

නිශ්චිත පුහුණු සේවක (i)

නිපුණතා ඇගයීම සඳහා අධ්‍යයන දී රටේ ය
ආහාර සේවා කර්මාන්තය සඳහා පරීක්ෂණය

"සනීපාරක්ෂාව පාලනය"

1 අනුවාදය (2021 අපේ රිල් 15 සංශෝධනය)

තාවකාලික පරිවර්තනය (ඉංග් රීසි)

ජපාන ආහාර සේවා සංගමය

<පරිවර්තිත අනුවාදයට හැඳින්වීම>

මෙම "ආහාර සේවා කර්මාන්තය සඳහා නිපුණතා ඇගයීමේ පරීක්ෂණය සඳහා අධ්‍යයන ද්‍රව්‍යය" අවන්හල් අංශයේ වැඩ කිරීමට අවශ්‍ය ය මූලික දැනුම සහ කුසලතා හඳුන්වා දෙයි. නිශ්චිත පුහුණු සේවකයාගේ අවශ්‍ය යතා යටතේ (i). තවද, මුල් ද්‍රව්‍යය වල භාවිතා කරන ලද ජපන් වචන මාලාව ජපානයේ අවන්හල් අංශයේ වැඩ කිරීමට හැකි වීම සඳහා මූලික අවශ්‍ය යතාවයක් වේ.

නිශ්චිත පුහුණු සේවකයෙකු සඳහා පදිංචි තත්ත්වය ලබා ගැනීමට අවශ්‍ය ය නිපුණතා තක්සේරු පරීක්ෂණය (i), විෂයයන් තුනකින් සමන්විත වේ.

සනීපාරක්ෂාව පාලනය සම්බන්ධ කුරුණු

"සනීපාරක්ෂාව පාලනය"

ජ්‍යෙෂ්ඨ වශයෙන් සූදානම් කිරීමේ කාර්යයට සම්බන්ධ කුරුණු

"ආහාර පාන සකස් කිරීම"

ජ්‍යෙෂ්ඨ වශයෙන් පාරිභෝගික සේවා මෙහෙයුම් සම්බන්ධ කුරුණු

"පාරිභෝගික සේවය"

අධ්‍යයන ද්‍රව්‍යය ද ඒ හා සමානව මෙම විෂයයන් තුනෙන් සෑදී ඇත.

මෙම ද්‍රව්‍යය "සනීපාරක්ෂාව පාලනය" හඳුන්වා දෙයි, ඒවා ජ්‍යෙෂ්ඨ වශයෙන් ආහාර සේවා කර්මාන්තයේ වැඩ කිරීමට අවශ්‍ය ය යැයි සැලකෙන සනීපාරක්ෂක පාලනයන්ට අදාළ වේ. ද්‍රව්‍යය මඟින් කාර්යයන් සඳහා අවශ්‍ය ය මූලික දැනුම ආදිය හඳුන්වා දෙයි; කෙසේ වෙතත්, සමහර අන්තර්ගතයන් ඔබ වැඩ කරන සැබෑ ස්ථානයට අදාළ වන නීති ආදියෙන් වෙනස් විය හැක. මක්නිසාද යත්, මූලික සංකල්ප සමාන වන අතර, ඔබ වැඩ කරන ස්ථානය අනුව ඒවා සිදු කරන ආකාරය වෙනස් විය හැකිය. මෙම අවස්ථාවේදී, කුරුණාකර ඔබගේ සේවා ස්ථානයේ අදාළ වන නීති රීති නිරීක්ෂණය කරන්න.

අන්තර්ගත වගුව

I. මූලික සනීපාරක්ෂක පාලනය පිළිබඳ දැනුම

1. ආහාර වීම් වීම පිළිබඳ මූලික දැනුම
2. ආහාර වීම් වීම වැළැක්වීමේ මූලධර්ම 3
3. ආහාර වීම් වීමට හේතු වන සාමාන්‍ය බැක්ටීරියා සහ වෛරස්

II. හොඳ සනීපාරක්ෂක පිළිවෙත් පිළිබඳ දැනුම

1. බෙදාහැරීමේ පරීක්ෂාව
2. ගබඩා උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කරන්න (ශීතකරණය/ශීතකරණය)
3. හරස් දූෂණය වැළැක්වීම
4. භාජන පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජහරණය කිරීම
5. වැසිකිළි පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජහරණය කිරීම
6. පුද්ගලික සනීපාරක්ෂාව
7. අත් සේදීම බලාත්මක කරන්න
8. පිරිසිදු කිරීමේ පාලන (මුද්‍රාත්‍යය සඳහා) සහ අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීම

III. HACCP පදනම වූ ආහාර සනීපාරක්ෂක පද්ධතිය පිළිබඳ දැනුම

(විවේචනාත්මක පාලන ස්ථාන)

1. "HACCP පදනම වූ ආහාර සනීපාරක්ෂක පද්ධතිය" යනු කුමක්ද?
2. විවේචනාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍යය
3. 1 කණ්ඩායම: "ශීතකරණය කළ ආහාර" පාලනය කරන්නේ කෙසේද?
4. 2 කණ්ඩායම: "උණුසුම් ලෙස පිසීම සහ සේවය කිරීම" පාලනය කරන්නේ කෙසේද?
5. 3 කණ්ඩායම: "උණුසුම්, ශීතකරණය සහ පසුව නැවත රත් කිරීම හරහා යන ආහාර" පාලනය කරන්නේ කෙසේද?
6. අනෙකුත් විවේචනාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍යය
7. සනීපාරක්ෂක පාලන පිළිබඳ වාර්තාවක් තබා ගැනීම

IV. යොමු කිරීම්

I. මූලික සහිපාරක්ෂක පාලනය පිළිබඳ දැනුම

1. ආහාර විෂ වීම පිළිබඳ මූලික දැනුම

(1) ආපනශාලා තුළ ආහාර විෂවීම ඇතිවීමට ප්‍රධාන හේතු

සනීපාරක්ෂාව පාලනයක් නොමැතිකම හේතුවෙන් පහත සඳහන් හේතු නිසා බොහෝ ආහාර විෂවීම් සිදු වේ.

(A) ආහාර පිළියෙළ කරන සේවකයින් සඳහා සනීපාරක්ෂක පාලනයන් නිරීක්ෂණය නොකෙරේ - දුර්වල ශාරීරික සෞඛ්‍යය සහ ප්‍රමාණවත් තරම් අත් සේදීම නොමැතිකම යනාදිය.

(B) ප්‍රමාණවත් සනීපාරක්ෂක පාලනයක් ක්‍රියාත්මක නොකරන සැපයුම්කරුවන් විසින් අමුද්‍රව්‍ය ය බෙදා හරිනු ලැබේ.

(C) ආහාර හොඳින් රත් නොවේ.

(D) ආහාරවල උෂ්ණත්වය නිසි ලෙස පාලනය නොවීම යනාදිය.

මෙවැනි සාධක නිසා බැක්ටීරියා සහ වෛරස් ආහාර සමඟ සම්බන්ධ වන අතර පාරිභෝගිකයින්ට වමනය සහ පාචනය වැනි සෞඛ්‍ය ගැටලු ඇති කරයි. ඊට අමතරව, දුර්වල සනීපාරක්ෂාව පාලනය කිරීමෙන් බැක්ටීරියා සහ වෛරස් හැරුණු විට වෙනත් අනවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය ආහාර වලට ඇතුළු වීමට ඉඩ සලසයි. උදාහරණයක් ලෙස ඩිටර්ජන්ට්, කෘමිනාශක, වීදුරු සහ ලෝහ කැබලි ආදිය.

(2) ආහාර විෂවීම වර්ග

ආහාර විෂවීම පහත දැක්වෙන වර්ග වලට අයත් වේ. ආහාර විෂ වීම වැළැක්වීම සඳහා, ගනු ලබන ක්‍රියාමාර්ග අදාළ කාණ්ඩයේ ලක්ෂණ අනුව සකස් කිරීම අවශ්‍ය වේ. සියලුම ආහාර විෂවීම් වලින් 90%+ බැක්ටීරියා සහ වෛරස් මගින් ඇති වන බැවින්, මෙම කාණ්ඩ සඳහා ප්‍රතිවිරෝධතා අවබෝධ කර ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

වර්ගය	ප්‍රධාන රෝග කාරක	ප්‍රධාන ප්‍රතිවිරෝධතා
බැක්ටීරියා ආහාර විෂ වීම	Enterohemorrhagic E. coli (O157 ආදිය) සැල්මොනෙල්ලා ජෙනුවා ස්ටැෆිලොකොකස් ආදිය.	වියාධිජනක ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් සමඟ ආහාර අපවිත්ර නොකරන්න වියාධිජනක ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් වර්ධනය වීම වැළැක්වීම වියාධිජනක ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් මරා දමන්න
වෛරස් ආහාර විෂ වීම	නොරොවයිරස් හෙපටයිටිස් වී වෛරසය ආදිය	වෛරසය සමඟ ආහාර අපවිත්ර නොකරන්න වෛරසය මරන්න වෛරසය ආනයනය නොකරන්න වෛරසය පැතිරෙන්න ඒවා
රසායනික ආහාර විෂ වීම	ඩිටර්ජන්ට්, කෘමිනාශක, පිළිබෝධනාශක ආදිය.	රසායනික ද්‍රව්‍ය සමඟ ආහාර අපවිත්ර නොකරන්න
පරපෝෂිත ආහාර විෂ වීම	අනිසාකිස්, රවුම් පණුවන් ආදිය.	පරපෝෂිතයන් සමඟ ආහාර දූෂණය නොකරන්න පරපෝෂිතයන් මරා දමන්න

2. ආහාර ව්‍යවස්ථාපිත වැළැක්වීමේ මූලධර්ම 3

ආහාර ව්‍යවස්ථාපිත වන්නේ අප මිනිසුන්ට හානිකර බැක්ටීරියා සහ වෛරස් වලින් දූෂිත ආහාර අනුභව කරන විටය (මෙතැන් සිට "හානිකර බැක්ටීරියා සහ වෛරස්" ආදිය). බැක්ටීරියා ආහාර ව්‍යවස්ථාපිත වැළැක්වීම සඳහා, පහත දැක්වෙන මූලධර්ම 3 වැදගත් වේ.



(1) ව්‍යාධිජනක ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් සමඟ ආහාර අපවිත්‍ර නොකරන්න

ඔබේ අත්වල වච්ච බැක්ටීරියා වර්ග තිබේ.

හානිකර බැක්ටීරියා සහ වෛරස් වලින් ආහාර අපවිත්‍ර කරන නොවන පරිදි පහත සඳහන් අවස්ථා වලදී ඔබ සැමවිටම අත් සේදීමට වග බලා ගන්න.

(A) ඔබ ආහාර පිළියෙල කිරීමට පෙර

(B) අමු මස් සහ මාළු, බිත්තර ආදිය හැසිරවීමට පෙර සහ පසු.

(C) ඔබ ආහාර පිළියෙල කරන අතරතුර වැසිකිළියට යාමෙන් හෝ නාසය පිස දැමීමෙන් පසු

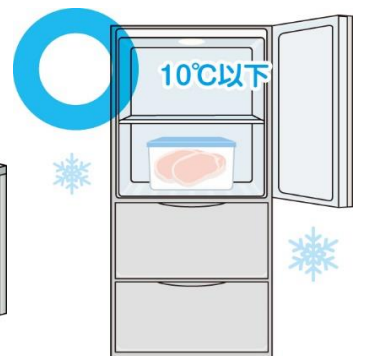


අමු මස් මාළු කැපීමට භාවිත කරන ලද කපන පුවරු සහ පිහිවල ද හානිකර බැක්ටීරියා රාශියක් ඇත. එම නිසා පිස නොගත් ආහාර සඳහා භාවිත කරන පිහිවලින් වෙන් වූ කැපුම් පුවරු සහ පිහි මෙවැනි ආහාර සඳහා භාවිත කළ යුතුය. ඔබ එකම කපන පුවරු සහ පිහි භාවිතා කරන්නේ නම්, ඔබ ඒවා භාවිතා කරන සෑම අවස්ථාවකම ඒවා නිසි ලෙස සෝදා විෂබීජහරණය කිරීමට වග බලා ගන්න.



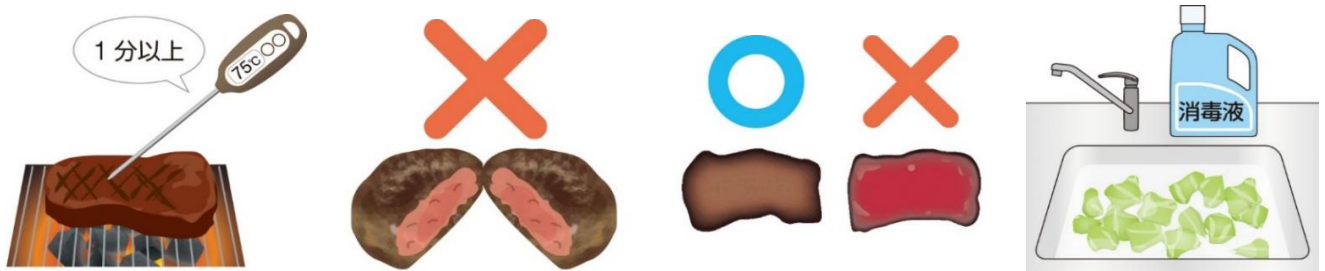
(2) ව්‍යාධිජනක ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් වර්ධනය වීම වැළැක්වීම

උෂ්ණත්වය හා ආර්ද්‍රතාවය වැඩි වන තරමට බැක්ටීරියා සංඛ්‍යාව වැඩි වේ. 10 °C සහ පහළින්, වැඩිවීම ක්‍රමයෙන් සිදු වේ. -15 °C සහ පහත, වැඩි වීමක් නොමැත. එබැවින් 10 °C ආහාර ගබඩා කිරීම වැදගත් වේ. කෙසේ වෙතත්, 10 °C පවා 10 දින පවා 10 °C හෝ ඊට පහළින් තවමත් බැක්ටීරියා ක්‍රමයෙන් වැඩි වීමක් දක්නට ලැබේ, එබැවින් නිශ්චිත කල් ඉකුත්වන දිනය තුළ ආහාර භාවිතා කිරීම වැදගත් වේ.



(3) වියාධිජනක ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් මරා දමන්න

බොහෝ භානිකර බැක්ටීරියා සහ වෛරස් ආහාර පිසීම (තාපය යෙදීම) මගින් විනාශ කළ හැක. අමු මස්, මාළු සහ එළවළු වල භානිකර බැක්ටීරියා අඩංගු විය හැකි බැවින්, ඔබ ඒවා මුලින්ම පිසුවා නම් ඔබට ඒවා අනුභව කළ හැකිය. Bivalves සඳහා (මුහුදු ආහාර) සහ විශේෂයෙන් මස්, හරය 75 දක්වා රත් කිරීම වැදගත් වේ. C සහ අවම වශයෙන් එකක් සඳහා උයන්න එම උෂ්ණත්වයේ විනාඩි. තාපයෙන් පිසිනු නොලබන ආහාර (සලාද ආදිය) අවශ්‍ය ය පරිදි විෂබීජහරණය කළ යුතුය (ඕනෑම බැක්ටීරියා විනාශ කිරීමට).



3. ආහාර විෂ වීමට හේතු වන සාමාන්‍ය බැක්ටීරියා සහ වෛරස්

画像出典元
東京都健康安全研究センターHPアーカイブセンター

(1) Enterohemorrhagic E. coli (O157, O111 ආදිය)

මෙය එළඳෙනුත් සහ උරන්ගේ බඩවැල්වල ඇති E.coli වියාධිජනක වලින් එකකි. එය ඉතා විෂ සහිත වන අතර උදර වේදනාව, දියරමය පාවනය සහ ලේ ගැලීම සමඟ පාවනය ඇති කරයි. එය හරක් මස්, උරු මස් වැනි මස් වල ඇති අතර, ඔබ අමු මස් අනුභව කළහොත් එයින් ඔබට ආහාර විෂ වේ. ආහාර අඩුවෙන් පිස ඇත්නම් ඔබට ආහාර විෂවීමක් ද ඇති විය හැක.



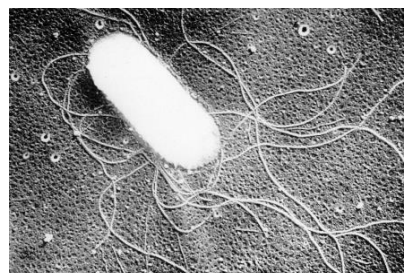
(2) කැල්පිලෝබැක්ටර්

මෙම බැක්ටීරියාව ගවයින්, උරන්, කුකුළන් ආදි අන්ත් රවල දක්නට ලැබේ. මෙම බැක්ටීරියාව අඩංගු අමු මස් අනුභව කළහොත් එයින් ඔබට ආහාර විෂ වේ. ආහාර අඩුවෙන් පිස ඇත්නම් ඔබට ආහාර විෂවීමක් ද ඇති විය හැක.



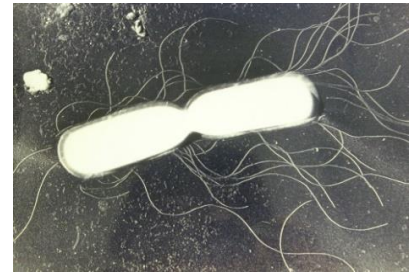
(3) සැල්මොනෙල්ලා කුලය

මෙම බැක්ටීරියාව එළඳෙනුත්, උරන් සහ කුකුළන් වැනි අයගේ බඩවැල්වල දක්නට ලැබේ. එය කුකුල් බිත්තරවලද තිබිය හැක. ඔබ බැක්ටීරියාව අඩංගු අමු හෝ අඩුවෙන් පිසූ මස් අනුභව කරන්නේ නම් ඔබට ආහාර විෂ විය හැක.



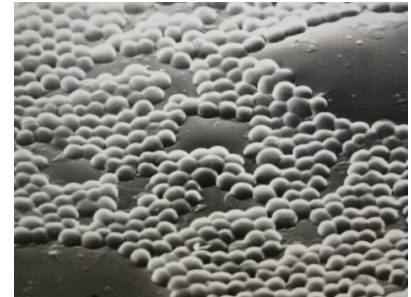
(4) Bacillus Cereus

මෙම බැක්ටීරියාව ස්වභාවික ලෝකයේ, ගංගාවල සහ පෘථිවියේ බහුලව දක්නට ලැබේ. දූෂණය වීමේ ප්‍රධාන ප්‍රභවයන් වන්නේ ධාන්‍ය (සහල් ඇතුළුව), බෝංචි සහ කුළුබඩු වැනි පස සවි කර ඇති ආහාර වේ. සන්නිවාරක පාලනයක් නොමැති නම්, නිසියාකාරව ක්‍රියාත්මක කළහොත් ඔබට ඒ රසිඬ් රසිස් වලින් ආහාර විෂවීම ඇති විය හැක (*chahan*) හෝ ස්පැගට් ආදිය.



(5) Staphylococcus aureus

මෙම බැක්ටීරියාව මිනිසුන්ගේ සමේ, උගුරේ සහ විවෘත තුවාල වල දක්නට ලැබේ. ආහාර පිළියෙළ කරන පුද්ගලයින්ගේ අත්වල හෝ ඇඟිලිවල යම් කැපුම් තුවාල ඇත්නම් ආහාර අපවිත්‍ර වීමේ අවදානම විශේෂයෙන් ඉහළ ය.

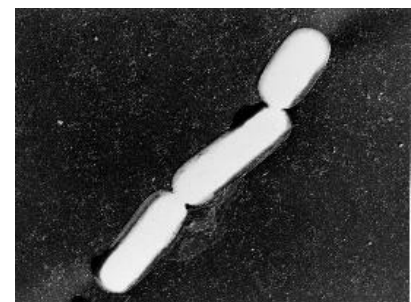


(6) ක්ලොස්ට්‍රිඩියම් පර්ෆරින්ජන්ස්

මෙය මිනිසුන්ගේ සහ සතුන්ගේ බඩවැල්වල මෙන්ම පසෙහි ජීවත් වන පුළුල් ලෙස පැතිරුණු බැක්ටීරියාවකි.

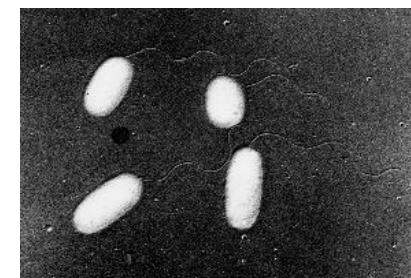
ලක්ෂණයක් ලෙස එය ඔක්සිජන් නොමැති ස්ථානවල බිජුණු නිර්මාණය කරයි. මේ ආකාරයේ ආහාර විෂවීමක් ඇති කළ හැකි ආහාර වන්නේ ඒ යංජන සහ ස්ට්‍රි ය.

තාපයෙන් පිසූ ආහාර ඉක්මනින් සිසිල් කිරීම වැදගත් වේ.



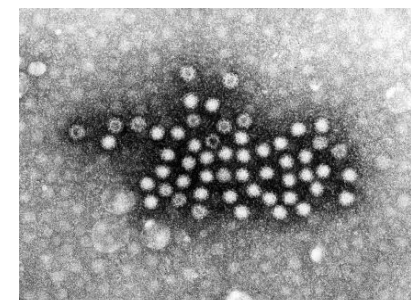
(7) Vibrio parahaemolyticus

මෙම බැක්ටීරියාව මුහුදු ජලයේ සහ මුහුදු රොන්මඩ වල ජීවත් වේ. ගිම්හානයේදී මුහුදු ජලයේ උෂ්ණත්වය ඉහළ යන විට බැක්ටීරියා ක්‍රියාකාරී වන අතර එය මුහුදු ආහාර දූෂණය කරයි. මෙම බැක්ටීරියාව අඩංගු අමු මාළු අනුභව කළහොත් ඔබට ආහාර විෂ වේ. මුහුදු ආහාර නැවුම් ජලයේ සේදීම හෝ එය පිසීමට වැදගත් වේ.



(8) නොරොවයිරස්

ඔබ ඒවා ප්‍රමාණවත් ලෙස පිසීම නොලබන්නේ නම්, නොරො වයිරසයෙන් දූෂිත වූ බිවල්ව් (මුහුදු ආහාර) වලින් ඔබට ආහාර විෂ වේ. Norovirus මළපහ සහ වමනය තුළ ද අඩංගු වන බැවින් වැසිකිළියට ගිය පසු අත් සේදීම වැදගත් වේ.



II .හොඳ සනීපාරක්ෂක පිළිවෙත් පිළිබඳ දැනුම

1. බෙදාහැරීමේ වෙක්

පහත සඳහන් ආහාර සැපයුම්වල වර්ධනය වන භානිකර බැක්ටීරියා ආදිය විය හැක.

- (A) නරක් වූ ආහාර
- (B) කැඩුණු ඇසුරුම් සහිත ආහාර
- (C) කල් ඉකුත් වූ දිනට පසු ආහාර
- (D) නිසි ලෙස තබා නොමැති ආහාර

එමනිසා, පහත ලැයිස්තුගත කර ඇති ක් රියා පටිපාටි භාවිතා කරමින් ආහාර සැපයුම් බෙදා හැරීමේදී ඔබ නිසි පරීක්ෂාවක් කළ යුතුය.

(1) ආහාර දී රව් ය පැමිණෙන විට, බෙදා හරින ලද නිෂ්පාදන සහ ඒ රමාණය ඇණවුම් කළ ඒ රමාණයට සමාන දැයි පරීක්ෂා කරන්න.

(2) ඉන්පසු පෙනුම, සුවඳ, ඇසුරුම්වල තත්ත්වය සහ ලේබල් (කල් ඉකුත්වන දිනය, "හොඳම පෙර" දිනය සහ ගබඩා කිරීමේ ක් රමය සඳහා) යනාදිය පරීක්ෂා කරන්න.

(3) හැකි නම් ශීත කළ / ශීත කළ නිෂ්පාදනවල උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කරන්න (උදාහරණයක් ලෙස අධෝරක්ත උෂ්ණත්වමානයක් භාවිතා කරන්න). සහ ශීත කළ/ශීත කළ නිෂ්පාදන හැකිතාක් කෙටි කාලයක් සඳහා පමණක් කාමර උෂ්ණත්වයේ තබන්න.

(4) ඔබ කිසියම් ගැටළුවක් සොයා ගන්නේ නම්, ඔබ නිශ්චිත ඒ රතිලාභ ක් රමය භාවිතා කර නිෂ්පාදන ආපසු එවිය යුතුය.

(5) මෙම විස්තර දිනපොතක සටහන් කළ යුතුය.

* හිස්ටමින්

නැවුම් බව නැති වී ඇති රතු මාළු (සහ එයින් සාදන ලද නිෂ්පාදන) "histamine" නම් සංයෝගයක් අඩංගු විය හැක. histamine අඩංගු ආහාර අනුභව කිරීම අසාත්මිකතා ප්රතික්රියාවක් ඇති කරන ආහාර විෂවීමක් ඇති විය හැක. ආහාර නරක ලෙස සංරක්ෂණය කර ඇත්නම් Histamine වැඩි වේ, එබැවින් බෙදාහැරීමේ නිෂ්පාදන කෙලින්ම ශීතකරණයට හෝ ශීතකරණයට ලබා දීම වැදගත් වේ.

2. ගබඩා උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කරන්න (ශීතකරණය/ශීතකරණය)

ආහාර සැපයුම් සහ ආහාරවල උෂ්ණත්වය පාලනය කිරීම වැදගත් වේ. ශීතකරණ/ශීතකරණවල උෂ්ණත්වය නිසි ලෙස පාලනය නොකළහොත් හානිකර බැක්ටීරියා වර්ධනය විය හැක. ආහාර සැපයුම්වල සහ ආහාරවල ගුණාත්මක භාවය ද දුක් විඳිය හැකිය. එමනිසා, ඔබ පහත ලැයිස්තුගත කර ඇති ක් රියා පටිපාටි භාවිතා කරමින් ශීතකරණ/ශීතකරණවල උෂ්ණත්වය පිළිබඳව නිසි පරීක්ෂාවක් කළ යුතුය.

(1) ශීතකරණයේ/ශීතකරණයේ ඇතුළත උෂ්ණත්වය පෙන්වන උෂ්ණත්වමානය පරීක්ෂා කරන්න. අභ්යන්තර උෂ්ණත්වමානයක් නොමැති නම්, එය ස්ථාපනය කිරීමට වග බලා ගන්න. පිටත සිට උෂ්ණත්වය බැලීමට ඔබට ඉඩ සලසන උෂ්ණත්වමාන පහසුය. පිළිවෙළින් ශීතකරණ/ශීතකරණ සඳහා ප්‍රයෝජනීය පාලන උෂ්ණත්වය කුමක් විය යුතුද යන්න කලින් තීරණය කරන්න.

EG) ශීතකරණ 10 ට නොවැඩි විය යුතුය°C; සහ ශීතකරණ තිබිය යුතුය-15°C හෝ සිසිල්.



(2) සෑම විටම දිනපතා උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කර ඒවා පරීක්ෂා කරන්නේ කවදාදැයි කලින් තීරණය කරන්න (EG වැඩි ආරම්භ කිරීමට පෙර.) ගබඩා කර ඇති ආහාර සැපයුම් සහ ආහාරවල දිනයන් (කල් ඉකුත්වන දින සහ "හොඳම පෙර" දිනයන්) ද පරීක්ෂා කරන්න. තවද මෙම දිනයන්ට පෙර ගබඩා කර ඇති ආහාර සැපයුම් සහ ආහාර භාවිතා කරන්න.

(3) ඔබ කිසියම් ගැටලුවක් සොයා ගන්නේ නම්, ඔබ නියමිත ආකාරයෙන් ප්‍රතිචාර දැක්විය යුතුය.

EG) වගකිවයුතු පුද්ගලයා වෙත වාර්තා කිරීම යනාදිය.

(4) මෙම විස්තර දිනපොතක සටහන් කළ යුතුය.

3. හරස් දූෂණය වැළැක්වීම

හරස් දූෂණය යනු අමු මස් සහ මුහුදු ආහාර ආදියෙහි ඇති බැක්ටීරියා අනෙකුත් අමුද් රව් ය හා ආහාර සමඟ සම්බන්ධ වීමයි. අමුද් රව් ය සහ ආහාර ගබඩා කිරීමේදී හෝ සකස් කිරීමේදී හරස් දූෂණය සිදුවිය හැක. එබැවින් පහත සඳහන් පූර්වාරක්ෂාවන් ගත යුතුය.

(1) අමු මස්, මාළු වැනි අමුද් රව් ය පියන සහිත බහාලුම්වල තැබිය යුතුය. තවද ඒවා ශීතකරණයේ පහළ රාක්කයේ ගබඩා කළ යුතුය (අමු මස් සහ මාළු වලින් කාන්දු වන දියරයක් පහතින් ඇති වෙනත් අමුද් රව් ය මතට නොවැටෙන බව සහතික කිරීම සඳහා). ශීතකරණය තුළ, විවිධ වර්ගයේ අමුද් රව් ය සහ ආහාර ගබඩා කිරීම සඳහා ඔබට වෙන්වූ අවකාශයන් තිබිය යුතුය. මස් සහ මාළු වැනි විවිධ වර්ගයේ අමුද් රව් ය සඳහා ඔබට කැපවූ කුස්සියට උපකරණ (කැපුම් පුවරු සහ පිහි යනාදිය) ද තිබිය යුතුය. සහ භාවිතා කිරීමෙන් පසු භාජන හොඳින් සෝදා විෂබීජහරණය කළ යුතුය.



(2) ශීතකරණය තුළ ගබඩා තත්ත්වයන් කලින් තීරණය කළ කාලසටහනකට අනුව නිතිපතා පරීක්ෂා කළ යුතුය. එලෙසම මුළුතැන්ගෙයි උපකරණ භාවිත කරන ආකාරය සහ පිරිසිදු කරන ආකාරයද නිතර පරීක්ෂා කළ යුතුය.

(3) ඔබ කිසියම් ගැටලුවක් සොයා ගන්නේ නම්, ඔබ නියමිත ආකාරයෙන් ජ් රත්වාර දැක්විය යුතුය.

EG) කපන පුවරු හෝ පිහි අපිරිසිදු නම්, ඔබ ඒවා නැවත සෝදා විෂබීජහරණය කළ යුතුය.

(4) මෙම විස්තර දිනපොතක සටහන් කළ යුතුය.

4. භාජන පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජහරණය කිරීම

මුළුතැන්ගෙයී උපකරණ ආදිය අපිරිසිදුව තැබුවහොත්, මෙය අනෙකුත් අමුද්‍රව්‍ය සහ ආහාර අපවිත්‍ර කර බැක්ටීරියා පැතිර යා හැකිය. එබැවින් පහත සඳහන් පුර්වාරක්ෂාවන් ගත යුතුය.

(1) මුළුතැන්ගෙයී උපකරණ භාවිතයෙන් වෙන් කළ යුතුය - උදාහරණයක් ලෙස මස් සඳහා භාවිතා කරන ඒවා හෝ මාළු ආදිය සඳහා භාවිතා කරන ඒවා. ඒවා භාවිතා කළ විගසම ඒවා හොඳින් සෝදා විෂබීජහරණය කළ යුතුය (5) පහත.

(2) මුළුතැන්ගෙයී උපකරණ සේදීම නියමිත සංඛ්‍යාතයකට පරීක්ෂා කළ යුතුය.

(3) ඔබ කිසියම් ගැටලුවක් සොයා ගන්නේ නම්, ඔබ නියමිත ආකාරයෙන් ඒ රහිතව දැක්විය යුතුය.

EG) යමක් අපිරිසිදු වී ඇති බව ඔබ දුටුවහොත්, ඔබ එය භාවිතා කිරීමට පෙර අයිතමය නැවත සෝදා විෂබීජහරණය කළ යුතුය.

(4) මෙම විස්තර දිනපොතක සටහන් කළ යුතුය.

(5) සේදීමේ ක්රියා පටිපාටි

•කපන පුවරු, පිහි, ස්පටුලස් ආදිය.

(A) පෙනෙන අපිරිසිදුකම ඉවත් කිරීමට නළු ජලයෙන් සෝදා හරින්න.

(B) ස්ක් රබ්-ස්පොන්ජ්පයකට ඩිටර්ජන්ට් යොදන්න, එය පෙණ දමන්න සහ අයිතමය හොඳින් සෝදන්න.

(C) ඩිටර්ජන්ට් ඉවත් කිරීම සඳහා නළු ජලයෙන් හොඳින් සේදීම.

(D) උතුරන වතුර, ක්ලෝරිනීකෘත විෂබීජ නාශක හෝ 70% ඇල්කොහොල් ද්‍රව්‍යයක් භාවිතයෙන් විෂබීජහරණය කරන්න.

(ඉ) හොඳින් වියළා පිරිසිදු ස්ථානයක ගබඩා කරන්න.

•රෙදි සහ තුවා ආදිය.

(A) නළු ජලයෙන් සෝදා හරින්න.

(B) ඩිටර්ජන්ට් යොදන්න, එය පෙණ දමන්න සහ අයිතමය හොඳින් සෝදන්න.

(C) ඩිටර්ජන්ට් ඉවත් කිරීම සඳහා නළු ජලයෙන් හොඳින් සේදීම.

(D) හැකි නම් උතුරන වතුරේ තබා අයිතමය විෂබීජහරණය කිරීම සඳහා අවම වශයෙන් විනාඩි 5 ක් උතු, හෝ විකල්පයක් ලෙස ක්ලෝරිනීකෘත විෂබීජ නාශකයක් භාවිතා කරන්න.

(ඊ) වියළා පිරිසිදු ස්ථානයක ගබඩා කරන්න.



* කුසස්සියේ භාවිතා කරන ඩිටර්ජන්ට්/විෂබීජ නාශක පාලනය කිරීම

මුද්‍රාණයෙන් පසුව භාවිතා කරන ඩිටර්ජන්ට් / විෂබීජ නාශක දැඩි ලෙස පාලනය කිරීම අවශ්‍ය වේ. නිසි පාලනයක් නොමැති නම්, ඩිටර්ජන්ට්/විෂබීජ නාශක වැරදි ලෙස ආහාර සඳහා භාවිතා කිරීමේ අවදානමක් ඇත. ඔබ ඩිටර්ජන්ට් / විෂබීජ නාශක වෙනත් බහාලුම්වලට මාරු කරන්නේ නම්, ඔබ විශේෂයෙන් නම් කරන ලද බහාලුම් භාවිතා කළ යුතුය. තවද අන්තර්ගතය පෙන්වීමට ඒවා පැහැදිලිව ලේබල් කළ යුතුය. ඩිටර්ජන්ට්/විෂබීජ නාශක නියමිත ස්ථානයක ගබඩා කළ යුතු අතර, ඒවා ආහාරවල වැරදි ලෙස භාවිතා නොවන බව සහතික කිරීම සඳහා පාලන සහිතව.

5. වැසිකිළි පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජහරණය කිරීම

වැසිකිළි වල විවිධ භානිකර බැක්ටීරියා සහ වෛරස් අඩංගු වේ. තවද මෙම බැක්ටීරියා සහ වෛරස් වැසිකිළි භාවිතා කරන ඕනෑම අයෙකුගේ දෑත් දූෂණය කළ හැකිය. එබැවින් පහත සඳහන් පුර්වාරක්ෂාවන් ගත යුතුය.

(1) පහත (4) කුටුණෙහි ක් රියා පටිපාටියට අනුව වැසිකිළි පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කළ යුතුය. ඒවා නිසි ලෙස පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කර ඇත්දැයි පරීක්ෂා කර බැලිය යුතුය.

(2) ඔබ කිසියම් ගැටළුවක් සොයා ගන්නේ නම්, ඔබ නියමිත ආකාරයෙන් ඒ රහිතව දැක්විය යුතුය.

EG) වැසිකිළි අපිරිසිදු නම්, ඔබ ඒවා නැවත පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කළ යුතුය.

(3) මෙම විස්තර දිනපොතක සටහන් කළ යුතුය.

(4) පිරිසිදු කිරීමේ ක්‍රියා පටිපාටි

(A) ආහාර පිළියෙළ කිරීමේදී ඔබ පළඳින අයට විවිධ ඇඳුම්, සපත්තු සහ රබර් අත්වැසුම් පළඳින්න.

(B) වැසිකිළිය සඳහා විශේෂිත ඩිටර්ජන්ට්, බුරුසු සහ ස්පෝන්ජ් භාවිතා කරන්න.

(C) ක්ලෝරීන් මත පදනම් වූ විෂබීජ නාශකයක් භාවිතයෙන් ෆ්ලෂ් හැන්ඩ්ල්, දොර බොත්තම් සහ පරිශීලකයන් තම දෑතින් ස්පර්ශ කිරීමට ඉඩ ඇති වෙනත් ස්ථාන පිස දමන්න.

(D) අත් සේදීමේ පහසුකම් පිරිසිදු කරන්න.

(E) වැසිකිළි බදුන පිරිසිදු කිරීම සඳහා විශේෂිත ඩිටර්ජන්ට් සහ බුරුසුවක් භාවිතා කරන්න. ඉන්පසු එය ගලා යන ජලයෙන් සෝදා හරින්න.

(F) බිම පිරිසිදු කිරීම සඳහා විශේෂිත ඩිටර්ජන්ට් සහ බුරුසුවක් භාවිතා කරන්න. ඉන්පසු එය ගලා යන ජලයෙන් සෝදා හරින්න.

(G) ගබඩා කිරීමට පෙර ඔබ භාවිතා කළ උපකරණ පිරිසිදු කර වියළා ගන්න.

(H) ඔබ අවසන් වූ පසු ඔබේ අත් හොඳින් සෝදන්න.

*නොරො වයිරස්

වැසිකිලි වල මිනිසුන්ට හානිකර නොරො වයිරස් හෝ ඒ හා සමාන වෛරස් හෝ බැක්ටීරියා අඩංගු විය හැක. නොරෝ වයිරසයට වැසිකිලි ආසනය, ෆ්ලෂ් හසුරුව, අත් රෙල් පීලි සහ දොර බොත්තම් ආදිය අපවිත් ර කළ හැකිය. එබැවින් ඔබ වැසිකිලි පිරිසිදු කරන විට මෙම ජ් රදේශ නිසි ලෙස සෝදා විෂබීජහරණය කිරීමට වග බලා ගැනීම වැදගත්ය.

6. පුද්ගලික සනීපාරක්ෂාව

පහත සඳහන්, හෝ ඒ හා සමාන සිද්ධීන් සේවකයෙකුට අදාළ වන්නේ නම්, ඔහු/ඇය බැක්ටීරියා සහ වෛරස් හෝ මිනිසුන්ට අහිතකර විදේශීය ද් රව් යවලින් ආහාර අපවිත් ර කිරීම අවසන් කළ හැකිය.

(A) සේවකයෙකුට පාවනස තිබේ

(B) සේවකයකුට ඔහුගේ/ඇයගේ අත්වල හෝ ඇඟිලිවල කැපුම් ඇත

(C) සේවකයෙක් අපිරිසිදු වැඩ ඇඳුමේ ඇඳ සිටී

(D) සේවකයෙකු රුකියාවේදී ස්වර්ණාභරණ පැළඳ සිටී (මැණික් ඔරලෝසුවක්, මාලයක්, මුද්දක්, සිදුරු කරන ලද කරාබු ආදිය)

එබැවින් පහත සඳහන් පූර්වාරක්ෂාවන් ගත යුතුය.

(1) පහත ලකුණු (2)-(6) හි ලැයිස්තුගත කර ඇති චෙක්පත් නීතිපතා (නියමිත සංඛ් යාතයකින්) සිදු කළ යුතුය.

(2) කිසිදු සේවකයෙකුට වමනය හෝ පාවනස නොමැති බව පරීක්ෂා කරන්න. යමෙකුට මෙම රෝග ලක්ෂණ ඇත්නම්, ඔහු/ඇය වැඩ නොකළ යුතු අතර, පරීක්ෂා කිරීම සඳහා රෝහලට යැවිය යුතුය. සේවකයෙකුට ආහාර විෂවීමක් ඇත්නම්, රෝග ලක්ෂණ පහව යන තුරු ඔහු/ඇය වැඩ නොකළ යුතුය.

(3) සේවකයින්ගේ අත්වල සහ ඇඟිලිවල කිසිදු කැපුමක් නොමැති බව පරීක්ෂා කරන්න. ඒවා තිබේ නම්, වෙළුම් පටියක් යොදන්න, ඉන්පසු අත්වැසුම් පළඳින්න. එසේම, ඉවත දැමිය හැකි අත්වැසුම් පැළඳ සිටින විට පවා දෑත් සෞඛ් යාරක්ෂිතව සෝදා ගැනීමට වග බලා ගන්න.

(4) සේවකයින් ආහාර හැසිරවීමේදී පිරිසිදු ඇඳුමේ ඇඳගෙන සිටිනවාදැයි පරීක්ෂා කරන්න.

(5) සේවකයන් තම නිසකෙස් පිරිසිදුව තබාගෙන අවශ් ය නම් පිටුපසට බැඳ තබාගෙන සිටිනවාදැයි පරීක්ෂා කරන්න.

(6) සේවකයින් අත් ඔරලෝසු, මාල, මුදු හෝ සිදුරු කරන ලද කරාබු වැනි ආභරණ පැළඳ නොසිටින බව පරීක්ෂා කරන්න.

(7) මෙම විස්තර දිනපොතක සටහන් කළ යුතුය.

*** සේවකයන් නිසා ආහාර විෂ වීම**

මෑත වසරවලදී නොරෝ වයිරස් ආහාර විෂ වීමේ අවස්ථා බොහොමයක් තිබේ. මෙම වී යාප්තියෙන් 80%කට වගකිව යුත්තේ සේවකයින් බව පැවසේ. පාචනය වැනි රෝග ලක්ෂණ පෙන්නුම් කරන්නේ නම් ආහාර පිළියෙළ නොකරන්න. එසේම ඇතැම් අවස්ථාවලදී ඔබට නොරොවීරස් ආසාදනය විය හැකි බවත්, පාචනය වැනි දෘශ්‍ය රෝග ලක්ෂණ නොමැති බවත් දැන ගන්න. එම නිසා සේවකයන් නිතරම අත් සේදීම වැදගත් වේ. සහ ඔවුන්ගේ සෞඛ්‍යය ගැන සැලකිලිමත් වන්න.

7. අත් සේදීම බලාත්මක කරන්න

දැන් නොපෙනෙන භානිකර බැක්ටීරියා සහ වෛරස් වලින් දූෂිත විය හැක. අත්වල ඇති බැක්ටීරියා සහ වෛරස් ආහාර වෙත මාරු කළ හැකිය. අත් සේදීම යනු පෙනෙන කුණු ඉවත් කිරීම පමණක් නොවේ - එය බැක්ටීරියා සහ වෛරස් ඉවත් කිරීමට ද අවශ්‍ය වේ. එබැවින් පහත සඳහන් ක්රියා පටිපාටි අනුගමනය කළ යුතුය.

(1) පහත (4) ලක්ෂ්‍යයේ විස්තර කර ඇති පරිදි නියමිත සංඛ්‍යාතයට සනීපාරක්ෂක ක්‍රම භාවිතා කරමින් නිතිපතා අත් සේදීම සහතික කිරීම සඳහා පරීක්ෂා කළ යුතුය.

(2) ඔබ කිසියම් ගැටළුවක් සොයා ගන්නේ නම්, ඔබ නියමිත ආකාරයෙන් ජ්‍රීර්ණ දැක්විය යුතුය.

EG) සේවකයෙකු නියමිත පරිදි නිතර අත් සෝදන්නේ නැතිනම්, වහාම එසේ කිරීමට ඔවුන්ට සලස්වන්න.

(3) මෙම විස්තර දිනපොතක සටහන් කළ යුතුය.

(4) අත් සේදීමේ ක්රියා පටිපාටිය

(A) ගලා යන ජලය යට අත් සෝදන්න

(B) දියර සබන් අත්වල යොදන්න

- (C) අත්ල සහ ඇඟිලිවල පෑඩ් සෝදන්න
- (D) අත් සහ ඇඟිලි පිටුපස සෝදන්න.
- (ඊ) ඇඟිලි අතර සෝදන්න (අඟ් යන්තර පැති සහ පාදම වටා)
- (F) පාදම වටා ඇති මාපටැඟිලි සහ පෑඩ් සෝදන්න
- (G) ඇඟිලි තුඩු සෝදන්න
- (H) මැණික් කටු සෝදන්න
- (I) දියර සබන් ගලා යන ජලයෙන් හොඳින් සෝදා හරින්න
- (J) අත් පිස දමා වියළා ගන්න

(H) මත්පැන් සමඟ විෂබීජහරණය කරන්න

දෙවරක් අත් සේදීම ඉතා ඵලදායී වේ (ඉහත පියවර (B)-(I) නැවත කරන්න)

* යොමු 1 ඔබේ අත් සෝදන ආකාරය පැහැදිලි කරන නිදර්ශනයක් සපයයි.

8. පිරිසිදු කිරීමේ පාලන (මුද්‍රාණාගාරය සඳහා) සහ අපද්රව්ය බැහැර කිරීම

(1) "5S" කියමන

මෙය සේවා ස්ථානය හොඳ තත්ත්වයේ තබා ගැනීමට උපකාර වන සටන් පාඨයකි. එය "5S" ලෙස හඳුන්වනු ලබන්නේ ජපන් පද පහ රෝම අක්ෂර වලින් ලියා ඇති විට, සෑම පදයක්ම "S" අක්ෂරයෙන් ආරම්භ වන බැවිනි. "5 S" යනු පරිශ් රයේ පරිසරය කළමනාකරණය කිරීම සඳහා අවන්හල් සහ ආහාර සැකසුම් කමිහල් වැනි ආහාර හසුරුවන ස්ථානවල භාවිතා කරන සටන් පාඨයකි.

(ඒ)සෙයිටිඑහි තේරුම "සංවිධානය කිරීමට")

අවශ්‍ය ය දේ සහ අනවශ්‍ය ය දේ ලෙස වෙන් කර අනවශ්‍ය ය දේ බැහැර කරන්න.

(බී)සීටන(එහි තේරුම "පිළිවෙලට සකස් කිරීම")

දේවල් යා යුත්තේ කොතැනටද යන්න තීරණය කරන්න, ඔබ ඒවා භාවිතා කළ පසු ඒවා ඒවායේ මුල් ස්ථානයට ආපසු යාමට වග බලා ගන්න.

(C)SEISOU(එහි තේරුම "පිරිසිදු කිරීමට")

සනීපාරක්ෂාව පිළිබඳ මූලික පදනම. සෑම වටම පරිශ් රය කුණු හෝ කුණු වලින් තොරව පිරිසිදුව තබා ගන්න.



(D)සීකෙට්සු(එහි තේරුම "පිරිසිදු වීම හෝ සනීපාරක්ෂාව" යන්නයි.)

පෙර පැවති "35s" නිසියාකාරව ක් රියාත්මක වන බව ඔබ සහතික කරන්නේ නම් (එනම්, ඔබ ඔබේ පරිශ් රය සංවිධානය කිරීම, සංවිධානය කිරීම සහ පිරිසිදු කිරීම) එවිට ඔබේ පරිශ් රය පිරිසිදු වනු ඇත (seiketsu)

(ඊ)SYUKAN(එහි තේරුම "හොඳ පුරුදු")

මෙයින් අදහස් කරන්නේ සෑම වටම ස්ථාපිත පුරුදු නිවැරදිව ක් රියාත්මක කිරීමෙන් හොඳ පුරුදු තබා ගැනීම හෝ ඉගැන්වීමයි.

ඔබ "5S" සටන් පාඨය භාවිතා කරන්නේ නම්, ඔබගේ සේවා ස්ථානය පිරිසිදු වනු ඇත. ආහාර ව්‍යවස්ථා, විදේශීය ද් රව් ය ආක රමණය කිරීම සහ ආපනශාලා තුළ සිදුවන රුකියා ස්ථාන විපත් වැළැක්වීම සඳහා ද මේවා ඉතා ඵලදායී පිළිවෙත් වේ.

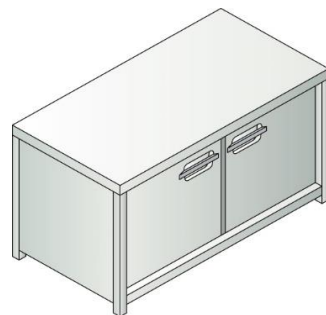
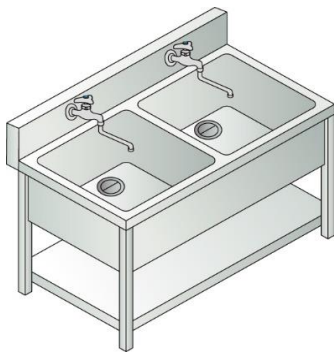
(2) නියමිත පිරිසිදු කිරීම

පිරිසිදු කිරීම වැදගත් වේ. නමුත් ඔබ ඔබේ ඵදිනෙදා වැඩ කරන අතරතුර සියලුම පිරිසිදු කිරීම් සිදු කළ නොහැක. එබැවින් පිරිසිදු කිරීමට අවශ්‍ය දේ තීරණය කර පිරිසිදු කිරීමේ කාලසටහනක් සකස් කරන්න. EG සෑම දිනකම, සතියකට වරක් හෝ මසකට වරක් පිරිසිදු කළ යුතු දේ තීරණය කරන්න.

<පිරිසිදු කිරීමේ කාලසටහනක උදාහරණයක්>

(A) දිනපතා පිරිසිදු කිරීම (සෑම දිනකම සිදු කළ යුතුය)

අත් සේදීමේ ස්ථාන, සින්ක්, වැඩ පෘෂ්ඨයන්, ඉවුම් පිහුම් පරාසයන් අවට ප් රදේශ, බිම් (අතුගා දැමීමට), කාණු ආදිය.



(B) නිතිපතා පිරිසිදු කිරීම (සතියකට වරක් සිදු කළ යුතුය)

ශීතකරණ/ශීතකරණයේ ඇතුළත, නාලිකා ඇතුළත, බිම් (දැඩි තට්ටුවේ බුරුසුවකින් අතුගා දැමිය යුතුය), ග් රිස් උගුල් ආදිය.

(C) නිතිපතා පිරිසිදු කිරීම (මසකට වරක් සිදු කළ යුතුය)

බිත්ති, වීදුලි පහන්, සාමාන් යයෙන් පිරිසිදු නොකරන ස්ථාන ආදිය.

(3) අපද් රව් ය බැහැර කිරීම

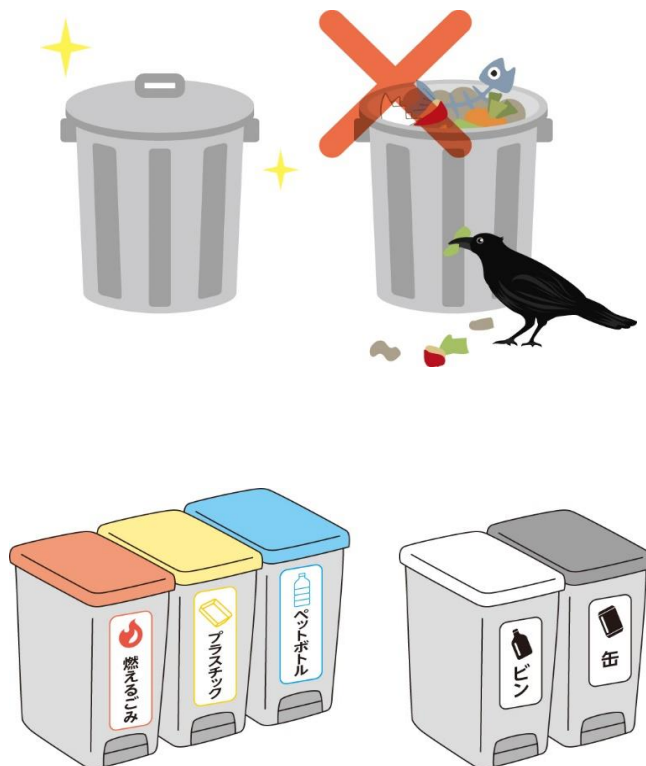
මුළුතැන්ගෙය අපද් රව් ය (කුණු) වර්ග කළ යුතුය. ඉතිරි වන ආහාර (ආහාර අවශේෂ සහ ආහාර අපද් රව් ය) නිසි ලෙස හසුරුවා නොගතහොත් බැක්ටීරියා වර්ධනය වේ. එය කෘමීන් සහ මීයන් ආකර්ශනය කර ගත හැක. එබැවින් පහත පාලන ක් රම නිසි ලෙස ක් රියාත්මක කිරීම වැදගත් වේ.

(A) ඉතිරි වූ ආහාර (ආහාර අවශේෂ සහ ආහාර අපද් රව් ය)

ආහාර අපද් රව් ය සහ ආහාර අපද් රව් ය පියනක් සහිත විශේෂිත භාජනයක තැබිය යුතුය. එය වැඩට බලපාන්නේ නැති ප් රදේශයක තබා ඇත. පැර මාළු හැසිරවීම බව සලකන්න (*fugu*)නියාමනයට යටත් වේ; සහ ඒ ආශ් රිත කිසියම් අපද් රව් යයක් අගුලු දැමූ භාජනයක තබා ගැනීම ව් යවස්ථාපිත වගකීමකි.

(B) වෙනත් කසළ

කසළ වර්ග කළ යුතුය. උදාහරණයක් ලෙස පිළිස්සිය හැකි කුණු, නොදැවිය හැකි කසළ, ප්ලාස්ටික්, බෝතල්, කෑන් සහ අපද් රව් ය තෙල් ආදිය. ගබඩාවේ පළාත් පාලන ආයතනය හෝ ඒ හා සමානව, අදාළ කාණ්ඩ සඳහා නීති තීරණය කරනු ඇත. එම නීතිරීතිවලට අනුව කසළ වර්ග කර බැහැර කළ යුතුය.



III.HACCP පදනමේ වූ ආහාර සනීපාරක්ෂක පද්ධතිය පිළිබඳ දැනුම

(විවේචනාත්මක පාලන ස්ථාන)

1. "HACCP පදනම වූ ආහාර සනීපාරක්ෂක පද්ධතිය" යනු කුමක්ද?

HACCP යනු "උපද් රට විශ්ලේෂණය සහ විවේචනාත්මක පාලන ලක්ෂ් යය" සඳහා කෙටි යෙදුමකි.

විශේෂයෙන්ම එය අමුද් රට් ය පැමිණීමේ සිට ආහාර නිෂ්පාදනය දක්වා වන ප් රධාන ක් රියාවලීන්හි ආරක්ෂාව පරීක්ෂා කිරීම සනීපාරක්ෂාව පාලනය කිරීමේ ක් රමයකි. ආපනශාලා තුළ විවිධාකාර ආහාර වර්ග (පිඟන්) සාදනු ලැබේ; එබැවින් අපි ඒවා පහත සඳහන් ආහාර (ආහාර) කාණ්ඩවලට බෙදන්නෙමු.

(A) 1 කාණ්ඩය: "ශීතකරණය කළ ආහාර"

(B) 2 කාණ්ඩයම: "උණුසුම් ලෙස පිස පිළිගන්නන්"

(C) 3 කාණ්ඩය: "උණුසුම, ශීතකරණය සහ පසුව නැවත රත් කිරීම හරහා යන ආහාර"

අපි මෙම එක් එක් කාණ්ඩයම තුනෙහි අදාළ වැඩ ක් රියාවලීන් සඳහා අනුරූපයක ස්ථාන (විවේචනාත්මක පාලන ස්ථාන) සොයාගෙන කළමනාකරණය කරමු. මෙම සනීපාරක්ෂක පාලන ක් රමය "HACCP පදනම වූ ආහාර සනීපාරක්ෂක පද්ධතිය" ලෙස හැඳින්වේ.

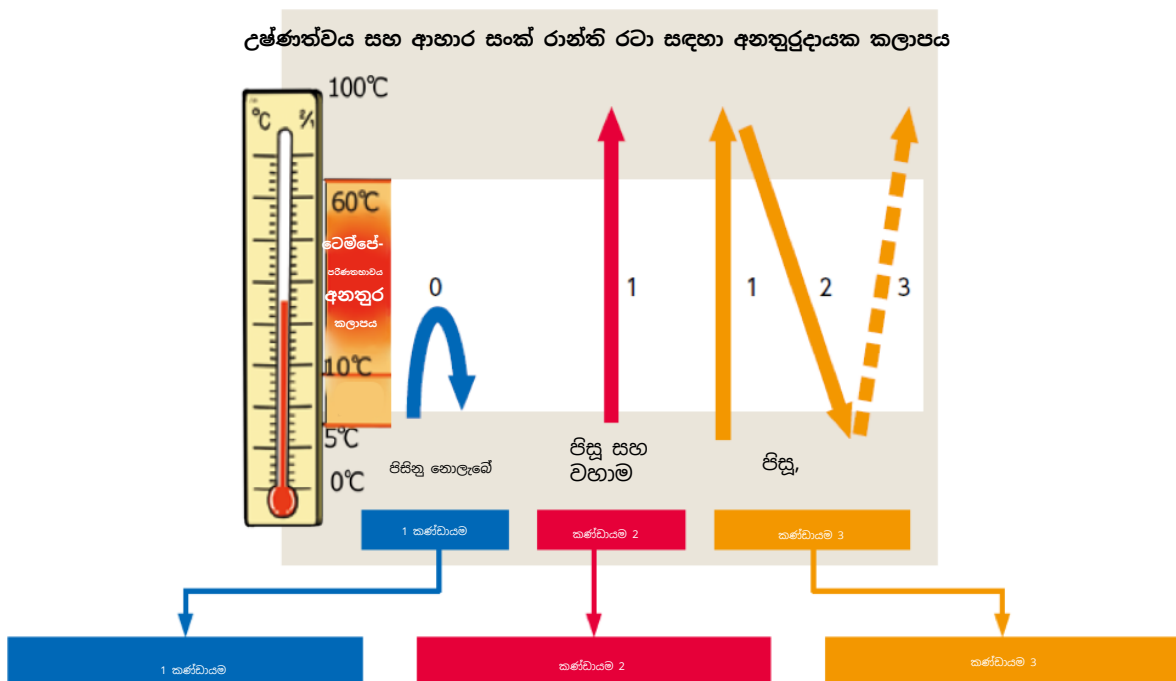
වැඩේ කරන්න	උදාහරණ මෙනුව
1 කාණ්ඩයම "ශීතකරණය කළ ආහාර" (තාප පිරියම් කිරීමකින් තොරව සිසිල්ව සේවය කරන්න)	සමිම්, සීතල ටෝෆු, නැවුම් එළවළු සලාද ආදිය.
කාණ්ඩයම 2 "උණුසුම් කර පිළිගන්නන්" (පිසූ පසු උණුසුම්ව පිරිනමන ශීත කළ ආහාර) (පිසීමෙන් පසු අධික උෂ්ණත්වයක ගබඩා කර ඇති ආහාර)	ස්ටික්, ග්රිල් කළ මාළු, ග්රිල් කළ කුකුල් මස්, හැම්බර්ගර්, තෙමිපරාදු, බැදූ කුකුල් මස්, බත් ආදිය.
කාණ්ඩයම 3 "උණුසුම, ශීතකරණය සහ පසුව නැවත රත් කිරීම හරහා ගමන් කරන ආහාර"	කරි, සුප්, සෝස්, සෝයා/මිරින් පදනම වූ සෝස් (තාරෝ), අර්තාපල් සලාද ආදිය.

* යොමු 2 මෙම කාණ්ඩයමවලට වෙන් කර ඇති කෑම වර්ග (ආහාර) විස්තර කරන නිදර්ශන සපයයි.

2. විවේචනාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍ය

ආහාර උෂ්ණත්ව පරාසය තුළ ඉතිරි වුවහොත් 10°C - 60°C ("අන්තරායකර කලාපය"), එහි ඇති බැක්ටීරියා ඉක්මනින් වනු ඇත ගුණ කරන්න. නමුත් අනතුරුදායක කලාපයේ වුවද බැක්ටීරියාව කෙටි කාලයක් ඉතිරි වුවහොත් මිනිසුන්ට තර්ජනයක් වන තරමට වර්ධනය නොවනු ඇත. අනතුරුදායක කලාපයේ ඇති ඕනෑම ආහාරයක් ඉක්මනින් සිසිල් කිරීම වැනි පියවර ගත යුතුය.

පාලනය ක් රියාත්මක නොකළහොත් හානිකර බැක්ටීරියා ගුණ කළ හැකි මෙවැනි ලක්ෂ්‍යය "විවේචනාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍යය" ලෙස හැඳින්වේ. මෙම තීරණාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍යය උෂ්ණත්වය සහ කාලය මත පාලනය වේ. සහ වෙනම කණ්ඩායම් තුනේ දී සි (ආහාර) එකිනෙකට වෙනස් තීරණාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍යය ඇත. එහි ප්‍රතිඵලයක් වශයෙන්, ඔබ අදාළ වේලාවන් සහ උෂ්ණත්වයන් අදාළ වන පරිදි පාලනය කළ යුතුය.



සම්මි, සීතල ටෝෆු, නැවුම් එළවළු සලාද ආදිය.

ස්වික්, ග්රිල් කළ මාළු, ග්රිල් කළ කුකුල් මස්, හැම්බර්ගර්, තෙමිපරාදු, බැඳපු කුකුල් මස්, සහල් ආදිය

කරි, සුප්, සෝස්, සෝයා/මිරින් පදනම් වූ සෝස් (ටාරෝ), අර්තාපල් සලාද ආදිය.

3. 1 කණ්ඩායම: "ශීතකරණය කළ ආහාර" පාලනය කරන්නේ කෙසේද?

"ශීතකරණය කළ ආහාර" පාලනය කරන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳ උදාහරණ බලමු.(කණ්ඩායම 1)

වයිස් කරන්න	උදාහරණ මෙනුව	පාලන ක්රම (සාමාන්ය උදාහරණ)
1 කණ්ඩායම "ශීතකරණය කළ ආහාර" (තාප පිරිසිදු කිරීමකින් තොරව සිසිල්ව සේවය කරන්න)	සමිම, සීතල ටෝටු, නැවුම් එළවළු සලාද ආදිය	·ඔවුන් ශීතකරණයෙන් පිටතට ගත් වහාම සේවය කරන්න ·ශීතකරණයේ උෂ්ණත්වය ආදිය පාලනය කරන්න.

(I) විශේෂිත පාලන ක්රම

(EG) නැවුම් එළවළු සලාද

(A) පිඟානක් මත තබා පිළිගැන්වීමට පෙර එළවළු හොඳින් සෝදන්න.

(B) ඔබ වහාම ඒවා පිළිගැන්වීමට නොයන්නේ නම්, සෝදාගත් එළවළු ශීතකරණය තුළ තබා ගන්න. ඉන්පසු, ඔබ ඒවා පිළිගැන්වීමට පෙර, ශීතකරණයෙන් සෝදාගත් එළවළු ගෙන, ඒවා පිඟානක් මත තබා ඒවා පිළිගත්වන්න.

(II) ප්රධාන කුරුණු

(A) උණුසුම් නොකළ ආහාර භානිකර බැක්ටීරියා විනාශ කිරීම සඳහා කිසිදු පීසීමේ (උණුසුම්) ක් රියාවලියක් හරහා නොයයි. තවද සමහර විට අමුද් රව් යවල බැක්ටීරියා ආදිය තිබිය හැක. එම නිසා බැක්ටීරියා ප්‍රමාණය අවම කිරීම සඳහා අමුද් රව් ය හොඳින් සේදිය යුතුය. තවද ඉතිරි බැක්ටීරියා වර්ධනය නොවන බව සහතික කිරීම සඳහා අමුද් රව් ය ශීතකරණයක් (අඩු උෂ්ණත්වයකදී) තබා ගන්න.

(ආ) ආහාර 10ට තබා ගැනීම වැදගත්ය°Cඑය සේවය කිරීමට මිනිත්තු 30කට වඩා වැඩි කාලයක් ගත වන්නේ නම් හෝ පහතින්.

උදාහරණයශීත කළ ආහාර



සමිම



සීතල ටෝෆු

4. 2 කණ්ඩායම: "උණුසුම් ලෙස පිසීම සහ සේවය කිරීම" පාලනය කරන්නේ කෙසේද?

"උණුසුම් ආහාර පිසීම සහ සේවය කිරීම" පාලනය කරන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳ උදාහරණ බලමු (කණ්ඩායම 2)

වයස් කණ්ඩායම	උදාහරණ මෙනුව	පාලන ක්රම (සාමාන්ය උදාහරණ)
කණ්ඩායම 2 "උණුසුම් කර පිළිගන්න" (පිසූ පසු උණුසුම්ව පිරිනමන ශීත කළ ආහාර) (පිසීමෙන් පසු අධික උෂ්ණත්වයක ගබඩා කර ඇති ආහාර)	ස්ටික්, ග්රිල් කළ මාළු, ග්රිල් කළ කුකුල් මස්, හැම්බර්ගර්, තෙමිපරාදු, බැදූ කුකුල් මස්, පිසූ බත් ආදිය.	·තාප ශක්තිය ·පෙනුම ·මස් යුෂ වල වර්ණය ·පිසූ වයනය (ප් රත් යාස්ථතාව) ·මූලික උෂ්ණත්වය ආදිය.

(1) විශේෂිත පාලන ක්රම

(A) ආහාරයේ හරය නිසි ලෙස පිස ඇත්දැයි පරීක්ෂා කරන්න. උදාහරණයක් ලෙස, ආහාර කොපමණ වේලාවක් පිස ගත යුතුද සහ කුමන තාපයෙන්ද, එය දිස්විය යුතු ආකාරය (එහි හැඩය සහ වර්ණය) සහ හරය කුමන වර්ණයකින් විය යුතුද යනාදිය ඔබ කලින්ම දැන ගැනීමට වග බලා ගන්න. ඉන්පසු ඔබේ එදිනෙදා ආහාර පිසීමේදී, පරීක්ෂා කරන්න. පෙනුම යනාදිය, එය ප් රමාණවත් ලෙස පිසූ බව සහතික කිරීමට.

(ආ) ඔබ යමක් පිසින සෑම අවස්ථාවකම සටහනක් තැබීමට අවශ්‍ය ය නැත, නමුත් ඔබ දවස අවසානයේදී පිසීමේ ප් රතිඵලය පිළිබඳ වාර්තාවක් තබා ගත යුතුය. එසේම දිනපොතෙහි ඇති ගැටළු පිළිබඳ විස්තර සටහන් කිරීමට වග බලා ගන්න.

(2) ප්රධාන කටයුතු

(A) ආහාරවල අන් යන්තර උෂ්ණත්වය (ආහාරයේ හරයේ මතින් ලබන උෂ්ණත්වය) නියමිත කාල පරාසයන් තුළ පරීක්ෂා කරන්න. ඕනෑම භානිකර බැක්ටීරියා ආදිය විනාශ කිරීමට ප් රමාණවත් තරම් ඉහළ උෂ්ණත්වයකදී ආහාර පිසිනු ලබන්නේද යන්න පරීක්ෂා කිරීම වැදගත් වේ. උදාහරණයක් ලෙස, ඔබ නව කෑමක් පිළියෙළ කර ඇත්නම් මෙය පරීක්ෂා කරන්න.

(B) හරක් මස්, ඌරු මස් සහ කුකුල් මස් වැනි මස් වල භානිකර බැක්ටීරියා අඩංගු විය හැක. එබැවින් එය නිවැරදිව පිසින බවට වග බලා ගන්න.

(C) අපිරිසිදු දෑතින් හෝ භාජනවලින් (පිගන් භාණ්ඩ ඇතුළුව) පිසූ ආහාර (ද්විතියික දූෂණය හරහා) අපවින් ර නොකිරීමට වගබලා ගන්න.

(D) ආහාර 75 ක අන් යන්තර උෂ්ණත්වයකදී පිසූ බව සහතික කර ගැනීමෙන් මස් ආදියෙහි ඇති භානිකර බැක්ටීරියා විනාශ කළ හැක. °C අවම වශයෙන් විනාඩියකට.





ගිරිල් කළ මාළු



ගිරිල් කළ කුකුල් මස්



හැම්බර්ගර්



බැදුනු කුකුල් මස්

5. 3 කණ්ඩායම: "උණුසුම, ශීතකරණය සහ පසුව නැවත රත් කිරීම හරහා යන ආහාර" පාලනය කරන්නේ කෙසේද?

"උණුසුම, ශීතකරණය සහ පසුව නැවත රත් කිරීම හරහා යන ආහාර" පාලනය කරන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳ උදාහරණ බලමු.

වයිස් කරන්න	උදාහරණ මෙනුව	පාලන ක්රම (සාමාන්ය උදාහරණ)
කණ්ඩායම 3 "උණුසුම, ශීතකරණය සහ පසුව නැවත රත් කිරීම හරහා ගමන් කරන ආහාර"	කරි, සුප්, සෝස්, සෝයා / මිරිස් මත පදනම් වේ සෝස් (තාර), අරිතාපල් සලාද ආදිය	· පිසූ වහාම ආහාරය සිසිල් කරන්න · නැවත රත් කරන විට නඟිගත කරන්න (එබැවින් ආහාර බුබුලු වේ). · පෙනුම · මූලික උෂ්ණත්වය ආදිය.

පිසූ, සිසිල් කර නැවත රත් කරන ලද ආහාර සඳහා උදාහරණය



කරි



අල සලාදය

(1) විශේෂිත පාලන ක්රම

(A) ඉහත 2 කාණ්ඩය සඳහා විස්තර කර ඇති පරිදි පිසීමේ (තාපන) ක් රියාවලිය පරීක්ෂා කරන්න.

(B) ආහාර සිසිල් කරන විට, එය 10 හි තැබීමෙන් වැළකී සිටීමට උත්සාහ කරන්න $^{\circ}\text{C}$ -60 $^{\circ}\text{C}$ හැකි තරම් අවදානම් කලාපය. මෙය සිදු කිරීම සඳහා, ඔබ ආහාර පිසීමෙන් පසු කෙලින්ම උෂ්ණත්වය අඩු කළ යුතුය.

(C) උදාහරණයක් ලෙස, ආහාරවල උෂ්ණත්වය වේගයෙන් අඩු කිරීමේ එක් ක් රමයක් නම්, එය කුඩා භාජනවලට බෙදා ශීතකරණයේ තැබීමයි. නැතහොත්, ඔබ සතුව ශීතකාරකයක් තිබේ නම්, උෂ්ණත්වය 10 දක්වා අඩු කිරීමට ආහාර පිසූ පසු එය භාවිතා කරන්න. $^{\circ}\text{C}$ හෝ පහත.

(2) ප්රධාන කුරුණු

පිසූ පසු ආහාර සිසිල් කරන විට, එය 10 තුළ තැබීමෙන් වළකින්න $^{\circ}\text{C}$ -60 $^{\circ}\text{C}$ හැකි තරම් අවදානම් කලාපය.

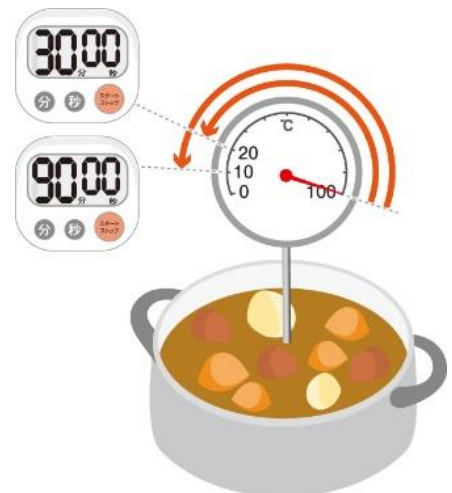
* යොමු (සිසිලන උෂ්ණත්වය සහ වේලාවන්)

ඇමරිකානු FDA ජ් රමිනින් පවසන්නේ එයයි

: ආහාර 21 දක්වා සිසිල් කළ යුතුය $^{\circ}\text{C}$ හෝ පහත පැය 2 ක් ඇතුළත, පසුව 5 දක්වා අඩු කරන්න $^{\circ}\text{C}$ හෝ ඉදිරි පැය හතර ඇතුළත පහතින්

ජපානයේ කාර්යාල/පාසල් ආපනශාලාවල භාවිතා වන “මහා පරිමාණ ආපනශාලාවල සනීපාරක්ෂක පාලන අත්පොත” මෙසේ සඳහන් කරයි.

: ආහාර 20 දක්වා සිසිල් කර ඇති බව සහතික කිරීම සඳහා ක්රියාවලීන් තිබිය යුතුය $^{\circ}\text{C}$ හෝ විනාඩි 30 ක් ඇතුළත, පසුව 10 දක්වා අඩු කරන්න $^{\circ}\text{C}$ හෝ ඊළඟ පැය ඇතුළත පහතින්.



6. අනෙකුත් විවේචනාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍ය

පහත සඳහන් අමුද්‍රව්‍ය යෙහි භානිකර බැක්ටීරියා ආදිය තිබිය හැක. එබැවින් පහත සඳහන් පූර්වාරක්ෂාවන් ගත යුතුය.

(1) බැක්ටීරියා ආදියට එරෙහිව පූර්වාරක්ෂාව.

(A) කුකුළු බිත්තර

බිත්තර 70 ක අභ්යන්තර උෂ්ණත්වයකින් පිසීමට අවශ්‍ය වේද අවම වශයෙන් විනාඩියකට. එය සටහන් කර ගන්න ඉක්මනින් පරිභෝජනය කළ යුතු (ඒවා ඉරිතලා කාන්දු නොවන බව උපකල්පනය කරමින්) අමු පරිභෝජනය සඳහා ඔවුන්ගේ "හොඳම" දිනය තුළ බිත්තර ඇතුළත් නොවේ.

(B) මුහුදු ආහාර

මුහුදු ආහාර අමුටෙන් අනුභව කරන්නේ නම් (සෂිම ආදී වශයෙන්) එය මිරිදිය (නල ජලය ආදිය) හොඳින් සේදිය යුතුය. එසේම, දූෂණය වීමේ අවදානමක් ඇති ඕනෑම දෙයක් ඉවත් කරන්න.

(C) එළඳෙනගේ අක්මාව සහ ඌරන්ගේ අක්මාව

මේ දෙකෙන් එකක්වත් අමුටෙන් ආහාරයට නොගත යුතුය. ආහාරයට ගන්නේ නම්, ඒවා 75 ක අභ්යන්තර උෂ්ණත්වයකින් පිසීමට අවශ්‍ය වේද අවම වශයෙන් විනාඩියකට.

(2) වෙනත්

(A) විදේශීය වස්තූන්

ලෝහ වැනි දෘඩ විදේශීය වස්තූන් ඒවා අනුභව කරන ඕනෑම කෙනෙකුට තුවාල කළ හැකිය. ඔවුන් තුවාලයක් සිදු නොකළත්, ආහාරවල ඇති විදේශීය වස්තූන් නීතිමය හිමිකම් පෑමට හේතු විය හැක. අමුද්‍රව්‍ය යවල ආගන්තුක ද්‍රව්‍ය ය නොමැති බවත්, ඒවා පිළියෙළ කරන අතරතුර ආහාරවලට ඇතුළු නොවන බවත් පරීක්ෂා කිරීම සැමවිටම වැදගත් වේ. තවද, ආහාරවලට විදේශීය වස්තූන් ඇතුළු නොවන බව සහතික කිරීම සඳහා මුද්‍රාතැන්ගෙය පිළිවෙලට හා හොඳින් සංවිධානය කර තබා ගැනීම වැදගත්ය.

<විදේශීය වස්තු වර්ග>

•දෘඩ විදේශීය වස්තූන්

: ලෝහ කැබලි, ප්ලාස්ටික් කැබලි, වීදුරු කැබලි සහ ගල් ආදිය.



•මෘදු විදේශීය වස්තූන්

: හිසකෙස්, කඩදාසි කැබලි, වයනයලි ප්ලාස්ටික්, කෘමීන් ආදිය.



* ගනුදෙනුකරුවන්ට අසනීපයක් ඇති කරන විදේශීය වස්තූන් (කෘමීන් වැනි) "අප් රසන්න විදේශීය වස්තූන්" ලෙසද හැඳින්වේ.

(B) Anisakis (පරපෝෂිතයා)

මැකරල්, සාඩින්, ස්කිප් ජැක් ධූනා, සැමන්, දැල්ලන්, සෝරි සහ කොස් මැකරල් වැනි මුහුදු ආහාර අනිසාකිස් වලට ආසාදනය කළ හැකිය. Anisakis ආසාදිත මුහුදු ආහාර අනුභව කළහොත්, එය දරුණු බඩේ කැක්කුම සමඟ ආහාර විෂවීමක් ඇති කරයි. Anisakis ආහාර විෂ වීම වැළැක්වීම සඳහා පහත සඳහන් පූර්වාරක්ෂාවන් ගත යුතුය.

•නැවුම් මාළු තෝරා වහාම එය ගිල දමන්න.

•Anisakis පරපෝෂිතයා පියවි ඇසින් දැකිය හැකි තරම් විශාලයි. එබැවින්, මාළු තුළ ඇනිසාකිස් පරපෝෂිතයන් නොමැති බව තහවුරු කර ගැනීම සඳහා දෘශ්‍ය පරීක්ෂණයක් කරන්න.

•Anisakis අභ්යන්තර අවයවවල පිවත් වේ. අභ්යන්තර මාළු අවයව අමු ලෙස සේවය නොකරන්න.

•මාළු අවම වශයෙන් පැය 24 ක් ශීතකරණයේ තබන්න-20°C හෝ පහත. නැතහොත් අවම වශයෙන් විනාඩි 1 ක් 60 ට උසුන්න°C, හෝ 70 ක උෂ්ණත්වයකදී°C හෝ ඉහත.

7. සනීපාරක්ෂක පාලන පිළිබඳ වාර්තාවක් තබා ගැනීම

පරීක්ෂා කර ඇති සනීපාරක්ෂක පාලන පිළිබඳ වාර්තාවක් තබා ගන්න. ඔබ වාර්තාවක් තබා ගන්නේ නම්, සනීපාරක්ෂාව පාලනය කිරීම නිසි ලෙස සිදු කරන බව සහතික කිරීම සඳහා චෙක්පත් සිදු කළ හැකිය. එහි පහත ප් රතිලාභ ද ඇත.

(1) එය සනීපාරක්ෂක පාලන ස්ථාන පැහැදිලි කරයි. තවද මෙය ආහාර විෂ වීම වැළැක්වීමට උපකාරී වේ.

(2) කිසියම් ගැටළුවක් ඇති වුවහොත් සනීපාරක්ෂාව පාලනය නිසි ලෙස සිදු කර ඇති බවට එය සාක්ෂි සපයයි.

(3) ඔබේ අවන්හලට නිසි සනීපාරක්ෂාව පාලනයක් ඇති බව ඔබට විශ්වාසයෙන් යුතුව ඔබේ සෞඛ්‍යය මඟින් යථාතත්වයට සහ ඔබේ ගනුදෙනුකරුවන්ට පැවසිය හැක.

(4) ඔබට වැඩි කටයුතුවල වැඩිදියුණු කිරීම් දැකිය හැකිය.

යොමු 3 සාමාන්‍ය ය ආකෘතියක් සහ සාමාන්‍ය ය අවන්හලක සනීපාරක්ෂක පාලන සැලැස්මක භාවිතා කරන උදාහරණ ඇතුළත් කිරීම් පෙන්වයි.

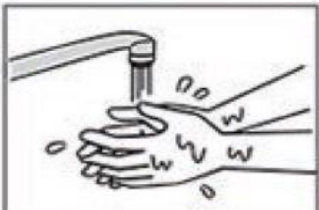
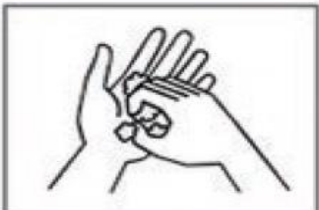
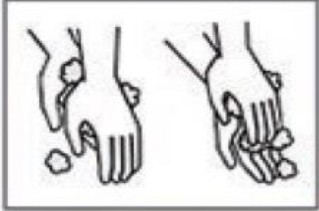
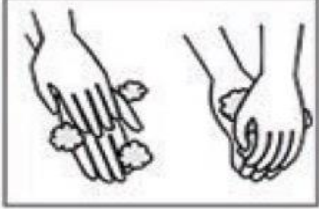
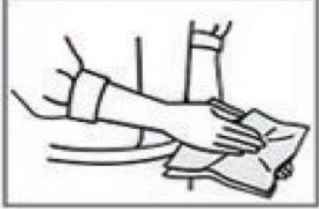
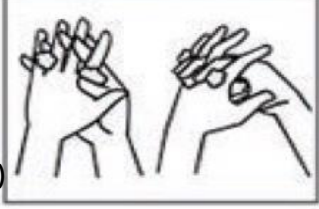
යොමු 4 සාමාන්‍ය ය ආකෘතියක් සහ සාමාන්‍ය ය අවන්හලක සනීපාරක්ෂක පාලන වාර්තාවක භාවිතා කරන උදාහරණ ඇතුළත් කිරීම් පෙන්වයි.

IV.යොමු කිරීම

■ යොමුව 1: ජපාන ආහාර සනීපාරක්ෂක සංගමය විසින් නිර්දේශිත සනීපාරක්ෂක අත් සේදීමේ තාක්ෂණය

ජපාන ආහාර සනීපාරක්ෂක සංගමය විසින් නිර්දේශ කරන ලද සනීපාරක්ෂක අත් සේදීමේ තාක්ෂණය

- මූලික අත් සේදීමේ ක්රියා පටිපාටි -

1 ඔබේ සෝදන්න අත් යට ගලායන ජලය 	7 ඔබේ සෝදන්න ඇඟිලි තුඩු 
2 ගන්න තුළ ඩිටර්ජන්ට් ඔයාගෙ අත 	8 ඔබේ සෝදන්න මැණික් කටුව 
3 ඔබේ අත්ල සෝදන්න සහ ඔබේ ඇඟිලි ඉදිරිපස 	9 සෝදා හරින්න සමග ඩිටර්ජන්ට් ඕනෑ තරම් ගලායන ජලය 
4 ඔබේ අත් පිටුපස සෝදන්න සහ ඔබේ පිටුපස 	10 ඔබේ අත් පිස දමන්න වියළි (ඒකාබද්ධ අරමුණු සඳහා ක්‍රමය සාවිතා නොකරන්න) 
5 ඔබේ අතර සම සෝදන්න ඇඟිලි (පැත්තේ) සහ පහළ (පාදම) 	11 සමඟ විෂබීජනාශක කරන්න මත්පැන් වසඳුම (එය කෙලින්ම නියමානු වල පාදයට සහ නියමානු වටා තබා, පසුව එය සියල්ලටම හොඳින් අඟුල්ලන්න. ඇඟිල්ල) 
6 ඔබේ සෝදන්න මාපට ඇඟිලි සහ ඔබේ පදනම මාපටැඟිලි 	ඔබේ අත් දෙවරක් සේදීම හොඳම ප්රතිඵල ලබා දෙයි! (ඉහත පියවර 2-9 නැවත කරන්න) බැක්ටීරියා හෝ වෛරස් සෝදා ගැනීමට දෙවරක් සෝදන්න.

■ යොමු 2: කණ්ඩායම් වලට වෙන් කරන ලද ආහාර සඳහා උදාහරණ

- 1 කණ්ඩායම: "උණුසුම් නොකළ ආහාර"
- 2 කණ්ඩායම: "උණුසුම් කරන ලද ආහාර"
- 3 කණ්ඩායම: "පිසූ, සිසිල් කළ, පසුව නැවත රන් කරන ලද ආහාර"



මූලාශ්‍ර රය: සෞඛ්‍ය, කම්කරු හා සුබසාධන අමාත්‍යාංශය විසින් ප්‍රකාශයට පත් කරන ලද "HACCP සංකල්ප (ආපනශාලා සඳහා මාර්ගෝපදේශයක්) ඇතුළත් ආහාර සනීපාරක්ෂාව පාලනය පිළිබඳ අත්පොත"

■ යොමු 3: සාමාන්‍ය අවන්හලක භාවිතා වන සනීපාරක්ෂක පාලන සැලසුම් (ආකෘතිය සහ විස්තර සඳහා උදාහරණයක්)

සාමාන්‍ය සනීපාරක්ෂක පාලන ස්ථාන (යොමු ආකෘතිය)

සාමාන්‍ය සනීපාරක්ෂක පාලන ස්ථාන		
(මම)	කවදාදී පරීක්ෂා කරයි භාරදීම අමු අමුද්දරවේය	කවදා ද අමුද්ද රව් ය බෙදා හරින විට / වෙනත් ()
		කෙසේද
		ඕනෑම ගැටළු
(II)	පරීක්ෂා කරයි අත්යන්තර උෂ්ණත්වයන් (තුල ශීතකරණ/ශීතකරණ)	කවදා ද ඒ යාපාරය ආරම්භ කිරීමට පෙර / වැඩ කරන වේලාවන් තුළ / ඒ යාපාරය අවසන් වූ පසු / වෙනත් ()
		කෙසේද
		ඕනෑම ගැටළු
(III)-1	වැළැක්වීම හරස් දූෂණය වීම සහ ද්විතියික දූෂණය වීම	කවදා ද ඒ යාපාරය ආරම්භ කිරීමට පෙර / වැඩ කරන වේලාවන් තුළ / ඒ යාපාරය අවසන් වූ පසු / වෙනත් ()
		කෙසේද
		ඕනෑම ගැටළු
(III)-2	පිරිසිදු කිරීම, විෂබීජ නාශක සහ විෂබීජහරණය ඉවුම් පිහුම් උපකරණ ආදිය	කවදා ද අමුද්ද රව් ය / වෙනත් බෙදා හැරීමේ වේලාව ()
		කෙසේද
		ඕනෑම ගැටළු
(III)-3	පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජ නාශක වැසිකළී	කවදා ද ඒ යාපාරය ආරම්භ කිරීමට පෙර / වැඩ කරන වේලාවන් තුළ / ඒ යාපාරය අවසන් වූ පසු / වෙනත් ()
		කෙසේද
		ඕනෑම ගැටළු
(IV)-1	සේවක සෞඛ්‍ය කළමනාකරණය ආදිය	කවදා ද ඒ යාපාරය ආරම්භ කිරීමට පෙර / වැඩ කරන වේලාවන් තුළ / ඒ යාපාරය අවසන් වූ පසු / වෙනත් ()
		කෙසේද
		ඕනෑම ගැටළු
(IV)-2	ක්රියාත්මක කිරීම අත් සේදීම	කවදා ද වැසිකිළියට ගිය පසු, මුළුතැන්ගෙයට ඇතුළු වීමට පෙර, කෑම දීමට පෙර, වැඩ විස්තර වෙනස් කිරීමේදී, අමු මස් හෝ මාළු ආදිය හැසිරවීමෙන් පසු, මුදල් හැසිරවීමෙන් පසු, පිරිසිදු කිරීමෙන් පසු, අනික් ()
		කෙසේද
		ඕනෑම ගැටළු

මූලාශ්‍ර රය: ජපාන ආහාර සනීපාරක්ෂක සංගමය විසින් ප්‍රකාශයට පත් කරන ලද "HACCP සංකල්ප ඇතුළත් සනීපාරක්ෂක පාලන පිළිබඳ අත්පොත"

සාමාන්‍ය සනීපාරක්ෂක පාලන ස්ථාන (සාමාන්‍ය වස්තූන්)

සාමාන්‍ය සනීපාරක්ෂක පාලන ස්ථාන		
(මම)	සාමාන්‍ය පරීක්ෂා කරයි හාර්ඩ්වේය අමු අමුද්‍රව්‍ය	කඩදාසි ද <u>අමුද්‍රව්‍ය රටේ ය බෙදා හරින විට / වෙනත් ()</u>
		කෙසේද පෙනුම, සුවඳ, ඇසුරුම්වල තත්ත්වය සහ ලේබල පරීක්ෂා කරන්න (කල් ඉකුත්වන දිනය සහ ගබඩා කිරීමේ ක්‍රමය සඳහා)
		ඕනෑම ගැටළු ආපසු, හුවමාරු
(II)	පරීක්ෂා කරයි අත්පත්කර උෂ්ණත්වයන් (තූල ශීතකරණ/ශීතකරණ)	කඩදාසි ද <u>වි යාපාරය ආරම්භ කිරීමට පෙර / වැඩ කරන වේලාවන් තුළ / වි යාපාරය අවසන් වූ පසු / වෙනත් ()</u>
		කෙසේද උෂ්ණත්වමානය අභ්‍යන්තර උෂ්ණත්වයන් පරීක්ෂා කරයි (10°C හෝ ශීතකරණවල අඩු, -15°C හෝ අඩු ශීතකරණයේ)
		ඕනෑම ගැටළු අසාමාන්‍යතාවයට හේතුව පරීක්ෂා කරන්න, උෂ්ණත්ව සැකසුම නැවත සකස්න්න/හෝ බිඳවැටීමකදී අලුත්වැඩියාවක් ඉල්ලා සිටින්න අමුද්‍රව්‍යවල තත්ත්වය අනුව ඒවා භාවිතා නොකරන්න, නැතහොත් සේවය කිරීමට පෙර ඒවා උයන්න.
(III)-1	වැළැක්වීම හරස් දූෂණය වීම සහ ද්විතියික දූෂණය වීම	කඩදාසි ද <u>වි යාපාරය ආරම්භ කිරීමට පෙර / වැඩ කරන වේලාවන් තුළ / වි යාපාරය අවසන් වූ පසු / වෙනත් ()</u>
		කෙසේද ශීතකරණය තුළ දේවල් ගබඩා කර ඇති ආකාරය පරීක්ෂා කරන්න කපන පුවරු, පිහි වැනි උපකරණ භාවිතය වෙන වෙනම තබා ගන්න. භාවිතා කිරීමෙන් පසු දේවල් පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කර ඇති බවට වග බලා ගන්න.
		ඕනෑම ගැටළු ඩිටර්ජන්ට් භාවිතයෙන් නැවත සෝදා විෂබීජහරණය කරන්න
(III)-2	පිරිසිදු කිරීම, විෂබීජ නාශක සහ විෂබීජහරණය ඉවුල් පිහුල් උපකරණ ආදිය	කඩදාසි ද <u>වි යාපාරය ආරම්භ කිරීමට පෙර / වැඩ කරන වේලාවන් තුළ / වි යාපාරය අවසන් වූ පසු / වෙනත් ()</u>
		කෙසේද කුස්සියට උපකරණ භාවිතා කරන සෑම අවස්ථාවකම කපන පුවරු සහ කුස්සියට උපකරණ පිහි ආදිය සෝදා විෂබීජහරණය කරන්න.
		ඕනෑම ගැටළු ඩිටර්ජන්ට් භාවිතයෙන් නැවත සෝදා විෂබීජහරණය කරන්න
(III)-3	පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජ නාශක වැසිකිළි	කඩදාසි ද <u>වි යාපාරය ආරම්භ කිරීමට පෙර / වැඩ කරන වේලාවන් තුළ / වි යාපාරය අවසන් වූ පසු / වෙනත් ()</u>
		කෙසේද වැසිකිළි පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කරන්න වැසිකිළි ආසනය, ෆ්ලෂ් හසුරුව සහ දොර බොත්තම් ආදිය කෙරෙහි විශේෂ අවධානයක් යොමු කරන්න.
		ඕනෑම ගැටළු ඩිටර්ජන්ට් භාවිතයෙන් නැවත සෝදා විෂබීජහරණය කරන්න
(IV)-1	සේවක සෞඛ්‍ය කළමනාකරණය ආදිය	කඩදාසි ද <u>වි යාපාරය ආරම්භ කිරීමට පෙර / වැඩ කරන වේලාවන් තුළ / වෙනත් ()</u>
		කෙසේද සේවකයින්ගේ ශාරීරික තත්ත්වය, ඔවුන්ගේ අත්වල කිසියම් කැපුමක් තිබේද, ඔවුන් ඇඳගෙන සිටින දේ ආදිය පරීක්ෂා කරන්න.
		ඕනෑම ගැටළු සේවකයෙකුට උදරාබාධයක රෝග ලක්ෂණ ඇත්නම් ආහාර පිළියෙළ කිරීමට ඉඩ නොදෙන්න. ඕනෑම කැපුමක් මත වෙළුම් පටියක් දමා අත්වල යම් කැපුම් ඇත්නම් අත්වැසුම් පළඳින්න. අපිරිසිදු වූ ඕනෑම වැඩ ඇඳුම් මාරු කරන්න
(IV)-2	ක්රියාත්මක කිරීම අත් සේදීම	කඩදාසි ද <u>වැසිකිළියට ගිය පසු, මුළුතැන්ගෙයට ඇතුළු වීමට පෙර, කෑම දීමට පෙර, අමු මස් හෝ මාළු ආදිය හැසිරවීමෙන් පසු, වැඩ වස්තූන් වෙනස් කිරීමේදී, මුදල් හැසිරවීමෙන් පසු, පිරිසිදු කිරීමෙන් පසු, අනිත් ()</u>
		කෙසේද ක්රියා පටිපාටියට අනුව අත් සෝදන්න
		ඕනෑම ගැටළු ක්රියා පටිපාටියට අනුව නැවත අත් සේදීම

මූලාශ්‍රය: ජපාන ආහාර සනීපාරක්ෂක සංගමය විසින් ජ රකාශයට පත් කරන ලද "HACCP සංකල්ප ඇතුළත් සනීපාරක්ෂක පාලන පිළිබඳ අත්පොත"

තීරණාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍ය (යොමු ආකෘතිය)

(V) තීරණාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍ය		
වර්ගය	කාල වර්ග	පරීක්ෂා කිරීමේ ක්‍රමය
නොපිසූ ආහාර (ශීතකරණය කළ නිෂ්පාදන වේ සීතල සේවය කර ඇත)		
පිසූ ආහාර (ශීතකරණය කළ නිෂ්පාදන වේ රත් කර සේවය කර ඇත උණුසුම්)		
(ඒවා ආහාර පිසීම ලද සහ පසුව උණුසුම් ස්වයංක්‍රීය කළා ඇත උෂ්ණත්වය)		
ඇති ආහාර පිසූ, සිසිල් පහළට සහ පසුව කැටය රත් කර ඇත		
(එනම් ආහාර ඔවුන් පසු සිසිල් පිසූ)		

මූලාශ්‍රය: ජපාන ආහාර සනීපාරක්ෂක සංගමය විසින් ජ්‍යෙෂ්ඨ රකාශයට පත් කරන ලද "HACCP සංකල්ප ඇතුළත් සනීපාරක්ෂක පාලන පිළිබඳ අත්පොත"

තීරණාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍ය (සාමාන්‍ය වීක්ෂණය)

(V) තීරණාත්මක පාලන ලක්ෂ්‍ය		
වර්ගය	සාමාන්‍ය කෘම වර්ග	පරීක්ෂා කිරීමේ ක්‍රමය
නොපිසූ ආහාර (ශීතකරණය කළ නිෂ්පාදන වේ සීමාසහිත සේවය කර ඇත)	සම්මි, සීතල ටෝප්,	ඔවුන් ශීතකරණයෙන් පිටතට ගත් වහාම සේවය කරන්න
පිසූ ආහාර (ශීතකරණය කළ නිෂ්පාදන බව රත් කර ඇත සහ උණුසුම් සේවය කරන ලදී)	හැම්බර්ගර් ගරිල් කළ මාළු බැදූ කුකුල් මස්	නිතිපතා උෂ්ණත්වය මැනීම සහ තාපය කෙතරම් ශක්තිමත්ද, තෙල්වල උෂ්ණත්වය, පිසීමේ වේලාවන්, මස් යුෂ සහ පිසීමේ පෙනුම ආදිය පරීක්ෂා කරන්න.
(ඒවා ආහාර පිසීම ලද සහ පසුව උණුසුම් සේවය කරන ලදී උෂ්ණත්වය)	බැදූ කුකුල් මස්, පිසූ බත්	නිතිපතා උෂ්ණත්වය මැනීම
ඇති ආහාර පිසූ, සිසිල් පහළට සහ පසුව සෞඛ්‍ය රත් කර ඇත	කරි	ඉක්මනින් සිසිල් වී ආහාර නිසි ලෙස රත් කර ඇති බවට වග බලා ගන්න (සෑම විටම උෂ්ණත්වය මැන බලන්න)
(එනම් ආහාර ඔවුන් පසු සිසිල් පිසූ)	අල සලාදය	

මූලාශ්‍රය: ජපාන ආහාර සනීපාරක්ෂක සංගමය විසින් ජ්‍යෙෂ්ඨ රකාශයට පත් කරන ලද "HACCP සංකල්ප ඇතුළත් සනීපාරක්ෂක පාලන පිළිබඳ අත්පොත"

[illegible]

මූලාශ්‍රය: ජපාන ආහාර සනීපාරක්ෂක සංගමය විසින් ජ්‍යෙෂ්ඨ රකාශයට පත් කරන ලද "HACCP සංකල්ප ඇතුළත් සනීපාරක්ෂක පාලන පිළිබඳ අත්පොත"

< පසු වදන >

"සනීපාරක්ෂාව පාලනය" පිළිබඳ මෙම තොරතුරු ජපන් ආහාර සනීපාරක්ෂක සංගමය විසින් ජ්‍යෙෂ්ඨ රකාශයට පත් කරන ලද "HACCP පදනම් වූ ආහාර සනීපාරක්ෂක පද්ධතිය (කුඩා ආපනශාලා වී යාපාර සඳහා)" පිළිබඳ අත්පොත වෙත යොමු වන අතර එය ජපන් නොවන අයට පහසුවෙන් තේරුම් ගත හැකි පරිදි නිර්මාණය කර ඇත. මීට අමතරව, සෞඛ්‍ය, කම්කරු සහ සුබසාධන අමාත්‍යාංශය විසින් ජ්‍යෙෂ්ඨ රකාශයට පත් කරන ලද "HACCP සංකල්ප (ආපනශාලා සඳහා මාර්ගෝපදේශයක්) ඇතුළත් ආහාර සනීපාරක්ෂක පාලන පිළිබඳ අත්පොත" මගින් මෙම ද්‍රව්‍ය යථේ භාවිතා කර ඇති නිදර්ශන ලබාගෙන ඇත.

ආපනශාලා සමාගම්, ආපනශාලා සංගම් සහ අධ්‍යයන පසුබිමක් ඇති දායකයින් සියල්ලෝම ජපාන ආහාර සේවා සංගමය විසින් එකතු කරන ලද "සනීපාරක්ෂක පාලන" පිළිබඳ මෙම ද්‍රව්‍ය ය නිර්මාණය කිරීමට උපකාරී වී ඇත.

ඒ වගේම නැවත වරක් අපි ද්‍රව්‍ය ය නිර්මාණය කිරීමට උදව් කළ සෑමට අපගේ ස්තූතිය පුද කිරීමට කැමැත්තෙමු.

2019 මාර්තු

ජපාන ආහාර සේවා සංගමය

< සැලකිය යුතු කටයුතු >

■ කතෘහිමිකම

·"ආහාර සේවා කර්මාන්තය සඳහා නිපුණතා ඇගයුම් පරීක්ෂණය සඳහා අධ්‍යයන ද්‍රව්‍යය" සඳහා ජ්‍යෙෂ්ඨ රකාශන හිමිකම ජපාන ආහාර සේවා සංගමයට අයත් වේ (මෙතැන් සිට "සංගමය").

මෙම ද්‍රව්‍යය භාවිතා කරන විට, තෙවන පාර්ශ්වයකට හිමිකම් ඇති ඕනෑම අන්තර්ගතයක් තහවුරු කිරීම පරිශීලකයාගේ වගකීම වේ. තෙවන පාර්ශ්වයට හිමිකම් ඇති බව (සෘජුව හෝ වක්‍රව) දැක්වීමට හෝ යෝජනා කිරීමට, තෙවන පාර්ශ්වයේ අවසරය ඇතිව, එවැනි ඕනෑම අන්තර්ගතයක් මූලාශ්‍රයේ උපුටා දැක්වීම හෝ වෙනත් ආකාරයකින් සඳහන් කර ඇති බව සලකන්න.

■ සබැඳි

·සබැඳියක් සැකසීමේදී ඔබට අපගේ අවසරය අවශ්‍ය ය නොවේ, නමුත් කටයුතුකර එම සබැඳිය "ජපාන ආහාර සේවා සංගමයේ වෙබ් අඩවියට" බව පැහැදිලිව සඳහන් කරන්න.

■ මූලාශ්‍රය රයක් ලෙස උපුටා ගැනීම

·ඔබ මෙම ද්‍රව්‍යයේ අන්තර්ගතය භාවිතා කරන්නේ නම්, කටයුතුකර එය මූලාශ්‍රය රයක් ලෙස උපුටා දක්වන්න.

·ඔබ මෙම ද්‍රව්‍යයේ අන්තර්ගතය සංස්කරණය කරන්නේ නම් හෝ සකසන්නේ නම්, කටයුතුකර එය මූලාශ්‍රය රයක් ලෙස උපුටා දැක්වීමට අමතරව (ඉහත විස්තර කර ඇති පරිදි) කටයුතු පිළිගන්න. තවද ඔබ විසින් සංස්කරණය කරන ලද හෝ සකසන ලද කිසිදු තොරතුරක් සංගමය විසින් නිර්මාණය කරන ලද බව හඟවන ආකෘතියකින් ජ්‍යෙෂ්ඨ රකාශන කිරීම හෝ භාවිතා කිරීම නොකළ යුතුය.

■ වියාචන

·මෙම ද්‍රව්‍යයේ අන්තර්ගතය (මෙම ද්‍රව්‍යයේ අන්තර්ගතය මත පදනම් වූ කිසියම් සංස්කරණය කරන ලද හෝ සැකසූ තොරතුරු භාවිතා කිරීම ඇතුළුව) භාවිතා කරන විට පරිශීලකයා විසින් ගනු ලබන කිසිදු ක්‍රියාවකට සංගමය වගකිව යුතු නොවේ.

·මෙම ද්‍රව්‍යයේ අන්තර්ගතය දැනුම්දීමකින් තොරව වෙනස් කිරීමට, මාරු කිරීමට හෝ ඉවත් කිරීමට හැකිය.