
- পাতামুক্ত সবুজ সব্জি যেমন পালংশাক, লেটুস (সমস্ত প্রকার), পাতা কপি, বাঁধাকপি, আরুগুলা এবং চার্ড
- টমেটো
- কাঁচা শস্যের স্প্রাউট (আলফাআলফা, বিন)

খাদ্যজনিত অসুস্থতা থেকে গ্রাহকদেরকে সুরক্ষিত রাখার জন্য কর্মীরা অবশ্যই রান্না করার আগে, খাবার নিয়ে কাজ করার জন্য গ্লাভস পরার আগে, রেস্টরুম ব্যবহার করার পর এবং কাঁচা খাদ্যসামগ্রী এবং প্রস্তুত খাবারের মধ্যে কাজের পরিবর্তনের সময় ভালভাবে হাত ধুয়ে নেবেন। কর্মীদের এই কাজগুলিও করা উচিত:

- পরিষ্কার গ্লাভস পরে বা টংস বা ডেলি পেম্পারের মতো প্রতিবন্ধক ব্যবহার করার মাধ্যমে প্রস্তুত খাদ্যসামগ্রী খালি হাতে স্পর্শ করা এড়িয়ে চলুন।



- প্রথমে সবচেয়ে পুরনো জিনিস ব্যবহার করার মাধ্যমে ফার্স্ট ইন, ফার্স্ট আউট (first in, first out, FIFO) ইনভেন্টরি পদ্ধতি ব্যবহার করুন।
- খাদ্যসামগ্রী কাটার, রান্না করার বা পরিবেশন করার আগে কলের জলে ভালভাবে ধুয়ে নিন।
- উৎপাদিত দ্রব্য, কাঁচা মাংস, পোল্ট্রি, সামুদ্রিক খাবার বা প্রস্তুত খাদ্যসামগ্রীর জন্য পৃথক কাটিং বোর্ড ব্যবহার করুন।
- কাঁচা মাংস, পোল্ট্রি বা সামুদ্রিক খাবারের থেকে দূরে ফল ও সব্জি মজুত করবেন এবং এগুলির পাশে বা নিচে রাখবেন না।
- একবার ব্যবহার করার পর কাটিং বোর্ড এবং বাসনপত্র পরিষ্কার করবেন এবং পরিষ্কার রাখবেন।
- সমস্ত কাটা ফল এবং সব্জিগুলি ৪১ ডিগ্রি ফারেনহাইট বা তার নিচে মজুত করবেন।

নিউ ইয়র্ক সিটি ফোম কন্টেইনার নিষিদ্ধ



বিকল্প ফোম প্রোডাক্টের পরামর্শের তালিকা দেখুন।

ফোম কন্টেইনার নিষিদ্ধের ব্যাপারে আরও তথ্যের জন্য nyc.gov/foamban-এ যান বা 311 নম্বরে কল করুন।

1 জানুয়ারি, 2019 তারিখে নিউ ইয়র্ক সিটি খাদ্য পরিষেবা সংস্থা এবং ড্রাম্যামান ফুড ভেন্ডিং ট্রাক, কার্ট এবং খাবারের দোকানগুলি এখন আর সিম্পেল-ইউজ ফোম ফুড কন্টেইনার যেমন ফোম টেকআউট ক্ল্যামশেলস, কাপ, প্লেট, বাটি, ট্রে এবং কুলার দিতে, বিক্রি করতে বা রাখতে পারবে না। 1 জুলাই, 2019 তারিখ থেকে সমন জারি করা হবে এবং এটি জরিমানা সাপেক্ষ, যে সংস্থাগুলি এই নতুন প্রয়োজনগুলির অনুপালন করবেন না তাদের ক্ষেত্রে।

ফোমের অনেক প্যাকিজিং বিকল্প পাওয়া যায়, অ্যালুমিনিয়াম, রিজিড প্লাস্টিক, আনকোটেড পেপার, কাঁচ এবং কম্পোস্টেবল জিনিস। সংস্থা এবং ভেন্ডররা প্যাকেজিং ডিস্ট্রিবিউটরদের কাছে ফোম প্রোডাক্টের বিকল্প চাইতে পারেন।

বিকল্পের ব্যাপারে আরও তথ্যের জন্য ম্যানহ্যাটান সলিড ওয়েস্ট অ্যাডভাইজারি বোর্ড (Manhattan Solid Waste Advisory Board's, MSWAB)-এর বিশ্লেষণ ও

খাদ্য এবং পানীয়ে ক্যানাবিডিওল নিষিদ্ধ করা হয়েছে

ডিসেম্বর 2018-তে, খাদ্য এবং ঔষধ প্রশাসন (Food and Drug Administration, FDA) বিবৃতি দিয়েছে যে খাদ্য এবং পানীয়ে ক্যানাবিডিওল (cannabidiol, CBD) যুক্ত করা বেআইনি। এর পরিণামস্বরূপ, হেলথ কোডও CBD আছে এমন প্যাক করা ফুড প্রোডাক্টস সহ খাদ্য বা পানীয়ে CBD যুক্ত করা নিষিদ্ধ করেছে।

স্বাস্থ্য বিভাগ, খাদ্য পরিষেবা সংস্থা এবং রিটেলারদেরকে জানাচ্ছে যে খাদ্য এবং পানীয়ে CBD যুক্ত করা যাবে না এবং CBD আছে এমন খাদ্য, পানীয় ও প্যাক করা ফুড

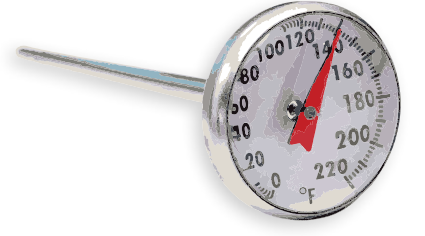
প্রোডাক্ট প্রদান করা যাবে না। 1 জুলাই, 2019 থেকে যদি অপারেটররা এটি অনুপালন না করে তাহলে স্বাস্থ্য বিভাগ- CBD আছে এমন খাদ্য, পানীয় এবং প্যাক করা ফুড প্রোডাক্টগুলি নিষিদ্ধ করবে - এই প্রোডাক্টগুলি সরবরাহকারীকে ফেরত দিতে হবে বা পরিত্যাগ করতে হবে।

1 অক্টোবর, 2019 থেকে স্বাস্থ্য বিভাগ, CBD সম্পন্ন খাদ্য, পানীয় এবং প্যাক করা ফুড প্রোডাক্ট পরিবেশন করার জন্য খাদ্য পরিষেবা সংস্থাকে লঙ্ঘনপত্র জারী করা আরম্ভ করবে। লঙ্ঘনগুলি জরিমানা এবং লঙ্ঘনের পয়েন্ট যা সংস্থার লেটার গ্রেড বিষয়ে গণনা করে সেটির সাপেক্ষ।



খাদ্য এবং পানীয়ে CBD-এর ওপর আরো তথ্যের জন্য [FDA ওয়েবসাইট](http://FDA.gov) দেখুন।

ক্যালিব্রেটেড থার্মোমিটার: রান্নাঘরের জন্য অত্যাৱশ্যক



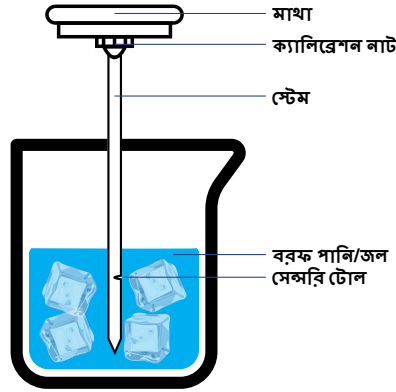
একটি সক্রিয়, সঠিক থার্মোমিটার খাদ্য পরিষেবা রান্নাঘরের জন্য আবশ্যিক — খাবারকে আবশ্যিক তাপমাত্রায় রাখা সুনিশ্চিত করার জন্য এটিই একমাত্র উপায়। সঠিক তাপমাত্রার রিডিং (২ ডিগ্রির মধ্যে) সুনিশ্চিত করার জন্য এবং অত্যন্ত তাপমাত্রার পরিবর্তন বা থার্মোমিটার হাত থেকে পরে গেলে থার্মোমিটার প্রত্যেকদিন অবশ্যই ক্যালিব্রেট করা উচিত।

বেশিরভাগ সংস্থা হয়তো একটি ডায়াল স্টেম বা ডিজিটাল থার্মোমিটার ব্যবহার করে। ডিজিটাল থার্মোমিটারকে অগ্রাধিকার দেওয়া হয় কারণ এটি দ্রুত তাপমাত্রা মাপতে পারে এবং ঘন ও পাতলা খাবারের জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে, বেশিরভাগ ডিজিটাল থার্মোমিটার রান্নাঘরে ক্যালিব্রেট করা যায় না এবং ক্যালিব্রেশনের জন্য প্রস্তুতকারকের কাছে ফেরত পাঠাতে হয়। থার্মোমিটার প্রকার নির্বিশেষে, আপনার থার্মোমিটার সঠিকভাবে তাপমাত্রা মাপছে তা দেখার জন্য এই সময়-পরীক্ষিত ক্যালিব্রেশন ব্যবহার করুন।



বরফ-পানি/জল পদ্ধতি

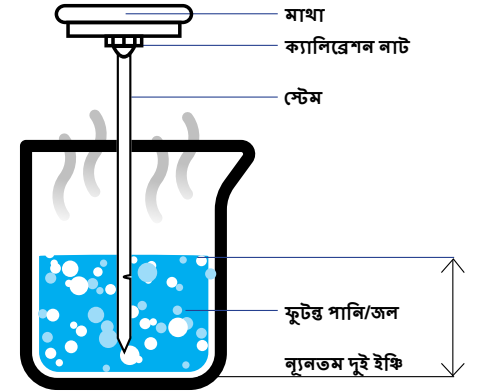
- একটি পাত্রে, 50 শতাংশ বরফ এবং 50 শতাংশ জলের একটি মিশ্রণ তৈরি করুন।
- 30 সেকেন্ডের জন্য জলের মধ্যে থার্মোমিটার স্টেম (সেনসরি ডিম্পল সহ) ডুবিয়ে রাখুন, ইন্ডিকেটর চলাচল বন্ধ হওয়া পর্যন্ত। থার্মোমিটারের স্টেম পাত্রের ধার বা তলা স্পর্শ করছে না তা সুনিশ্চিত করুন।
- যদি থার্মোমিটার 32 ডিগ্রি ফারেনহাইট (0 ডিগ্রি সেলসিয়াস) না রিড করে তাহলে যতক্ষণ না পর্যন্ত এটি 32 ডিগ্রি ফারেনহাইট রিড করছে ততক্ষণ পর্যন্ত ক্যালিব্রেশন নাট ঘোরান।



- যদি থার্মোমিটার 32 ডিগ্রি ফারেনহাইট রিড না করে এবং ক্যালিব্রেশন নাট না থাকে, হয় রিসেট বাটন টিপুন বা ব্যাটারি পরিবর্তন করুন এবং রিসেট করুন বা থার্মোমিটার পরিবর্তন করুন।

বয়েলিং-পয়েন্ট পদ্ধতি

- একটি পাত্র ভর্তি ফুটন্ত জল নিয়ে আসুন।
- 30 সেকেন্ডের জন্য জলের মধ্যে থার্মোমিটার স্টেম (সেনসরি ডিম্পল সহ) ডুবিয়ে রাখুন, ইন্ডিকেটর চলাচল বন্ধ হওয়া পর্যন্ত। থার্মোমিটারের স্টেম পাত্রের ধার বা তলা স্পর্শ করছে না তা সুনিশ্চিত করুন।
- যদি থার্মোমিটার 212 ডিগ্রি ফারেনহাইট (100 ডিগ্রি সেলসিয়াস) না রিড করে তাহলে যতক্ষণ না পর্যন্ত থার্মোমিটার 212 ডিগ্রি ফারেনহাইট রিড করছে ততক্ষণ পর্যন্ত ক্যালিব্রেশন ঘোরান।
- যদি থার্মোমিটার 212 ডিগ্রি ফারেনহাইট রিড না করে এবং ক্যালিব্রেশন নাট না থাকে, হয়ত রিসেট বাটন টিপুন বা ব্যাটারি পরিবর্তন করুন এবং রিসেট করুন বা থার্মোমিটার পরিবর্তন করুন।



খাদ্য সুরক্ষা কুইজ

1. কখন আপনি উৎপাদিত দ্রব্য ধোবেন?

- A. এটি কাটার আগে
B. এটির রস বের করার আগে
C. এটি রান্না করার আগে
D. উপরের সবগুলি

2. CBD-এর ব্যাপারে নিম্নলিখিত বক্তব্যগুলির মধ্যে কোনটি সত্য?

- A. FDA-এর কারণে খাদ্য বা পানীয়ে CBD যুক্ত করা নিষিদ্ধ
B. নিউ ইয়র্ক সিটি হেলথ কোড খাদ্য বা পানীতে CBD যুক্ত করা নিষিদ্ধ করে
C. CBD নিষেধাজ্ঞায় CBD আছে এমন প্যাক করা ফুড অন্তর্ভুক্ত
D. উপরের সবগুলি

3. নিম্নলিখিতের মধ্যে সবগুলি হলো প্রস্তুত করা খাবারের জন্য অনুমোদিত প্যাকেজিং বিকল্প, কোনটি ব্যতীত:

- A. ফোম
B. আনকোটেড পেপার
C. অ্যালুমিনিয়াম
D. রিজিড প্লাস্টিক

4. থার্মোমিটার ক্যালিব্রেট করার দুটি পদ্ধতি কী?

- A. বরফ-জল/পানি পদ্ধতি এবং ফুটন্ত-পয়েন্ট পদ্ধতি
B. গ্যাসিয়াস পদ্ধতি এবং ফোটানোর পদ্ধতি
C. রেফ্রিজারেশন পদ্ধতি এবং ফোটানোর পদ্ধতি
D. ফ্রিজিং পদ্ধতি এবং রুম-টেম্পারেচার পদ্ধতি

5. নিম্নলিখিত কাঁচা উৎপাদিত দ্রব্যের উদাহরণের মধ্যে কোনটির সংক্রমণের বেশি সম্ভাবনা নেই?

- A. আলফাআলফা স্প্রাউট
B. সবুজ শাক-সব্জি
C. কলা
D. খরমুজ



আপনি কি জানেন?

1) অনলাইনে আপনার পারমিট রিনিউ করা সহজ।

nyc.gov/dohmhpermits-এ যান। রেজিস্ট্রেশন প্রয়োজন। পেমেন্ট শুধুমাত্র ক্রেডিট বা ডেবিট কার্ড দিয়ে করা যাবে।

2) ব্যবসায়ীদের জন্য সিটি যে সংস্থানের প্রস্তাব দেয় সে ব্যাপারে ইচ্ছুক? nyc.gov/business-এ যান।

3) একটি খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠান লঙ্ঘনের নিষ্পত্তি করুন। যদি আপনাকে মীমাংসার প্রস্তাব দেওয়া হয় তাহলে আপনি তা গ্রহণ করে অর্থ বাঁচাতে পারেন।

nyc.gov/business-এ যান এবং Violations (ভায়োলেশন) ট্যাবের ওপর ক্লিক করুন।

4) যদি আপনার কর্মী খাদ্য সুরক্ষা বিধি জানেন তাহলে আপনার প্রতিষ্ঠান কম লঙ্ঘনের নোটিশ পাবে। খাদ্য সুরক্ষা কোর্সের ব্যাপারে আরো তথ্যের জন্য nyc.gov/healthacademy-এ যান।

5) NYC তে কোন খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠান খোলার ও পরিচালনা করার ব্যাপারে আরও জানতে চান?

nyc.gov/health/foodservice-এ যান।

6) **নতুন:** আপনার রেস্টুরেন্টের তদন্তের ইতিহাসের বর্ণনা সহ প্রতিবেদনের অনুরোধ করার জন্য এবং লঙ্ঘনের সংশোধন ও প্রতিরোধের ব্যাপারে পরামর্শের জন্য nyc.gov/health/foodservice-এ যান।