New Zealand Food Safety
Ministry for Primary Industries
Manatū Ahu Matua

គំរូបែបបទផែនការគ្រប់គ្រងអាហារ
កិច្ចការងាយៗ ដើម្បីសុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យ

លោកអ្នកអាចប្រើបែបបទគំរូនេះ ប្រសិនបើលោកអ្នកជា ៖

- ក្រុមហ៊ុនអាជីវកម្មមលក់រាយចំណីអហារ ដែលរៀបចំ ឬធ្វើ និងលក់ចំណីអាហារ - ដូចជាហាងលក់សាច់, ហាងលក់ត្រី, ហាងលក់នំ (លក់រាយ) ហាងលក់មួបចំអិនស្រាប់ ឬផ្សារទំនើប
- ក្រុមហ៊ុនអាជីវកម្មផ្នែកសេវាកម្មអាហារ ដូចជាភោជនីយដ្ឋាន, ហាងបាយតូចតាច, ហាងលក់អាហារសម្រាប់ខ្ចប់ទៅបរិភោគខាងក្រៅ ឬក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់អាហារនៅក្នុង ឬក្រៅហាង
- អ្នកបើកមជ្ឈមណ្ឌលថែទាំ រួមមានមន្ទីរពេទ្យ, មន្ទីពេទ្យមើលថែអ្នកជំងឺក្នុងដំណាក់កាលចុងក្រោយ, មណ្ឌលថែទាំមនុស្សចាស់, ពន្ធនាគារ និងគ្រឹស្ថានអប់រំនានា

នេះជាឯកសារផ្នែកច្បាប់
លោកអ្នកមិនត្រូវបន្ថែមនិតិវិធីផ្សេងទៀតចូលក្នុងផែនការនេះទេ

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government

S39-00004

ខួបនៃថ្ងៃ

បែបបទគំរូ គឺផ្អែកលើសកម្មភាពដែលកើតឡើងក្នុងអំឡុងពេលថ្ងៃធ្វើការចាប់ពីពេលបើករហូតដល់ពេលបិទហាង។ ដ្យាក្រាមខាងក្រោមតំណាងឱ្យសកម្មភាពនេះ។



មាតិកា

ប័ណ្ណពណ៌ខៀវចាស់ ៖ ការរៀបចំដំឡើង

02 ខួបនៃថ្ងៃ

05 សេចក្តីណែនាំ

07 ព័ត៌មានលម្អិតស្តីពីអាជីវកម្ម

11 គម្រោងអាជីវកម្ម

14 ការយល់ដឹង និងការគ្រប់គ្រងហានិភ័យពីសកម្មភាពដែលកើតឡើងនៅក្បែរកន្លែងផលិតអាហាររបស់អ្នក

15 ការទទួលខុសត្រូវ

20 ការពិនិត្យមើលថាផែនការមានដំណើរការល្អ

24 ការបណ្តុះបណ្តាល និងសមត្ថភាព

27 ការគ្រប់គ្រងទីកន្លែង និងឧបករណ៍

30 ការគ្រប់គ្រងការផ្គត់ផ្គង់ទឹកដែលផ្តល់ដោយអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាតដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណ

32 ការគ្រប់គ្រងការផ្គត់ផ្គង់ទឹកដោយខ្លួនឯង

ប័ណ្ណពណ៌ខៀវ ៖ ការចាប់ផ្តើម

36 ការគ្រប់គ្រងអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន និងសុខភាព

41 ការពិនិត្យរកមើលសត្វចម្លងមេរោគ

ប័ណ្ណពណ៌បៃតង៖ ការរៀបចំ

43 ការរៀបចំអាហារឲ្យមានសុវត្ថិភាព

46 ការដាក់អាហារឲ្យនៅដាច់ពីគ្នា

49 រកប្រភព ទទួល និងរក្សាទុកអាហារ

54 រក្សាអាហារឲ្យត្រជាក់

ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម ៖ ការធ្វើ + ការចម្អិនអាហារ

57 អាហារដែលចម្អិនយ៉ាងហ្មត់ចត់

59 ការចម្អិនបសុបក្សី សាច់ចៀម និងថ្លើម

62 ការបញ្ជាក់ពីវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើមានប្រសិទ្ធភាពរាល់ពេល

65 ការកំដៅអាហារឡើងវិញ

67 ការធ្វើឲ្យអាហារដែលចម្អិនថ្មីៗ ឲ្យត្រជាក់

71 ការរំលាយទឹកកកពីអាហារ

73 ការប្រើប្រាស់សកម្មភាពទឹកដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ

77 ការប្រើប្រាស់អាស៊ីត ដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ

80 ការប្រើផ្សែងក្តៅ ដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ

មាតិកា

ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច ៖ ការបម្រើ + ការលក់

84 ការរក្សាអាហារឲ្យក្តៅជាប់ជានិច្ច

86 ការដឹកជញ្ជូនអាហារ

89 ការដាក់តាំងអាហារ និងអតិថិជនបម្រើដោយខ្លួនឯង

92 ដឹងពីអ្វីដែលមាននៅក្នុងអាហាររបស់អ្នក

95 ការវេចខ្ចប់ និងដាក់ស្លាកអាហាររបស់អ្នក

99 ការលក់អាហារទៅឲ្យអាជីវកម្មផ្សេង

ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយ ៖ ការបិទហាង

102 ការសម្អាត និងការបិទហាង

105 ការថែទាំឧបករណ៍ប្រើប្រាស់និងហាង

ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម ៖ ការដោះស្រាយបញ្ហា

109 ពេលមានកំហុសកើតឡើង

111 ការដោះស្រាយបណ្តឹងរបស់អតិថិជន

113 ការតាមដានអាហាររបស់អ្នក

116 ការប្រមូលអាហាររបស់អ្នកមកវិញ

ប័ណ្ណពណ៌ទឹកសមុទ្រ ៖ អ្នកឯកទេស

120 ការធ្វើស៊ូស៊ី

125 ការធ្វើទាខ្វៃតាមរបៀបចិន

127 ការធ្វើកេបាបសាច់ចៀម (Doner Kebabs)

129 ការចម្អិនដែលប្រើវិធីចម្អិនដោយដាក់អាហារក្នុងស្បោងគ្មានខ្យល់ ហើយចម្អិនក្នុងឆ្នាំងមានទឹកទៅតាមសីតុណ្ហភាពត្រូវការ (sous vide)

135 ការរៀបចំសាច់ក្រហមសម្រាប់កិនឲ្យម៉ត់ និងការបម្រើសាច់ស្ទើរឆ្អិន ឬឆៅ

សេចក្តីណែនាំ

នេះគឺជាផែនការរបស់អ្នក ដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវតែអាន, ធ្វើតាម និងអនុវត្ត ដើម្បីធានាថា អ្នកធ្វើ និងលក់ អាហារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។

របៀបប្រើផែនការនេះ

ផែនការរបស់អ្នក គឺជាការកំណត់នូវជំហានដែលអ្នកត្រូវអនុវត្តន៍ ដើម្បីធ្វើអាហារដែលមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។ អ្នកត្រូវតែប្រើផែនការនេះ ដើម្បីកំណត់រកហានិភ័យ និងបង្ហាញពីរបៀបគ្រប់គ្រង ហានិភ័យទាំងនោះ។ គឺមានន័យថា អតិថិជននឹងដឹងថាអាហាររបស់អ្នកមានសុវត្ថិភាព ហើយផែនការនេះអាចជួយអ្នកបង្កើតអាជីវកម្មអាហារ ដោយជោគជ័យ។ ផែនការរបស់អ្នកត្រូវបែងចែកទៅជាប័ណ្ណផ្សេងៗ ដែលគូសបញ្ជាក់ពីអ្វីដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកត្រូវធ្វើ។

ប័ណ្ណនីមួយៗ មានបីផ្នែក ៖ **ដឹង ធ្វើ** និង**បង្ហាញ**។

K **ដឹង (Know)** មានព័ត៌មាន ដែលមានប្រយោជន៍អំពីមូលហេតុដែលប្រធានបទនេះមានសារៈសំខាន់ចំពោះសុវត្ថិភាពអាហារ និងផ្តល់ជាគំនិតសម្រាប់អនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុងផ្នែក**ធ្វើ**។

D **ធ្វើ (Do)** មានបញ្ញត្តិអំពីសុវត្ថិភាពអាហារដែលអ្នកត្រូវតែអនុវត្តតាម។

S **បង្ហាញ (Show)** ការគូសបញ្ជាក់នូវអ្វីដែលអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នឹងស្នើឱ្យអ្នកបង្ហាញឬកំណត់ត្រាដែលអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ចង់ឃើញ។

ផែនការរបស់អ្នក គឺគ្រាន់តែត្រូវមានប័ណ្ណទាំងនេះ សម្រាប់ប្រើជាមួយនឹងអាហារ និងភេសជ្ជៈដែលអ្នកធ្វើ និងដំណើរការដែលអ្នកប្រើដើម្បីធ្វើ និងលក់អាហារទាំងនោះ។
អ្នកអាចយកប័ណ្ណណាដែលមិនចាំបាច់ចេញ ពីផែនការនេះ។ ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើអ្នកមិនធ្វើ និងលក់ស៊ូស៊ីទេ អ្នកអាចយកប័ណ្ណ ***'ការធ្វើស៊ូស៊ី'*** [ប័ណ្ណពណ៌កាប់ស្តាំង]។ ប្រសិនបើអ្នកមិនប្រាកដថាតើផ្នែកណាមួយ ដែលត្រូវប្រើចំពោះអាជីវកម្មរបស់អ្នក, សូមស្វែងរកដំបូន្មានពីអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់, អាជ្ញាធរផ្នែកចុះបញ្ជីអាជីវកម្មអាហារ, សុវត្ថិភាពចំណីអាហារនូវែលសេឡង់, (info@mpi.govt.nz) ឬអ្នកប្រឹក្សាយោបល់។

ពេញមួយផែនការរបស់អ្នក មានផ្នែកផ្សេងៗ ដែលអ្នកត្រូវបំពេញព័ត៌មាន (ឧ. ***'ព័ត៌មានលំអិតអំពីអាជីវកម្មរបស់ខ្ញុំ'*** [ប័ណ្ណ[ពណ៌ខៀវចាស់], ***'ការទទួលខុសត្រូវ'*** ប័ណ្ណ[ពណ៌ខៀវចាស់], ***'ការកំដៅអាហារ'*** ប័ណ្ណ [ពណ៌ស្វាយខ្ចី])។

ដើម្បីជួយឲ្យអ្នកបានដឹងថា អ្នកកំពុងអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិដែលពាក់ព័ន្ធ, ធ្វើការត្រួតពិនិត្យចាំក្រុម, រក្សាកំណត់ត្រាត្រឹមត្រូវ, និងអាចស្វែងរកការណែនាំ, យើងខ្ញុំបានដាក់រូបតំណាងនៅទូទាំងឯកសារនេះ ៖



(រូបខ្មៅដៃពណ៌ផ្កាឈូក)
កំណត់ត្រា ដែលអ្នកត្រូវរក្សាទុក



(រូបងាវពណ៌ទឹកក្រូច)
ព័ត៌មានចាំបាច់សម្រាប់អាជីវកម្មពាក់ព័ន្ធនឹងងាវ លៀស



(រូបទូកពណ៌ត្នោត)
ព័ត៌មានចាំបាច់សម្រាប់អ្នកនាំចូលអាហារ



(រូបកូដ QR ពណ៌ខ្មៅ)
ស្កេនកូដទាំងនេះសម្រាប់គោលការណែនាំបន្ថែម

ការរក្សាកំណត់ត្រាទុក

កំណត់ត្រារបស់អ្នកគឺជាវិធីមួយដែលបង្ហាញថាអ្នកយល់ពីបញ្ញត្តិ ហើយអ្វីៗទាំងអស់ មានដំណើរការយ៉ាងរលូន។ កំណត់ត្រាទាំងនេះ ក៏អាចផ្តល់ភ័ស្តុតាងសម្រាប់ការពារខ្លួនផងដែរ ក្នុងករណីមានការប្តឹងតវ៉ា ឬការផ្ទុះឡើងនៃជំងឺដែលបណ្តាលមកពីអាហារ។ សុវត្ថិភាពចំណីអាហាររបស់នូវែលសេឡង់មាន សន្លឹកចំហ សម្រាប់កត់ត្រា (ឧ. 'បែបបទ' ឬ 'បែបបទគំរូ') ដែលអ្នកអាចទាញយក និងប្រើប្រាស់ ឬអ្នកអាចបង្កើតកំណែផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នកដើម្បីឱ្យសមស្របនឹងអាជីវកម្មរបស់អ្នកបានកាន់តែប្រសើរ។ ព័ត៌មានអាចត្រូវបានកត់ត្រាតាមវិធីផ្សេងៗគ្នា (ឧ. ថតរូបក្តារខៀនរបស់អ្នក ហើយរក្សាទុកវាតាមអ៊ីនធឺណិត)។

ប្រសិនបើមានកំហុសកើតឡើង

នៅពេលខ្លះកិច្ចការជួបបញ្ហា ហើយអាហាររបស់អ្នកអាចគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមស្របសម្រាប់បរិភោគ។ អ្នកនិងបុគ្គលិករបស់អ្នកត្រូវតែអាចកំណត់បានថាអ្វីជាបញ្ហានិងអាចកែតម្រូវវាបាន។ ដើម្បីការពារកុំឱ្យបញ្ហាកើតឡើងម្តងទៀត អ្នកត្រូវមានផែនការនៅនឹងកន្លែង។ អនុវត្តតាម ***'ពេលមានកំហុសកើតឡើង'*** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម]។

ទទួលបានការផ្ទៀងផ្ទាត់

នៅពេលដែលអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នក ចុះមកកន្លែងអ្នក ពួកគេនឹងពិនិត្យមើលពីរបៀបដែលអ្នកធ្វើតាមផែនការរបស់អ្នក ដើម្បីធ្វើម្ហូបប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។ អ្នកត្រូវមានផែនការត្រៀមទុកដើម្បីបង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នក។

ការរក្សាទុកផែនការរបស់អ្នក

អ្នកមិនចាំបាច់ព្រឺនសំណៅចម្លងនៃផែនការនេះទេ។ អ្នកអាចប្រើកំណែអេឡិចត្រូនិក (ឧទាហរណ៍ PDF ឬទំព័រវ៉ិប) នៃផែនការនេះជំនួសវិញ។ ផែនការនេះមានតំណភ្ជាប់ទៅកាន់ព័ត៌មាន ដែលងាយស្រួលបើកមើល ប្រសិនបើអ្នកប្រើសំណៅចម្លងអេឡិចត្រូនិកនៃផែនការនេះ។ បុគ្គលិកទាំងអស់ ត្រូវអាចចូលបើកមើលផែនការនេះបានយ៉ាងងាយស្រួល ។

ព័ត៌មានលម្អិតស្តីពីអាជីវកម្ម

សូមបំពេញព័ត៌មានពាណិជ្ជកម្មលម្អិតរបស់អ្នកនៅខាងក្រោម

ព័ត៌មានពាណិជ្ជកម្មលម្អិត	
ឈ្មោះតាមផ្លូវច្បាប់	
ឈ្មោះធ្វើអាជីវកម្ម	
សកម្មភាព [ធីកយកចំណុចដែលសមស្រប]	
សេវាកម្មអាហារ ៖ ☐ បរិភោគក្នុងហាង ☐ យកទៅក្រៅ ☐ ការផ្គត់ផ្គង់អាហារនៅនឹងកន្លែង ☐ ការផ្គត់ផ្គង់អាហារក្រៅទីកន្លែង ☐ ផ្សេងៗ [សូមបញ្ជាក់] ៖ ការលក់រាយអាហារ ៖ ☐ អ្នកលក់សាច់ ☐ ហាងលក់សាច់ឆ្អិនត្រជាក់ៗបែបបច្ចឹមប្រទេស (សាលាមី ហែម។ល។) និងឈីស ☐ ហាងនំប៉័ង ☐ អ្នកលក់ត្រី ☐ ផលិតផលស្រស់ ☐ ផ្សារទំនើប ☐ ដឹកជញ្ជូន/ចែកចាយ ☐ សេវាអាហារចល័ត ឬសេវាលក់រាយអាហារ ☐ ដឹកជញ្ជូន/ឡូជីស្ទិក ☐ អ្នកនាំចូល ☐ ផ្សេងទៀត [បញ្ជាក់] ៖	
អាសយដ្ឋានផ្ញើសំបុត្រ	
ទូរស័ព្ទ	
អ៊ីម៉ែល	
ទីកន្លែង	
អាសយដ្ឋានផ្ទះ (1) (អាគារដែលក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហារធ្វើប្រតិបត្តិការ)	
ការផ្គត់ផ្គង់ទឹក	

ទីតាំងផ្សេងទៀត *[សរសេរបន្តនៅលើសន្លឹកដាច់ដោយឡែកប្រសិនបើចាំបាច់ និងដាក់ភ្ជាប់]* រាយខាងក្រោមនូវទីកន្លែងផ្សេងទៀតដែលត្រូវបានប្រើទាក់ទងនឹងអាជីវកម្មម្ហូបអាហារ (ឧ. កន្លែងប្រើប្រាស់សម្រាប់ជាឃ្លាំង ឬកន្លែងសម្រាប់រៀបចំអាហារ)។ សកម្មភាព និងទីតាំងទាំងនេះត្រូវសរសេរចូលក្នុងផែនការរបស់អ្នកផងដែរ។ សរសេរចូលនូវសកម្មភាពណាមួយដែលអាចនឹងកើតឡើង ហើយប្រភពផ្គត់ផ្គង់ទឹកដែលអ្នកនឹងប្រើប្រាស់សម្រាប់គោលបំណងទាក់ទងនឹងម្ហូបអាហារ (សូមមើល **'*ការគ្រប់គ្រងទឹកផ្គត់ផ្គង់ដោយខ្លួនឯង*'** និង **'*ការគ្រប់គ្រងការផ្គត់ផ្គង់ទឹកដែលផ្តល់ដោយអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាតដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណ*'**)។	
អាសយដ្ឋានផ្ទះ (2)	
សកម្មភាព/ប្រភពផ្គត់ផ្គង់ទឹក	
អាសយដ្ឋានផ្ទះ (3)	
សកម្មភាព/ប្រភពផ្គត់ផ្គង់ទឹក	
អាសយដ្ឋានផ្ទះ (4)	
សកម្មភាព/ប្រភពផ្គត់ផ្គង់ទឹក	
ប្រតិបត្តិករ ៖ ប្រតិបត្តិករគឺជាម្ចាស់ ឬអ្នកផ្សេងទៀតដែលជាអ្នកគ្រប់គ្រងអាជីវកម្មអាហារ។ ប្រសិនបើផែនការរបស់អ្នកអនុវត្តចំពោះអាជីវកម្មម្ហូបអាហារច្រើនជាងមួយប្រភេទ, ប្រតិបត្តិករ គឺជាបុគ្គលដែលទទួលខុសត្រូវក្នុងការធានាថាតម្រូវការផែនការគ្រប់គ្រងអាហារ ត្រូវបានបំពេញនៅក្នុងអាជីវកម្មម្ហូបអាហារនីមួយៗ។	
ឈ្មោះ	
អាសយដ្ឋានពិតប្រាកដ (ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្ម ឬលំនៅដ្ឋាន)	
ទូរស័ព្ទ	
អ៊ីម៉ែល	

ប្រតិបត្តិករនៃអាជីវកម្មម្ហូបអាហារនីមួយៗ (ប្រសិនបើផែនការអនុវត្តចំពោះអាជីវកម្មអាហារច្រើនជាងមួយប្រភេទ)។ បន្ថែមជួរតាមភាពចាំបាច់។	
ឈ្មោះ	
អាសយដ្ឋានពិតប្រាកដ (ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្ម ឬ លំនៅដ្ឋាន)	
ទូរស័ព្ទ	
អ៊ីម៉ែល	
អ្នកគ្រប់គ្រងការងារប្រចាំថ្ងៃ *[សូមសរសេរ 'ដូចខាងលើ' ប្រសិនបើអ្នកគ្រប់គ្រងការងារប្រចាំថ្ងៃគឺជាប្រតិបត្តិករ]* អ្នកគ្រប់គ្រងការងារប្រចាំថ្ងៃគឺជាអ្នកដែលមានទំនួលខុសត្រូវរួមក្នុងការធ្វើឱ្យប្រាកដថាផែនការគ្រប់គ្រងអាហារកំពុងត្រូវបានអនុវត្ត។ ហើយការត្រួតពិនិត្យ និងកត់ត្រាសមស្របត្រូវបានធ្វើដែរ។ ឈ្មោះ និង/ឬមុខតំណែងរបស់អ្នកគ្រប់គ្រងការងារប្រចាំថ្ងៃត្រូវសរសេរចូលនៅទីនេះ។ អ្នកមិនចាំបាច់សរសេរឡើងវិញពេញមួយផែនការឡើយ។	
ឈ្មោះ និង/ឬតួនាទី	
ទូរស័ព្ទ	

អាជ្ញាធរចុះបញ្ជីអាជីវកម្ម (គឺជាក្រុមប្រឹក្សាមូលដ្ឋានរបស់អ្នក ប្រសិនបើផែនការរបស់អ្នកមិនបាន គ្របដណ្តប់លើបរិវេណជាច្រើននៅក្នុងដែនសមត្ថកិច្ចរបស់ក្រុមប្រឹក្សាច្រើនជាងមួយ នោះវានឹងជា MPI)។	
អាជ្ញាធរចុះបញ្ជី	☐ ក្រុមប្រឹក្សា ☐ MPI [ឈ្មោះក្រុមប្រឹក្សា] ៖_____
អ្នកទាក់ទង	
អាសយដ្ឋាន	
ទូរស័ព្ទ	
អ៊ីម៉ែល	
អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ (ប្រសិនបើមិនមែនជាក្រុមប្រឹក្សាប្រចាំតំបន់)	
ទីភ្នាក់ងារផ្ទៀងផ្ទាត់	
អ្នកទាក់ទង	
អាសយដ្ឋាន	
ទូរស័ព្ទ	
អ៊ីម៉ែល	

គម្រោងអាជីវកម្ម

ការរចនា និងស្ថានភា ទីតាំងជាក់ស្តែងនៃអាជីវកម្មអាហាររបស់អ្នកត្រូវតែអាចឲ្យអ្នកអាចផលិតអាហារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។

- ដើម្បីជួយអ្នកកំណត់អត្តសញ្ញាណសក្តានុពល ឬគ្រោះថ្នាក់លើសុវត្ថិភាពអាហារដែលមានស្រាប់ដែលត្រូវការការគ្រប់គ្រង, សូមអនុវត្តតាមបញ្ជត្តិនៅក្នុងប័ណ្ណ [ពណ៌ខៀវចាស់] ***'ការទទួលខុសត្រូវ'*** ។ អ្នកត្រូវបង្កើតប្លង់បង្ហាញផ្នែកខាងក្នុងនៃកន្លែងផលិតអាហារ (ខាងក្នុង) និងផែនទីខាងក្រៅ (ខាងក្រៅ) (ទាំងនេះអាចគូរដោយដៃ គូរឌីជីថល ឬរូបថត) ដែលរួមមាន ៖
    - អាគាររបស់លោកអ្នក
    - អាគារដែលនៅជុំវិញ
    - អ្វីដែលកើតមានឡើងនៅកន្លែងផ្សេងៗគ្នានៅលើផែនទីរបស់លោកអ្នក ដោយរួមមានកន្លែងរៀបចំអាហាររបស់លោកអ្នក (ឧ. ផ្ទះបាយរបស់លោកអ្នក)
    - អ្វីដែលកើតមាននៅក្នុងអាគាររបស់លោកអ្នក ដោយរួមមានសកម្មភាពក្រៅពីការធ្វើអាហារ
    - អ្វីដែលកើតមាននៅកន្លែងផ្សេងៗនៃអាគារ
    - សកម្មភាពដែលមិនពាក់ព័ន្ធនឹងការផលិតអាហារដែលធ្វើឡើងនៅក្នុងអគារតែមួយ ឬអគារ/ផ្ទះនៅជិតខាង ដែលអាចប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាពអាហាររបស់អ្នក
    - ប្រសិនបើអ្នកប្រើទឹកដែលផ្គត់ផ្គង់ដោយខ្លួនឯង សូមកំណត់មើលថាប្រភពទឹកនោះមកពីណា (ឧ. ដំបូល / ភ្លៀង, អណ្តូង ឬទឹកស្ទឹង) ហើយសូមពិនិត្យមើលផងដែរ ថាតើមានកន្លែងសម្អាតទឹក ឬកន្លែងស្តុកទឹកទុកដែរឬទេ។

ប្លង់ — ខាងក្នុងកន្លែងផលិតអាហារ
នេះអាចជាប្លង់ដែលគូរដោយដៃ គំនូរឌីជីថល ឬរូបថតនៃប្លង់។

ប្លង់ — ខាងក្រៅកន្លែងផលិតអាហាររបស់អ្នក

នេះអាចជាផែនទីគូរដោយដៃ គំនូរឌីជីថល ឬរូបថតពីខាងលើ (ឧ. រូបភាពផែនទី Google)។

ការយល់ដឹង និងការគ្រប់គ្រងហានិភ័យ ពីសកម្មភាពដែលកើតឡើងនៅក្បែរ កន្លែងផលិតអាហាររបស់អ្នក

ពេលខ្លះសកម្មភាព នៅតាមអគារជិតខាងអាចប៉ះពាល់ដល់របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកគ្រប់គ្រងសុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យនៃអាហារ នៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក។ សរសេរសកម្មភាពទាំងឡាយណាដែលកើតឡើងនៅក្នុងអគាររបស់អ្នក ឬអគារជិតខាងដែលអាចប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាព ឬភាពសមរម្យនៃអាហារ នៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក និងរបៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកគ្រប់គ្រងហានិភ័យទាំងនេះ។ អនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុង ***'ការទទួលខុសត្រូវ'*** [ប័ណ្ណពណ៌ខៀវចាស់] សម្រាប់ព័ត៌មានអំពីហានិភ័យ។ ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចកំណត់អត្តសញ្ញាណហានិភ័យណាមួយបានទេ សូមសរសេរ 'កំណត់អត្តសញ្ញាណមិនបាន'។

ហានិភ័យចំពោះសុវត្ថិភាពអាហារ	តើយើងគ្រប់គ្រងហានិភ័យយ៉ាងដូចម្តេច?
ឧទាហរណ៍ ៖ សំរាមដែលទុកចោលដោយអាជីវកម្មអាហារនៅក្បែរនោះ អាចទាក់ទាញសត្វចង្រៃ (ឧ. កណ្តុរ និងកណ្តុរប្រមេះ) ដែលអាចចូលទៅក្នុងអគារអាហារ និងបំពុលអាហាររបស់អ្នក។	ឧទាហរណ៍ ៖ បិទបង្ហួច/ទ្វារអគារនៅពេលណាដែលអាចធ្វើបាន ហើយត្រូវរកមើលសត្វចង្រៃជាប្រចាំ (សូមមើលប័ណ្ណ ***'ការថែទាំឧបករណ៍ និងអគារ'*** និងប័ណ្ណ ***'ការរកមើលសត្វចង្រៃ'***)។



ការទទួលខុសត្រូវ

រឿងមានប្រយោជន៍ដែលត្រូវដឹង

- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកមិនចាំបាច់ជាអ្នកជំនាញផ្នែកសុវត្ថិភាពចំណីអាហារនោះទេ ប៉ុន្តែចាំបាច់ត្រូវដឹងឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីធ្វើការសម្រេចចិត្តអំពីសុវត្ថិភាព និងភាពសមស្របនៃអាហារ។ ការធ្វើតាមផែនការនេះនឹងអាចជួយអ្នកក្នុងការសម្រេចចិត្តទាំងនេះ និងធានាថាអាហារដែលអ្នកផលិត មានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។
- សុវត្ថិភាពចំណីអាហារ គឺជាការការពារអាហារមិនឲ្យបង្កជាជំងឺ ឬគ្រោះថ្នាក់។ អាហារអាចមិនមានសុវត្ថិភាព ប្រសិនបើនៅក្នុងអាហារមានផ្ទុកអ្វីដែលអាចបង្ករ 'គ្រោះថ្នាក់'។ មានគ្រោះថ្នាក់ ៣ ប្រភេទ ៖
  1. **មេរោគជីវសាស្ត្រ (សត្វល្អិត)** ៖ សត្វល្អិតមួយចំនួន (ឧ. បាក់តេរី) អាចធ្វើឱ្យមនុស្សឈឺ ប្រសិនបើពួកវាស្ថិតនៅក្នុង ឬនៅលើអាហារ។
  2. **សារធាតុគីមី** ៖ សារធាតុគីមីជាច្រើនអាចធ្វើឱ្យមនុស្សឈឺ ប្រសិនបើពួកវាស្ថិតនៅក្នុង ឬនៅលើអាហារ (ឧ. សារធាតុគីមីសម្រាប់លាងសម្អាត)។
  3. **រូបវន្ត (សារធាតុខាងក្រៅ)** ៖ កញ្ចក់, ដែក, ផ្លាស្ទិក ឬវត្ថុមុតស្រួចផ្សេងទៀត ដែលអាចចូលក្នុងអាហារ និងបង្កគ្រោះថ្នាក់។
- ភាពសមស្របនៃអាហារ គឺសំដៅលើការដឹងថាអាហាររបស់អ្នកអាចបំពេញតាមការរំពឹងទុករបស់អតិថិជន ហើយមិនមានសារធាតុអ្វីខុសប្រកតីនៅក្នុងអាហារ ឬអាហារមិនមានលាយអ្វីដែលធ្វើឲ្យអ្នកបរិភោគខ្ពើមរអើម។
- គឺជាទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នកក្នុងនាមជាប្រតិបត្តិករ ក្នុងការធានាថាអាហារដែលអ្នកផលិត, គ្រប់គ្រង និង/ឬលក់ គឺមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ។ អ្នកមានទំនួលខុសត្រូវក្នុងការបង្ហាញពីសុវត្ថិភាពចំណីអាហារ ដោយដើរតួជាគំរូចំពោះអ្នកដទៃ។
- ការទទួលខុសត្រូវសម្រាប់សុវត្ថិភាពអាហារមានន័យថាការយល់ដឹងពីគ្រោះថ្នាក់ដែលអាចកើតមានដែលអាចធ្វើឲ្យអាហាររបស់អ្នកគ្មានសុវត្ថិភាព និងការធ្វើតាមជំហានដើម្បី ៖

- ការពារកុំឲ្យមេរោគ, សារធាតុគីមីគ្រោះថ្នាក់ និងវត្ថុខាងក្រៅផ្សេងទៀត ចូលក្នុងអាហារ,
- កាត់បន្ថយមេរោគ ឲ្យនៅត្រឹមកម្រិតសុវត្ថិភាព
- កំចាត់ ឬបំបាត់មេរោគពីក្នុងអាហារ។

• ការទទួលខុសត្រូវសម្រាប់ភាពសមស្របនៃអាហារមានន័យថា ៖
- ប្រើតែអាហារ ឬគ្រឿងផ្សំដែលសមរម្យសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ដែលបានបម្រុងទុក
- ដាក់ស្លាកអាហារឱ្យបានត្រឹមត្រូវ
- ត្រូវធានាថាការអះអាងណាមួយអំពីអាហាររបស់អ្នកគឺជាការពិត ហើយស្ថិតក្នុងការអនុញ្ញាតរបស់អាជ្ញាធរ។

ការរក្សាអតិថិជនឲ្យមានសុវត្ថិភាព

• ការអនុវត្តតាមបទបញ្ញត្តិ នឹងអាចជួយអាជីវកម្មរបស់អ្នកដូចជា ៖
- ប្រហែល 86% នៃអ្នកដែលឈឺដោយសារអាហារ មិនបានរាយការណ៍អំពីមូលហេតុឡើយ - ប៉ុន្តែពួកគេនៅតែស្វែងរកនរណាម្នាក់ដែលត្រូវស្តីបន្ទោស។
- ប្រហែល 75% នៃប្រជាជនមិនគិតថា ពួកគេឈឺដោយសារបរិភោគអាហារដែលពួកគេធ្វើហូបដោយខ្លួនឯងឡើយ ហើយបន្ទោសអ្នកដែលក់អាហារឱ្យពួកគេ
- មនុស្សភាគច្រើនជឿថា ពួកគេឈឺដោយសារអាហារណាមួយដែលពួកគេបានបរិភោគក្នុងពេលចុងក្រោយ - តែការពិត ពួកគេឈឺ គឺបណ្តាលពីអាហារដែលពួកគេបានបរិភោគ កាលពីច្រើនថ្ងៃ ឬច្រើនសប្តាហ៍មុន
- ប្រហែល 40% នៃអ្នកដែលឈឺ នឹងមិនទិញអាហារដែលពួកគេគិតថា ជាអាហារដែលធ្វើឲ្យពួកគេឈឺឡើយ (ហើយប្រហែលជាប្រាប់មិត្តភក្តិរបស់ពួកគេកុំទិញអាហារនោះផងដែរ)
- ប្រសិនបើមាននរណាម្នាក់ប្តឹងអំពីការឈឺ ឬបញ្ហាផ្សេងទៀត បណ្តាលពីអាហារ (ឧ ការដាក់ស្លាកសញ្ញាអាហារ, សារធាតុផ្សេងចូលក្នុងអាហារ) មន្ត្រីសុវត្ថិភាពចំណីអាហារ នឹងចុះស៊ើបអង្កេតចំពោះបណ្តឹងតវ៉ានេះ ។ ត្រង់នេះមានន័យថា មន្ត្រីនោះអាចចុះមកជួបអ្នក សួរនាំអំពីរឿងនេះ ទោះបីជាអ្នកមិនបានធ្វើឱ្យនរណាម្នាក់ឈឺក៏ដោយ។

K
ដឹង

ការរក្សាកំណត់ត្រាទុក

- ការរក្សាកំណត់ត្រាទុកឲ្យបានល្អ អំពីរបៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក អនុវត្តតាមផែនការ ហើយពិនិត្យមើលថាការអនុវត្តរបស់អ្នក គឺធ្វើឲ្យអាហារមានសុវត្ថិភាព នឹងជួយអ្នកក្នុងការបង្ហាញថា អាហាររបស់អ្នកមិនបានធ្វើឱ្យមនុស្សឈឺឡើយ ហើយអាហាររបស់អ្នក មានគុណភាពដូចការនិយាយរបស់អ្នក។
- ការត្រួតពិនិត្យមួយចំនួនដែលអ្នកបានធ្វើ ចាំបាច់ត្រូវកត់ត្រាទុក ហើយកំណត់ត្រាទាំងនេះ ត្រូវបានកំណត់អត្តសញ្ញាណនៅក្នុងផ្នែក**បង្ហាញ** នៃផែនការ។ អ្នកក៏អាចរក្សា**កំណត់ត្រា** សម្រាប់ការត្រួតពិនិត្យដែលមិនចាំបាច់កត់ត្រាទុកដែរ ។ ការធ្វើបែបនេះអាចជួយអ្នកក្នុងការតាមដានថាតើអ្នកកំពុងគ្រប់គ្រងសុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យនៃអាហារ បានកម្រិតណា។
- បើគ្មានការកត់ត្រាទេ វានឹងកាន់តែពិបាកក្នុងការបង្ហាញថាអ្នកបានធ្វើតាមផែនការរបស់អ្នកដើម្បីផលិតអាហារដែលមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ ដែលអាចនាំទៅដល់ ៖
  - ប្រមូលអាហារមកវិញ
  - បញ្ឈប់ការលក់អាហារ
  - ត្រូវតែធ្វើការកែលម្អលើចំណុចណាមួយ ចំពោះដំណើរការ ឬរបៀបផលិតអាហាររបស់អ្នក
  - ការពិន័យ ឬការកាត់ទោស។
- ចំណុចទាំងអស់ខាងលើនេះអាចធ្វើឲ្យអាជីវកម្មរបស់អ្នកចំណាយពេលវេលា ថវិកា ឬប៉ះពាល់កេរ្តិ៍ឈ្មោះ។

ឱវាទ និងសេចក្តីណែនាំ

- មានគោលការណែនាំ និងឧបករណ៍ដែលមានប្រយោជន៍ផ្សេងៗ នៅលើគេហទំព័រ MPI (www.mpi.govt.nz/food-business/), ឯកសារទាំងអស់នេះត្រូវបានភ្ជាប់តាមរយៈផែនការនេះ។
- អ្នកអាចទទួលបានដំបូន្មាន និងការណែនាំពីអ្នកដទៃ ឧទាហរណ៍ អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ និងអ្នកប្រឹក្សា ៖
  - អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ អាចផ្តល់ដំបូន្មាន និងការបង្ហឹកអំពី ការអនុវត្តផែនការរបស់អ្នក ដើម្បីធានាបានថា អ្នកមានការអនុវត្តល្អ ប៉ុន្តែពួកគេមិនអាចធ្វើការសម្រេចចិត្តសម្រាប់អ្នកបានទេ ។ វាគឺជាទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នកក្នុងការផលិតអាហារដែលមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមរម្យ។

- អ្នកប្រឹក្សាអាចរចនាប្រព័ន្ធ, ដំណើរការ និងនីតិវិធីសម្រាប់អ្នក ប៉ុន្តែនេះមិនអាចដកទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នកបានទេ។ គឺជាផ្នែកមួយនៃការងាររបស់ពួកគេ ក្នុងការជួយអ្នកឱ្យយល់ពីរបៀបធ្វើការសម្រេចចិត្តល្អអំពីសុវត្ថិភាព និងភាពសមស្របនៃចំណីអាហារ ជាពិសេសនៅពេលមានរឿងខុសប្រក្រតីកើតឡើង។ ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីទីប្រឹក្សាអាចរកបាននៅទីនេះ ៖ www.mpi.govt.nz/food-business/starting-a-food-business/hiring-a-food-consultant/

D
ធ្វើ

បញ្ញត្តិដែលអ្នកត្រូវអនុវត្តតាម

- ចាត់តាំងនរណាម្នាក់ដែលទទួលខុសត្រូវក្នុងការធ្វើឱ្យប្រាកដថាផែនការរបស់អ្នកត្រូវបានអនុវត្តតាម ៖ (គូសធីកឈ្មោះអ្នកដែលទទួលខុសត្រូវចំពោះផែនការរបស់អ្នក)
  - ☐ អ្នកគ្រប់គ្រងការងារប្រចាំថ្ងៃ ឬ
  - ☐ ឈ្មោះ និង/ឬមុខតំណែងរបស់បុគ្គលដែលបានទទួលសិទ្ធិអំណាច ៖ _____
- ជានិច្চកាលត្រូវធ្វើតាមផ្នែក **ធ្វើ** និង **បង្ហាញ** នៃផែនការរបស់អ្នក។
- បណ្តុះបណ្តាលបុគ្គលិក ដើម្បីឱ្យពួកគេមានសមត្ថភាពក្នុងការផលិត, បម្រើ និងលក់អាហារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ។
- ទទួលបានការផ្ទៀងផ្ទាត់ក្នុងរយៈពេល 6 សប្តាហ៍ បន្ទាប់ពីការចុះបញ្ជី។ អ្នកត្រូវតែសម្រួលឱ្យអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ អាចចូលកន្លែង និងបើកមើល**កំណត់ត្រា** ដែលពួកគេត្រូវការមើល ដើម្បីបំពេញភារកិច្ចរបស់ពួកគេ។
- រក្សាទុកឯកសារ ឬកំណត់ត្រាចាំបាច់ទាំងអស់ឲ្យបានយ៉ាងហោចណាស់រយៈពេល 4 ឆ្នាំ។
- កំណត់ត្រាទាំងអស់ត្រូវតែ ៖
  - ត្រឹមត្រូវ
  - ងាយអាន
  - បញ្ជាក់អ្វីដែលបានធ្វើ
  - បានធ្វើនៅពេលណា,
  - នរណាជាអ្នកធ្វើ។

D
ធ្វើ

- ផ្តល់កំណត់ត្រាទាំងអស់ទៅកាន់អ្នកផ្សៀងផ្ទាត់របស់អ្នក ឬអាជ្ញាធរចុះបញ្ជី (ឧ. ក្រុមប្រឹក្សា ឬ MPI) នៅពេលមានការស្នើសុំ។
- អ្នកត្រូវតែជូនដំណឹងដល់អាជ្ញាធរចុះបញ្ជី (ក្រុមប្រឹក្សា ឬ MPI) របស់អ្នក អំពីការផ្លាស់ប្តូរណាមួយចំពោះអាជីវកម្មរបស់អ្នក (ឧ. ការផ្លាស់ប្តូរអាសយដ្ឋានអាជីវកម្ម) មុនពេលធ្វើការផ្លាស់ប្តូរ។

S
បង្ហាញ

អ្វីដែលត្រូវបង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់។

- អ្នកផ្សៀងផ្ទាត់របស់អ្នកអាចសួរ៖
  - តើអ្នកបានផ្តល់ទំនួលខុសត្រូវអំពីសុវត្ថិភាពចំណីអាហារ ដល់អ្នកផ្សេង (រួមទាំងអ្នកចុះកិច្ចសន្យា កែច្នៃអាហារ) ហើយប្រសិនបើបានផ្តល់ទំនួលខុសត្រូវដល់អ្នកផ្សេងមែន តើអ្នកធ្វើបែបណា ដើម្បីអាចដឹងបានថាពួកគេ អាចធ្វើឲ្យអាហារឱ្យមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមរម្យ។
  - តើមានការផ្លាស់ប្តូរណាមួយ ចំពោះអ្វីដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកធ្វើ, ផលិត ឬលក់ ចាប់តាំងពីពេលចុងក្រោយដែលពួកគេបាននៅទីនោះ ដែរឬទេ។
  - មើល **កំណត់ត្រា** របស់អ្នក អំពីការពិនិត្យ ដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក បានធ្វើ ។



ការពិនិត្យមើលថាផែនការមានដំណើរការល្អ

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- វាគឺជាទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នក ក្នុងនាមជាប្រតិបត្តិករចំពោះផែនការនេះ ដើម្បីត្រួតពិនិត្យជាប្រចាំមើលថាតើសុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យ នៃអាហាររបស់អ្នកកំពុងត្រូវបានគ្រប់គ្រងយ៉ាងល្អនៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក។
- អ្នក ឬបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវធ្វើជាអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ផ្ទៃក្នុង របស់អ្នក។ បុគ្គលនេះគឺជាអ្នកនៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក ដែលមានតួនាទីពិនិត្យមើលថាផែនការនេះ ត្រូវបានអនុវត្តយ៉ាងត្រឹមត្រូវ។

ហេតុអ្វីបានជាការផ្ទៀងផ្ទាត់ដោយខ្លួនឯងមានសារៈសំខាន់?

- អ្នកគឺជាអ្នកទទួលខុសត្រូវចំពោះអាជីវកម្មរបស់អ្នក ព្រមទាំងសុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យនៃអាហារដែលអ្នកផលិត និងលក់។ ប្រសិនបើអ្នករង់ចាំឲ្យអ្នកផ្សេងប្រាប់អ្នកថាមានបញ្ហាអ្វីមួយបានកើតមានឡើង នោះវាអាចធ្វើឲ្យអ្នកខាតបង់ថវិកាច្រើន ហើយអាហាររបស់អ្នកអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ។
- អ្នកពិនិត្យមើលថាផែនការមានដំណើរការល្អ (ឧទាហរណ៍) ៖
    - ពិនិត្យមើលថាបទបញ្ញត្តិនេះ ត្រូវបានអនុវត្ត ហើយ**កំណត់ត្រា**ត្រូវបានរក្សាទុកនៅកន្លែងសម្រាប់រក្សាទុកឯកសារ (ឧ. ការរាស់វែងសីតុណ្ហភាពអាហារ)
    - បើកមើល**កំណត់ត្រា**ដើម្បីពិនិត្យមើលថានីតិវិធីរបស់អ្នក កំពុងត្រូវបានអនុវត្ត ហើយប្រព័ន្ធរបស់អ្នកកំពុងដំណើរការដូចការរំពឹងទុក
    - ការពិនិត្យឡើងវិញនូវបទបញ្ញត្តិនៅក្នុង ***'ពេលមានកំហុសកើតឡើង'*** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម] និងពិនិត្យមើលថាតើជំហាននីមួយៗ ត្រូវបានចាត់វិធានការដើម្បីការពារកុំឱ្យមានបញ្ហាកើតឡើងម្តងទៀត
    - រៀបចំកម្មវិធីសំណួរចម្លើយ អំពី សុវត្ថិភាពចំណីអាហារ ជាមួយបុគ្គលិក
    - ប្រើផ្នែក **'បង្ហាញ'** នៅក្នុងបែបបទគំរូនេះ ដើម្បីសួរសំណួរដូចគ្នា ឬពិនិត្យមើលចំណុចដូចគ្នា ដែលអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់នឹងសួរ ឬពិនិត្យមើល
    - ការធ្វើតេស្តបរិស្ថាន ឬអាហារ ដើម្បីរកមើលមេរោគ ឬសារធាតុគីមីមួយចំនួនដើម្បីបង្ហាញពីនីតិវិធី (ឧ. ការលាងសម្អាត និងការធ្វើអនាម័យ) ថាមានប្រសិទ្ធភាព។

K
ដឹង

កំណត់ត្រាខ្លះស្តីពីការធ្វើតេស្ត ៖

- មានតម្រូវការជាក់លាក់សម្រាប់ធ្វើតេស្តនៅក្នុងស្ថានភាពមួយចំនួន (ឧទាហរណ៍ ដូចជា ការផ្គត់ផ្គង់ទឹកដោយខ្លួនឯង)។
- មានបញ្ជត្តិអំពីដែនកំណត់ជាក់លាក់ ចំពោះមេរោគ ឬសារធាតុគីមីនៅក្នុងអាហារ នៅក្នុងលេខកូដស្តង់ដារអាហារអូស្ត្រាលីនូវែលសេឡង់ (កូដ) www.foodstandards.govt.nz/code/Pages/default.aspx ។ ដែនកំណត់មិនមានន័យថាអ្នកតែងតែត្រូវធ្វើតេស្តអាហារដើម្បីរកមើលមេរោគ ឬសារធាតុគីមីនោះទេ។
- ប្រសិនបើអ្នកកំពុងគិតអំពីការប្រើប្រាស់សំណាក និងការធ្វើតេស្តដើម្បីបង្ហាញថាផែនការរបស់អ្នកដំណើរការល្អ គឺមិនមែនមានន័យថា អ្នកគួរតែត្រួតពិនិត្យអាហាររបស់អ្នក ដោយប្រើតែវិធីសាស្ត្រមួយនេះឡើយ។ វាមិនអាចធ្វើតេស្តវិធីរបស់អ្នកដើម្បីឈានទៅសម្រេចឲ្យបាននូវសុវត្ថិភាពអាហារបានទេ។ ការធ្វើតេស្តអាចត្រូវបានប្រើដើម្បីគាំទ្រ និងបញ្ជាក់ថាការត្រួតពិនិត្យដោយប្រើវិធីផ្សេងទៀត ត្រូវបានធ្វើឡើងជាទៀងទាត់។ ការធ្វើតេស្ត គឺមិនមែនប្រើសម្រាប់ជំនួសវិធីសាស្ត្រផ្សេងទៀតឡើយ ហើយអ្នកមិនអាចពឹងផ្អែកលើការធ្វើតេស្តដើម្បីធានាបាននូវសុវត្ថិភាពអាហារឡើយ។ ការធ្វើតេស្តបរិស្ថានអាហារអាចជួយបានចំពោះឧទាហរណ៍ដូចជា ៖
    - ប្រសិនបើលទ្ធផលនៃការធ្វើតេស្តរកឃើញមេរោគ ដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ វាអាចមានន័យថាផ្នែកខ្លះនៃដំណើរការសុវត្ថិភាពរបស់អ្នកមិនដំណើរការល្អ ហើយអ្នកនឹងត្រូវអនុវត្តតាមនូវ **'*ពេលមានកំហុសកើតឡើង*'** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម]។ លទ្ធផលអវិជ្ជមាន មិនអាចបង្ហាញថាផែនការរបស់អ្នកដំណើរការល្អឥតខ្ចោះ ឬធានាថាអាហារមានសុវត្ថិភាពនោះទេ។ ជាទូទៅមេរោគ វាមិននៅរាយប៉ាយក្នុងបរិមាណស្មើគ្នា នៅក្នុងអាហារនោះទេ ដូច្នេះអ្នកអាចធ្វើតេស្តអាហារមួយចំនួន ហើយទទួលបានលទ្ធផលអវិជ្ជមាន, នៅពេលដែលផ្នែកផ្សេងទៀតនៃអាហារនៅក្នុងក្រុមតែមួយ មានមេរោគច្រើននៅទីនោះ។
- ប្រសិនបើអ្នកប្រើការជ្រើសរើសសំណាក និងការធ្វើតេស្តជាផ្នែកមួយនៃនីតិវិធីសម្រាប់ពិនិត្យអាហារ យើងខ្ញុំសូផ្តល់អនុសាសន៍ថាអ្នកគួររកអ្នកជំនាញឲ្យជួយរៀបចំផែនការធ្វើតេស្តអាហារ។ ប្រសិនបើអ្នកមិនមានអ្នកជំនាញក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នកទេ អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ ឬអ្នកប្រឹក្សា អាចផ្តល់ព័ត៌មានអំពីការដាក់បញ្ចូលគ្នានូវលារធ្វើសំណាក និងផែនការធ្វើតេស្តអាហារ។

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- អ្នកត្រូវតែរៀបចំនីតិវិធីសម្រាប់ការត្រួតពិនិត្យជាប្រចាំ ថាអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក កំពុងផលិតអាហារដែលមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ ហើយបំពេញតាមតម្រូវការ និងទំនួលខុសត្រូវរបស់អ្នកក្រោមច្បាប់ចំណីអាហារឆ្នាំ 2014។
- អ្នកត្រូវធានាថា ៖
    - បុគ្គលិក និងមនុស្ស (ឧ. បុគ្គលិកដឹកជញ្ជូន អ្នកផ្គត់ផ្គង់) ដែលប៉ះពាល់អាហារ អាចយល់ និងអាចអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុងផ្នែក**ធ្វើ**នៃផែនការ ហើយកំពុងធ្វើតាមបញ្ញត្តិទាំងនោះ
    - នីតិវិធីដែលអ្នកបានដាក់ចេញ កំពុងត្រូវបានអនុវត្ត និងមានប្រសិទ្ធភាព
    - គ្រឿងបរិក្ខារ និងឧបករណ៍របស់អ្នក នៅតែសមរម្យសម្រាប់សកម្មភាពផលិតអាហារនៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក
    - បុគ្គលិកមានឧបករណ៍ និងព័ត៌មាន សម្រាប់ជួយពួកគេគ្រប់គ្រងសុវត្ថិភាពចំណីអាហារ
    - បុគ្គលិកប្តេជ្ញាចិត្តចំពោះសុវត្ថិភាពចំណីអាហារ។ បុគ្គលិកដែលយល់ពីតម្លៃ និងប្តេជ្ញាចិត្តចំពោះសុវត្ថិភាពអាហារទំនងជាអាចអនុវត្តសុវត្ថិភាពអាហារបានល្អ
    - វិសាលភាពនៃប្រតិបត្តិការរបស់អ្នកមានបច្ចុប្បន្នភាព ជាមួយនឹងសកម្មភាពអាជីវកម្មបច្ចុប្បន្នរបស់អ្នក (ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើឥឡូវនេះ អ្នកលក់អាហារកក/ត្រជាក់ ដែលអាចហូបបានភ្លាម ឬធ្វើសាច់ក្រៀមបីលតុង នោះផែនការនេះមិនសមនឹងសកម្មភាពអាជីវកម្មរបស់អ្នកទៀតទេ ហើយអ្នកត្រូវតែទាក់ទងអាជ្ញាធរចុះបញ្ជី)។
- អនុវត្តតាមនីតិវិធីនៅលើ ***'នៅពេលមានកំហុសកើតឡើង'*** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម] ប្រសិនបើការផ្ទៀងផ្ទាត់ផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក រកឃើញកំហុស ឬរកឃើញសកម្មភាពដែលអាចធ្វើឱ្យអាហារមិនមានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមស្រប។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់នូវ៖
  - របៀបដែលអ្នកពិនិត្យមើលថានីតិវិធីរបស់អ្នកដំណើរការបានល្អដែរឬទេ
  - **កំណត់ត្រា**បង្ហាញពីលទ្ធផលនៃការត្រួតពិនិត្យដែលអ្នកបានធ្វើនៅពេលផ្ទៀងផ្ទាត់ដោយខ្លួនឯង។

ការបណ្តុះបណ្តាល និងសមត្ថភាព

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- មនុស្សអាចរៀន និងយល់អ្វីមួយ តាមរបៀបផ្សេងៗ។ អ្នកត្រូវដឹងថាតើវិធីណាដែលមានប្រសិទ្ធភាពបំផុត ដើម្បីផ្តល់ឱ្យបុគ្គលិក និងភ្ញៀវ នូវព័ត៌មានដែលពួកគេត្រូវការ ដើម្បីរក្សាអាហារឱ្យមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ។
- បុគ្គលិកអាចរាប់បញ្ចូលទាំងម្ចាស់អាជីវកម្ម/ប្រតិបត្តិករ, អ្នកគ្រប់គ្រង, អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត, គ្រួសារ និងមិត្តភ័ក្តិ ដែលអាចបំពេញកិច្ចការទាក់ទងនឹងអាហារនៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក។ ភ្ញៀវអាចរាប់បញ្ចូលទាំងអ្នកដឹកជញ្ជូនអាហារ, បុគ្គលិកផ្នែកថែទាំ ជាដើម។
- បុគ្គលិក និងភ្ញៀវ ត្រូវការចំណេះដឹងគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីគ្រប់គ្រងហានិភ័យ ចំពោះសុវត្ថិភាព និងភាពសមស្របនៃចំណីអាហារ។
- មិនមែនបុគ្គលិក និងភ្ញៀវទាំងអស់ សុទ្ធតែត្រូវការការបណ្តុះបណ្តាលលើរឿងទាំងអស់នេះទេ ប៉ុន្តែពួកគេត្រូវដឹងពីរបៀបរក្សាអាហារឱ្យមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមរម្យ នៅពេលបំពេញកិច្ចការរបស់ខ្លួន។
- ប្រសិនបើអ្នកមានបុគ្គលិក អ្នកនឹងត្រូវបណ្តុះបណ្តាលពួកគេ ៖
  - មុនពេលឲ្យពួកគេ ធ្វើកិច្ចការទាក់ទងនឹងអាហារ
  - មុនពេលអ្នកណែនាំ ឬផ្លាស់ប្តូរនីតិវិធីណាមួយ
  - នៅពេលណាដែលអ្នកគិតថាអ្នក ឬបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវការវា (ឧ. បន្ទាប់ពីមានកំហុសអ្វីមួយកើតឡើង)។
- ប្រសិនបើអ្នកជាប្រតិបត្តិករតែម្នាក់ឯង អ្នកមិនចាំបាច់រក្សាកំណត់ត្រាបណ្តុះបណ្តាលទេ។ អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នក នឹងធានាថាអ្នកអាចអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិទាំងអស់នៅក្នុងផែនការរបស់អ្នក។

ហេតុអ្វីបានជាការបណ្តុះបណ្តាល និងសមត្ថភាពមានសារៈសំខាន់?

- យើងត្រូវដឹងថាអ្វីដែលអាចប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាព និងភាពសមស្រប នៃចំណីអាហារ និងអ្វីដែលត្រូវធ្វើប្រសិនបើពួកគេរកឃើញថាអ្វីមួយចាប់ផ្តើមខុស។

K
ដឹង

- មិនមែនអ្វីៗទាំងអស់ដែលប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យនៃចំណីអាហារគឺជា "ចំណេះដឹងទូទៅ" នោះទេ ។ ដូច្នេះគឺជារឿងត្រឹមត្រូវ ចំពោះការចំណាយលើការបណ្តុះបណ្តាលសមស្រប ដើម្បីកុំឱ្យអ្នក ឬបុគ្គលិករបស់អ្នកធ្វើខុសដោយចៃដន្យ។
- អ្នកត្រូវដឹងថាបុគ្គលិក និងភ្ញៀវ កំពុងអនុវត្តការបណ្តុះបណ្តាលដែលអ្នកបានផ្តល់ឲ្យ។
- អ្នកអាចជួយមនុស្សគ្រប់គ្នាឱ្យមានទំនុកចិត្តក្នុងការអនុវត្តទម្លាប់ល្អចំពោះការរក្សាសុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យនៃអាហារដោយ ៖
  - បង្ហាញពួកគេពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើ និងជ្រោមជ្រែងពួកគេ ខណៈពេលដែលពួកគេរៀនធ្វើ កិច្ចការ ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។
  - ឲ្យពួកគេចាប់ដៃគូជាមួយអ្នកមានបទពិសោធន៍ ដែលជាអ្នកជួយពិនិត្យមើលថាពួកគេយល់ហើយធ្វើតាមផែនការមុនពេលឲ្យពួកគេធ្វើការតែម្នាក់ឯង។
- ប្រសិនបើអ្នកជាបុគ្គលតែម្នាក់ឯង នៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក នោះអ្នកអាចប្រើឧបករណ៍អនឡាញសម្រាប់ការបណ្តុះបណ្តាល (ឧ. វគ្គសុវត្ថិភាពចំណីអាហារ) ឬស្វែងរកជំនួយ (ឧ. ពីអ្នកផ្គៀងផ្គាត់របស់អ្នក ឬអ្នកប្រឹក្សា)។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ឈ្មោះអ្នក ☐គ្រប់គ្រងកិច្ចការប្រចាំថ្ងៃ ឬ ☐ឈ្មោះបុគ្គលដែលត្រូវបានទទួលសិទ្ធិអំណាចនិង/ឬ មុខតំណែង ៖ _____(គូសធីកអ្នកណាដែលទទួលខុសត្រូវចំពោះផែនការរបស់អ្នក) ធានាថាបុគ្គលិក និងភ្ញៀវទាំងអស់ដឹងពីអ្វីដែលត្រូវធ្វើ ដើម្បីបំពេញតាមតម្រូវការដែលពាក់ព័ន្ធនៅក្នុងផែនការរបស់អ្នកសម្រាប់ ៖
  - សុខភាព និងអនាម័យ
  - ការដោះស្រាយចំពោះបញ្ហាអាហារដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ
  - ការលាងសម្អាត និងធ្វើអនាម័យ
  - ផ្តល់ និងទទួលអាហារដោយសុវត្ថិភាព
  - ការរក្សាអាហារឲ្យនៅដាច់ពីគ្នា នៅក្នុងកន្លែងរៀបចំអាហារ (បូករួមទាំងការគ្រប់គ្រងអ្វីដែលអាចបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី, រក្សាអាហារឆៅ/មិនទាន់ចំអិនឲ្យនៅឆ្ងាយពីអាហារឆ្អិន និងគ្រប់គ្រងជាតិគីមី និងសារជាតិពុល)

D
ធ្វើ

- នីតិវិធីផ្សេងទៀតដែលជាក់លាក់សម្រាប់ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហាររបស់លោកអ្នក
- ការចាត់ចែងបណ្តឹងរបស់អតិថិជន
- តើត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះពេលមានកំហុសកើតឡើង។
- គ្រប់គ្រងការប្រមូលអាហារត្រឡប់វិញ។

- ពិនិត្យមើលថាបុគ្គលិកអនុវត្តតាមការបណ្តុះបណ្តាល ៖
  - មុនពេលពួកគេចាប់ផ្តើមធ្វើការនៅក្នុងក្រុមហ៊ុនអាជីវកម្មអាហាររបស់អ្នក
  - នៅពេលមានការដាក់ឲ្យប្រើប្រាស់ ឬកែប្រែនីតិវិធីណាមួយ។
- រក្សាកំណត់ត្រានៃការបណ្តុះបណ្តាលដែលអ្នក ឬបុគ្គលិក ឬភ្ញៀវ ដែលបានរៀន និងពេលវេលាដែលពួកគេបានរៀន។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកធ្វើឆ្លងផ្នាត់នូវ ៖
  - វិធីដែលអ្នកអាចដឹងថាបុគ្គលិក និងភ្ញៀវ មានជំនាញក្នុងការបំពេញកិច្ចការដែលបានប្រគល់ឲ្យពួកគេធ្វើ។
  - **កំណត់ត្រា** អំពីរបៀប និងពេលដែលបុគ្គលិកបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាលឲ្យចេះអនុវត្តតាមផែនការ។ រួមបញ្ចូលនូវ ៖
    - អ្នកណាខ្លះដែលបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាល
    - នៅពេលដែលពួកគេបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាល
    - តើអ្នកបានគ្របដណ្តប់លើផ្នែកណានៃផែនការ
    - ហត្ថលេខាពីគ្រូបណ្តុះបណ្តាល និងសិក្ខាកាម។

ការគ្រប់គ្រងទីកន្លែង និងឧបករណ៍

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- នៅពេលជ្រើសរើសទីកន្លែង និងឧបករណ៍សម្រាប់អាជីវកម្មអាហាររបស់អ្នក មានចំណុចមួយចំនួនដែលអ្នកគួរពិចារណា ដូចជា ៖
  - តើទីកន្លែងនេះកាលពីមុនគេប្រើសម្រាប់ធ្វើអ្វី
  - តើបន្ទប់ និងឧបករណ៍ អាចងាយលាងសម្អាត និងថែទាំដែរឬទេ
  - តើកន្លែងនោះមានភ្លើងបំភ្លឺ, ខ្យល់ចេញចូល និងសេវាគ្រប់គ្រាន់ (ឧ. ទឹក និងអគ្គិសនី) ដែរឬទេ
  - តើឧបករណ៍នោះ គេបង្កើតឡើងសម្រាប់ការធ្វើអាហារ និងសម្រាប់ដំណើរការដែលអ្នកមានបំណងប្រើប្រាស់ដែរឬទេ។

ហេតុអ្វីបានត្រូវជ្រើសរើសកន្លែង និងឧបករណ៍ល្អមានសារៈសំខាន់?

- ទីកន្លែង និងឧបករណ៍ គឺជាមូលដ្ឋាននៃអាជីវកម្មអាហាររបស់អ្នក ហើយជម្រើសដែលអ្នកជ្រើសរើសកំណត់ថាតើអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក នឹងត្រូវខំធ្វើការងារកម្រិតណាដើម្បីឲ្យដឹងថាអាហារមានសុវត្ថិភាព និងសមស្របគ្រប់ពេល។
- ជាញឹកញាប់ អ្វីដែលងាយមើលរំលងអាចធ្វើឲ្យអាហាឆ្លងមេរោគ និងធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ។ ឧទាហរណ៍ ៖
  - ប្រហោងក្នុងអាគារដែលអាចអោយសត្វចង្រៃ (កណ្តុរ, កណ្តុរប្រមេះ) ចូល និងបំពុលអាហារ។
  - គ្រឿងបរិក្ខារដែលមិនអាចសម្អាតបានដោយងាយស្រួល ហើយអាចធ្វើឱ្យមេរោគលូតលាស់ ដែលអាចបំពុលអាហាររបស់អ្នក។
  - អាគារដែលសង់ឡើងដោយសម្ភារៈដែលអាចជាប្រភពនៃមេរោគ, ជាតិគីមី ឬរបស់ពីខាងក្រៅ ដែលអាចចូលទៅក្នុងអាហារ។
- ជាការល្អ ត្រូវរកប្រភពឧបករណ៍ ជាពិសេសដែលបានបង្កើតឡើងសម្រាប់ធ្វើអាហារ និងសម្រាប់កែច្នៃអាហារដែលអ្នកមានបំណងប្រើប្រាស់។

K
ដឹង

- ប្រសិនបើប្រើឧបករណ៍សម្រាប់វាស់ អ្នកត្រូវប្រាកដថា វាអាចធ្វើការវាស់វែងបានត្រឹមត្រូវ។ វិធីដែលអ្នកអាចធានាបានថាឧបករណ៍របស់អ្នកមានភាពត្រឹមត្រូវគឺដោយការក្រិតតាមខ្នាត។ ឧទាហរណ៍អំពីរបៀបក្រិតទែម៉ូម៉ែត្រគឺមាននៅទីនេះ ៖
  www.mpi.govt.nz/dmsdocument/31407-Thermometer-calibration-guidance
- វាជាការល្អបំផុតក្នុងការជ្រើសរើសទីកន្លែង និងឧបករណ៍ដែលអាចជួយឱ្យអ្នកអាចគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់ចំពោះសុវត្ថិភាពចំណីអាហារ និងភាពសមរម្យ បានយ៉ាងសមស្រប។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- គ្រប់គ្រងហានិភ័យចំពោះសុវត្ថិភាព/ភាពសមស្របនៃអាហារដែលពាក់ព័ន្ធនឹងទីកន្លែង និងឧបករណ៍។
- ពិនិត្យមើលការប្រើប្រាស់ដី និងអគារ ពីពេលមុន ហើយប្រើតែបរិវេណ ដែលអាចឱ្យអ្នកបង្កើតសុវត្ថិភាព និងលក់អាហារសមរម្យ។
- ប្រសិនបើអ្នកជិតខាងអ្នកធ្វើអ្វីដែលអាចបណ្តាលឲ្យអាហាររបស់អ្នកគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមស្រប សូមរិះរកវិធីដើម្បីកាត់បន្ថយឱកាសដែលអាចធ្វើឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមស្រប កើតឡើង។
- ប្រតិបត្តិការ តែនៅបរិវេណណា ដែលមានកន្លែងគ្រប់គ្រាន់ ទៅតាមចំនួនបុគ្គលិកដែលអ្នកគ្រោងនឹងដំណើរការ ហើយអាចមានលំហូរការងារល្អ។
- រៀបចំលំហូរការងាររបស់អ្នក ដើម្បីអាចបម្លាស់ទីអាហារបានដោយសុវត្ថិភាពតាមរយៈអាជីវកម្មរបស់អ្នក (ឧទាហរណ៍ រៀបចំកន្លែងធ្វើការឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកុំឱ្យមានអ្នកយកសាច់មាន់ឆៅឆ្លងកាត់ បរិវេណចាត់ចែងអាហារឆ្អិន/អាហារអាចហូបបាន)។
- អគារ, គ្រឿងបំពាក់, សម្ភារៈភ្ជាប់ ឬឧបករណ៍ ត្រូវធ្វើពីសម្ភារៈដែល មិនមែនជាប្រភពនៃមេរោគ, សារធាតុគីមី ឬរបស់ចម្លែក ដែលអាចចូលក្នុងអាហាររបស់អ្នក, ឬក៏ត្រូវរិះរកវិធីដើម្បីកាត់បន្ថយ ឬលុបបំបាត់ឱកាសដែលអាហារអាចទទួលមេរោគពីប្រភពទាំងនេះ។
- ត្រូវធានាថា គ្រប់ទីកន្លែងទាំងអស់ដែលប្រើសម្រាប់គ្រប់គ្រងអាហារ ឬរក្សាអាហារទុក អាចសម្អាតបានដោយងាយ។

D
ធ្វើ

- កាត់បន្ថយធូលី, ភាពកខ្វក់, ផ្សែង ឬសត្វចម្លងមេរោគ ដែលអាចចូលក្នុងអាគារ ដែលប្រើប្រាស់សម្រាប់ធ្វើ, កែច្នៃ ឬរក្សាអាហារទុក។
- ត្រូវមានទីកន្លែងសម្រាប់រក្សាទុកសារធាតុគីមី សម្រាប់លាងសម្អាត និងរបស់របរ ដែលប្រើប្រាស់សម្រាប់ការថែទាំឲ្យនៅដាច់ឆ្ងាយពីអាហារ។
- រៀបចំកន្លែងលាងដៃដែលនៅជិតកន្លែងរៀបចំអាហារ។
- រៀបចំទីកន្លែងដាក់សម្រាមនៅឲ្យឆ្ងាយពីទីកន្លែងកែច្នៃ/រៀបចំអាហារ។
- ត្រូវប្រើឧបករណ៍ ដែលមានភាពជាក់លាក់ និងដំណើរការបានល្អ សម្រាប់វាស់ចំណុចត្រួតពិនិត្យ (ឧ. ប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាព សម្រាប់ពិនិត្យមើលសីតុណ្ហភាពទូទឹកក/ទូក្លាសសេ ឬឧបករណ៍សម្រាប់វាស់កម្រិត pH នៃស៊ូស៊ីធ្វើពីអង្ករ)។
- ម៉ាស៊ីនសម្រាប់លក់អាហារដោយស្វ័យប្រវត្ត ត្រូវតែអាចរក្សាសុវត្ថិភាពចំណីអាហារ (ឧ. រក្សាអាហារត្រជាក់នៅសីតុណ្ហភាព 5°C ឬទាបជាងនេះ)។'

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ អាចសួរ ៖
  - របៀបដែលអ្នកប្រើ ដើម្បីអាចដឹងថា ទីកន្លែងប្រកបអាជីវម្មរបស់អ្នក កាលពីពេលមុនមិនបានប្រើប្រាស់ សម្រាប់អ្វីដែលនឹងមិនធ្វើឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព
  - វិធីដែលអ្នក/បុគ្គលិករបស់អ្នកប្រើ ដើម្បីគ្រប់គ្រងហានិភ័យពីសកម្មភាពរបស់អ្នកជិតខាង
  - មូលហេតុដែលអ្នកជ្រើសរើសឧបករណ៍ ប្រើប្រាស់
  - របៀបដែលអ្នកដឹងថាអគារ, គ្រឿងបំពាក់, បរិក្ខារ និងឧបករណ៍ទាំងអស់ មិនបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អាហារ។
- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នឹងសង្កេតមើលំហូរការងារ ហើយពិនិត្យមើលថាតើបុគ្គលិកអាចធ្វើការងារបានដោយងាយស្រួល និងរក្សារទម្លាប់ល្អសម្រាប់សុវត្ថិភាពអាហារដែរឬទេ។

ការគ្រប់គ្រងការផ្គត់ផ្គង់ទឹកដែលផ្តល់ដោយអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាតដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណ

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ទឹកអាចនាំមកនូវមេរោគដែលមានគ្រោះថ្នាក់ និងសារធាតុគីមីដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ។ លោកអ្នកត្រូវប្រើតែទឹកស្អាត និងគ្មានមេរោគតែប៉ុណ្ណោះសម្រាប់រៀបចំអាហារ។
- ទឹកដែលមានសុវត្ថិភាព គឺជាទឹកដែលមិនធ្វើឱ្យមនុស្សឈឺ ឬស្លាប់។
- ទឹកអាចមានមេរោគនៅពេលស្តុកទុក នៅទីតាំងក្នុងក្រុមហ៊ុន និងចែកចាយនៅជុំវិញកន្លែងផលិតអាហារ។
- មានការណែនាំថា នៅពេលអ្នកចាប់ផ្តើមបើកក្បាលរ៉ូប៊ីណេដំបូង សម្រាប់សកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃ អ្នកត្រូវបើកក្បាលរ៉ូប៊ីណេឲ្យពេញទំហឹង បង្ហូរទឹកឲ្យពេញមួយពែងធំ រួចចាក់ទឹកនោះចោល។ នេះគឺដោយសារតែ ហានិភ័យពីជាតិលោហៈ (ឧ. សំណ, ទង់ដែង) កើនឡើងនៅក្នុងទុយោទឹករបស់អ្នក បន្តិចម្តងៗ។
- អ្នកត្រូវមានទឹកដែលមានសុវត្ថិភាពគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីធានាថាកន្លែងរៀបចំអាហារ, ប្រដាប់ប្រដាប្រើប្រាស់ និងឧបករណ៍របស់អ្នក អាចលាងសំអាតបានល្អ ហើយបុគ្គលិកអាចលាងដៃរបស់ពួកគេនៅពេលចាំបាច់។
- ប្រសិនបើអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាតដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណរបស់អ្នក ជូនដំណឹងថាទឹកដែលអ្នកប្រើមិនមានសុវត្ថិភាព អ្នកត្រូវធ្វើតាមការណែនាំដែលពួកគេផ្តល់ឲ្យ។
- ប្រសិនបើអ្នកមានការព្រួយបារម្ភអំពីសុវត្ថិភាពនៃទឹកដែលគេផ្គត់ផ្គង់ឲ្យអ្នក សូមទាក់ទងអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាតដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណរបស់អ្នក ។
- ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាតដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណ គឺជាអ្នកដែលកាន់កាប់ ឬដំណើរការការផ្គត់ផ្គង់ទឹក ហើយមានទំនួលខុសត្រូវក្នុងការធានាថា ទឹកដែលអ្នកប្រើមានសុវត្ថិភាព។ អ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត មានពេលរហូតដល់ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ 2025 ដើម្បីចុះបញ្ជីជាមួយ Taumata Arowai ។ អ្នកអាចស្វែងរកអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត ដែលបានចុះបញ្ជី នៅទីនេះ ៖ www.taumataarowai.govt.nz/for-communities/public-register/

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ផ្តល់ឈ្មោះអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាតដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណរបស់អ្នក (ឧ. ក្រុមប្រឹក្សាមូលដ្ឋាន)។

  ឈ្មោះក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាត_____

- ជានិច្ចកាល ត្រូវប្រើទឹកដែលមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់រៀបចំអាហារ, លាងសម្អាត និងសម្អាតដៃ។ ប្រសិនបើអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាតដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណរបស់អ្នកជូនដំណឹងថាទឹកដែលអ្នកប្រើ មិនមានសុវត្ថិភាព តែមិនបានណែនាំឲ្យអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីទេនោះ អ្នកត្រូវ ៖
  - មិនត្រូវបន្តើប្រើទឹកនោះ ឬ
  - ត្រូវដាំទឹកឲ្យពុះយ៉ាងហោចណាស់ 1នាទីមុនពេលប្រើ ឬ
  - ត្រូវសម្លាប់មេរោគដោយប្រើក្លរ មុនប្រើ ឬ
  - ត្រូវប្រើទឹកផ្សេង ដែលអ្នកជឿថាមានសុវត្ថិភាព (ឧ. ទឹកដប ឬទឹកស៊ីទែនដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណត្រឹមត្រូវ)។
- ជានិច្ចកាល សូមចោលអាហារណាដែលបានឆ្លងមេរោគពីទឹកដែលមិនស្អាត។
- ជានិច្ចកាល ត្រូវសម្អាត និងធ្វើអនាម័យចំពោះអាហារណា ដែលប៉ះនឹងផ្ទៃដែលមានភាពកខ្វក់ដោយសារទឹកដែលមិនមានសុវត្ថិភាព។
- សូមប្រើតែធុង/ស៊ីទែន, ទុយ្ប៉ូ និងរ៉ូប៊ីណេ ដែលតភ្ជាប់ជាមួយប្រភពទឹកដែលមានសុវត្ថិភាព។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្គាត់នូវ ៖
  - កំណត់ត្រានៃការថែទាំដែលអ្នកបានធ្វើ (សូមអាន ***'ការថែទាំឧបករណ៍ និងអាគារ'*** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយ])។

ការគ្រប់គ្រងការផ្គត់ផ្គង់ទឹកដោយខ្លួនឯង

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើអ្នកកំពុងប្រើប្រាស់ទឹកដែលផ្គត់ផ្គង់ដោយខ្លួនឯង នោះ អ្នកនឹងត្រូវធានាថា ទឹកនោះមានសុវត្ថិភាព។
- ទឹកអាចនាំមកនូវមេរោគដែលមានគ្រោះថ្នាក់ និងជាតិគីមីដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ។ អ្នកត្រូវប្រើតែទឹកដែលមានសុវត្ថិភាព សម្រាប់សកម្មភាពរៀបចំអាហារ។
- 'ទឹកដែលមានសុវត្ថិភាព' គឺជាទឹកដែលមិនធ្វើឱ្យមនុស្សឈឺ ឬស្លាប់។
- ទឹកអាចមានមេរោគនៅពេលរក្សាទុកនៅក្នុងក្រុមហ៊ុន និងចែកចាយនៅជុំវិញកន្លែងផលិតអាហារ។
- អ្នកត្រូវដឹងថាតើសារធាតុកខ្វល់អ្វី (ឧ. ធូលី, ថ្ម, សារធាតុគីមី ។ល។) ដែលប្រហែលជានៅក្នុងទឹករបស់អ្នក ហើយតើត្រូវប្រើការសំអាតបែបណា ដើម្បីធានាបានថា ទឹកនោះមានសុវត្ថិភាព។
- អ្នកត្រូវប្រើទឹកដែលមានសុវត្ថិភាពគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីធានាថាកន្លែងរៀបចំអាហារ, ប្រដាប់ប្រដាប្រើប្រាស់ និងឧបករណ៍របស់អ្នក អាចលាងសំអាតបានល្អ ហើយបុគ្គលិកអាចលាងដៃរបស់ពួកគេនៅពេលចាំបាច់។
- អ្នកនឹងត្រូវការដឹងពីសកម្មភាពផ្សេងៗ និងសារធាតុគីមី ដែលកើតឡើងតាមធម្មជាតិ នៅក្បែរបរិវេណអាជីវកម្មអាហាររបស់អ្នក (ឧ. នីត្រាត សម្រាប់ទឹកក្រោមដី ឬសំណ សម្រាប់ទឹកហូរពីដំបូលផ្ទះ) ដែលអាចធ្វើឲ្យទឹកស្អាតរបស់អ្នក មិនមានសុវត្ថិភាព។
- រាល់ឧបករណ៍ប្រព្រឹត្តិកម្មទឹកដែលប្រើ ត្រូវមានការថែទាំ សូមមើល ***'ការថែទាំឧបករណ៍ និងគ្រឿងបរិក្ខារ'*** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយ]។
- មានព័ត៌មានលើគេហទំព័ររបស់ក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមនិយាយអំពីមន្ទីរពិសោធន៍ដែលមានការទទួលស្គាល់ត្រឹមត្រូវ។

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- សូមធីកឈ្មោះប្រភពទឹកប្រើប្រាស់របស់អ្នក ៖
  - ☐ ប្រភពទឹកហូរពីដំបូលផ្ទះ
  - ☐ ប្រភពទឹកលើដី
  - ☐ ប្រភពទឹកក្រោមដី
- ជានិច្ចកាល ត្រូវប្រើទឹកដែលមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់រៀបចំអាហារ, លាងសម្អាត និងសម្អាតដៃ។ ប្រសិនបើទឹកដែលអ្នកប្រើ ក្លាយជាទឹកដែលមិនមានសុវត្ថិភាព អ្នក ៖
  - មិនត្រូវបន្តប្រើទឹកនោះ ឬ
  - ដាំទឹកឲ្យពុះយ៉ាងហោចណាស់ 1នាទីមុនពេលប្រើ ឬ
  - សម្លាប់មេរោគដោយប្រើក្លរ មុនប្រើ ឬ
  - ប្រើទឹកពីប្រភពផ្សេង ដែលអ្នកដឹងថាវាមានសុវត្ថិភាព (ឧ. ទឹកដប)។
- ជានិច្ចកាល សូមចោលអាហារណាដែលបានឆ្លងមេរោគពីទឹកដែលមិនស្អាត។
- ជានិច្ចកាល ត្រូវសម្អាត និងធ្វើអនាម័យចំពោះអាហារណា ដែលប៉ះពាល់ជាមួយអ្វីដែលមានភាពកខ្វក់ដោយសារទឹកដែលមិនមានសុវត្ថិភាព។
- អ្នកត្រូវតែប្រើប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក ដើម្បីធានាថាទឹកសម្រាប់ផលិតអាហារ លាងសម្អាតដៃ និងលាងសម្អាតនានា ជាទឹកស្អាតដែលយើងអាចប្រើបានភ្លាមៗ។ សូមធីកលើវិធីសម្លាប់មេរោគ ដែលអ្នកប្រើ ៖
  - ☐ ចំរោះ
  - ☐ ដាក់ក្លរ
  - ☐ សម្លាប់មេរោគដោយប្រើកាំរស្មី UV
  - ☐ ផ្សេងៗ _____
- អ្នក ឬបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវតែធ្វើតេស្តទឹក ៖
  - មុនពេលប្រើលើកដំបូង សម្រាប់អាជីវកម្មរបស់អ្នក ឬ
  - ប្រសិនបើអ្នកមិនមានកំណត់ត្រាស្តីពីការធ្វើតេស្តទឹកដែលផ្គត់ផ្គង់ដោយខ្លួនឯង។

- ទឹកដែលអ្នកប្រើ ត្រូវតែឆ្លើយតបទៅនឹងដែនកំណត់ទាំងអស់នៅក្នុងតារាងខាងក្រោម ៖

រង្វាស់	លក្ខណវិនិច្ឆ័យ
បាក់តេរីអ៊ីកូលី (Escherichia coli)	តិចជាង 1 ក្នុងសំណាកណាមួយដែលមានបរិមាណទឹកចំនួន 100 មីលីលីត្រ*
ភាពល្អក់	មិនត្រូវលើសពី 5 ខ្នាតរង្វាស់ភាពល្អក់ដោយម៉ាស៊ីននិហ្វិលឡូមីតធើ (Nephelometric Turbidity Units)
ក្លរ (នៅពេលប្រើក្លរ)	មិនតិចជាង 0.2 មីលីក្រាម/លីត្រ (ភាគក្នុងមួយលាន-ppm) នៃចំនួនក្លរដែលមាននៅក្នុងទឹក ដោយមានរយៈពេលទឹកប៉ះនឹងក្លរជាអប្បបរមាចំនួន 20នាទី
កម្រិត pH (នៅពេលដាក់ក្លរ)	6.5 – 8.0

**ការធ្វើតេស្តរកបាក់តេរីអ៊ីកូលី ត្រូវធ្វើឡើងដោយមន្ទីរពិសោធន៍ដែលមានការទទួលស្គាល់ត្រឹមត្រូវ។*

- អ្នកត្រូវតែធ្វើតេស្តទឹកឡើងវិញមិនឲ្យយឺតជាង 1សប្តាហ៍បន្ទាប់ពី ៖
  - យកទឹកចេញពីប្រភពផ្គត់ផ្គង់ថ្មីដោយខ្លួនឯង ឬ
  - ដឹងពីការផ្លាស់ប្តូរបរិស្ថាន ឬសកម្មភាពដែលអាចប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាព និងភាពសមស្របនៃទឹក (ឧ. ព្រឹត្តិការណ៍មិនល្អ ដូចជាទឹកជំនន់ ឬការរញ្ជួយដី)។
- អ្នកត្រូវតែថែរក្សាឧបករណ៍ដែលប្រើប្រាស់សម្រាប់ការផ្គត់ផ្គង់ទឹក សូមមើល ***'ការថែទាំឧបករណ៍ និងគ្រឿងបរិក្ខារ'*** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយ]។
- អ្នកត្រូវតែដាក់សញ្ញាឲ្យច្បាស់លើក្បាលរ៉ូប៊ីណេ, ធុងទឹក និងទុយ៉ូដែលមិនមានទឹកស្អាតនៅខាងក្នុង។ ទឹកនៅកន្លែងទាំងនេះមិនត្រូវប្រើសម្រាប់កែច្នៃអាហារ, លាងសម្អាតដៃ និងលាងសម្អាតផ្សេងៗឡើយ។
- សម្រាប់ប្រភពទឹកលើដី និងប្រភពទឹកក្រោមដី ការយកទឹកទាំងនោះ ត្រូវតែ ៖
  - យ៉ាងហោចណាស់នៅចម្ងាយ 10ម៉ែត្រពីកន្លែងចិញ្ចឹមសត្វ

D
ធ្វើ

- យ៉ាងហោចណាស់នៅចម្ងាយ 50ម៉ែត្រពីប្រភពដែលអាចមានមេរោគ ដោយរួមមានគំនរចំបើង, រណ្តៅកប់គ្រឿងក្នុងសត្វ, កន្លែងកាកសំណល់សត្វ និងមនុស្ស, កន្លែង ឬធុងដែលអាចមានសារធាតុគីមី (ដូចជាធុងប្រេងឥន្ធនៈ)។

- អ្នកត្រូវកំណត់សកម្មភាពនៅក្បែរបរិវេណផ្គត់ផ្គង់ទឹករបស់អ្នក និងគ្រោះថ្នាក់គីមី (រួមទាំងកើតដោយធម្មជាតិ) ដែលអាចធ្វើឱ្យការផ្គត់ផ្គង់ទឹករបស់អ្នកមិនមានសុវត្ថិភាព និងគ្រប់គ្រង ស្ថានភាពទាំងអស់នេះ ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ នូវ**កំណត់ត្រា** អំពី ៖
  - លទ្ធផលការធ្វើតេស្តទឹក របស់អ្នក
  - បញ្ជីរាយសកម្មភាពនៅក្បែរប្រភពផ្គត់ផ្គង់ទឹកទាំងអស់ ដែលអាចប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាពទឹករបស់អ្នក។
- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ នូវរបៀបដែលអ្នកអាចដឹងថា ប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹករបស់អ្នកមានដំណើរត្រឹមត្រូវ។
- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់របស់អ្នក នូវគ្រោះថ្នាក់គីមីណាមួយ ដែលអ្នកបានកំណត់ឃើញ និងរបៀបដែលអ្នកគ្រប់គ្រងគ្រោះថ្នាក់ទាំងនេះ។



ការគ្រប់គ្រងអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន និងសុខភាព

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន និងសុខភាពមានសារៈសំខាន់ ព្រោះវាអាចជួយការពារការចម្លងរោគដល់អាហារ ដែលធ្វើឱ្យអាហារមិនមានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យសម្រាប់លក់។
- វិធីដើម្បីការពារអាហារមិនឲ្យឆ្លងមេរោគដោយសារមនុស្ស រួមមាន ៖

  លាងសម្អាតដៃ

  មិនត្រូវធ្វើកិច្ចការដែលពាក់ព័ន្ធនឹងអាហារឡើយ នៅពេលអ្នកឈឺដោយសារអ្វីមួយដែលបង្កឲ្យមានការក្អួត ឬរាគរូស។

  ស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ដែលស្អាត (ឧ. អៀមចុងភៅ មួក និងស្បែកការពារសក់ជ្រុះ)។
- ការលាងសម្អាតដៃរបស់អ្នក អាចជួយការពារមេរោគមិនឲ្យចូលចង្រ្កានបាយបាន។ ការលាងសម្អាតដៃទៀងទាត់ អាចជួយទប់ស្កាត់ការឆ្លងមេរោគដល់អាហាររបស់លោកអ្នក។
- ក្រោយលាងសំអាតដៃដោយទឹកស្អាតជាមួយសាប៊ូ ហើយជូតសម្ងួតរួចរាល់ សូមប្រើទឹកសម្លាប់មេរោគ ដើម្បីសំអាតដៃបន្ថែម។ អ្នកមិនអាចប្រើទឹកសម្លាប់មេរោគជំនួសការលាងដៃដោយទឹកស្អាត និងសាប៊ូបានឡើយ។
- អ្នក និងបុគ្គលិក គួរស្វែងរកឱវាទពីគ្រូពេទ្យ ប្រសិនបើអ្នក/ពួកគេ ៖
  - កើតជំងឺខាន់លឿង ឬ
  - ក្អួត ឬរាគ 2 ដង ឬច្រើនជាងនេះ ក្នុងមួយថ្ងៃ ឬ
  - ឈឺដោយសារមេរោគក្នុងក្រពះច្រើនជាង 24 ម៉ោង។
- បុគ្គលិកដែលមានមេរោគក្នុងក្រពះ មិនគួរមកធ្វើការពាក់ព័ន្ធនឹងការផលិតអាហារ ចំនួន 48 ម៉ោងបន្ទាប់ពីពួកគេបានជាឡើងវិញ (ឧ. ក្អួត រាគ)។
- ប្រសិនបើបុគ្គលិកបំពុលអាហារដោយសារជំងឺ ឬខ្វះអនាម័យ សូមចោល ឬប្រមូលអាហារទាំងនោះមកវិញ។ សូមមើល***'ការប្រមូលអាហារមកវិញ'*** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម]។

K
ដឹង

ហេតុអ្វីបានជា អនាម័យផ្ទាល់ខ្លួនមានសារៈសំខាន់?

- វិធីទូទៅមួយដែលមេរោគអាចជ្រៀតចូលក្នុងអាហារបាន គឺដោយសារមនុស្ស – ភាគច្រើនបំផុតដោយសារដៃរបស់មនុស្ស។
- សូមលាងសម្អាតដៃឲ្យបានទៀងទាត់ជាមួយទឹក និងសាប៊ូឲ្យបាន 20 វិនាទី, លាងជម្រះ និងសម្ងួតដៃឲ្យបានត្រឹមត្រូវ (ដោយប្រើក្រដាសជូតដៃ, ក្រណាត់ប្រើហើយបោះចោល ឬម៉ាស៊ីនសម្ងួតដោយប្រើខ្យល់) ជាវិធីដ៏ល្អ និងងាយស្រួលបំផុតមួយដើម្បីទប់ស្កាត់មេរោគចូលក្នុងអាហាររបស់អ្នក។
- ស្នាមមុត និងដំបៅចំហរ អាចចម្លងមេរោគ និងធ្វើឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យ ជាពិសេសប្រសិនបើមានចេញទឹករងៃ ឬក្លាយ។
- អ្នកដែលពាក់ស្រោមដៃ (មិនថាពាក់ដើម្បីគ្របពីលើបង់, គ្របរបួស ឬចំណូលចិត្តរបស់គាត់ នៅពេលពេលចាត់ចែងអាហារ) ត្រូវដូរស្រោមដៃ បន្ទាប់ពីប៉ះរបស់ផ្សេងក្រៅពីអាហារ (ឧ. ច្រមុះរបស់ពួកគេ ឬគម្របធុងសម្រាម)។ ហើយត្រូវលាងដៃរបស់ពួកគេនៅពេលណាដែលពួកគេដោះស្រោមដៃកខ្វក់ ហើយមុនពេលពួកគេពាក់ស្រោមដៃថ្មី។
- មេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ អាចឆ្លងទៅអាហារតាមរយៈលាមក, កំអួត និងសារធាតុរាវនៃរាងកាយរបស់អ្នកឈឺ (ឧទាហរណ៍ ឈាម, សំបោរ)។
- សម្លៀកបំពាក់កខ្វក់អាចចម្លងមេរោគដល់អាហារ, ផ្ទៃខាងក្រៅ និងឧបករណ៍ធ្វើអាហារ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- លាងសម្អាតដៃដោយប្រើទឹកសាប៊ូរយៈពេល 20វិនាទី បន្ទាប់មកសម្ងួតឲ្យស្ងួតល្អដោយប្រើក្រដាសជូតដៃ ក្រណាត់ប្រើម្តងបោះចោល ឬប្រដាប់សម្ងួតប្រើខ្យល់។
- ជានិច្ចកាល ត្រូវដាក់សាប៊ូ និងក្រដាសជូតដៃ, ក្រណាត់ប្រើម្តងបោះចោល ឬប្រដាប់សម្ងួតប្រើខ្យល់នៅក្បែរផើងលាងដៃ។
- អ្នកត្រូវតែរក្សាកន្លែងលាងដៃរបស់អ្នកឲ្យស្អាត។
- អ្នក និងបុគ្គលិកត្រូវតែលាងសម្អាតដៃ ៖
  - ពេលចូលទៅក្នុងកន្លែងរៀបចំអាហារ
  - មុនពេលចាត់ចែងអាហារ
  - រវាងការចាត់ចែងអាហារឆៅ និងឆ្អិន

- រវាងការចាត់ចែងអាហារដែលមានសារធាតុអាឡែរហ្សុី និងអាហារដែលមិនមានផ្ទុកសារធាតុអាលែហ្សី។
- រវាងការចាត់ចែងផលិតផលសម្អាត ឬសារធាតុគីមី និងអាហារ
- បន្ទាប់ពីក្អក ឬកណ្តាស់
- ក្រោយចេញពីបង្គន់
- បន្ទាប់ពីប្រើទូរស័ព្ទ
- បន្ទាប់ពីយកសម្រាមបោះចោល
- បន្ទាប់ពីប៉ះរបស់អ្វីមួយដែលអ្នកគិតថាកខ្វក់។

- អ្នកនិងបុគ្គលិករបស់អ្នកត្រូវចេះគ្រប់គ្រងស្នាមមុត, របួស ឬស្នាមរលាកដោយ ៖ (គូសលើអ្វីដែលអ្នកត្រូវធ្វើ)
  - ☐ គ្របស្នាមមុត ដំបៅ ឬស្នាមរលាកឲ្យជិត ឬ
  - ☐ មិនត្រូវធ្វើអាហារឡើយ ប្រសិនបើស្នាមមុត និងដំបៅរបស់អ្នកមានហូរទឹករងៃ ឬក្លាយ និងមិនអាចបិតបង់ឲ្យជិតបានទាំងស្រុង។
- ដូរស្រោមដៃភ្លាម បន្ទាប់ពីប៉ះពាល់អ្វីផ្សេងក្រៅពីអាហារ និងរវាងការប៉ះគ្រឿងផ្សំ/អាហារ ឆៅ និងឆ្អិន។ លាងសម្អាតដៃនៅរាល់ពេលណាដែលស្រោមដៃកខ្វក់ត្រូវបានដោះចេញ ហើយមុនពេលពាក់ស្រោមដៃស្អាត។

គ្រប់គ្រងបុគ្គលិកដែលមានជំងឺ

- ត្រូវអនុវត្តតាមគោលនយោបាយស្តីពីជំងឺ ដើម្បីធានាថា អ្នក ឬបុគ្គលិករបស់អ្នកមិនត្រូវធ្វើការពាក់ព័ន្ធនឹងការផលិតអាហារ នៅពេលឈឺដោយសារជំងឺអ្វីមួយដែលអាចឆ្លងទៅអាហារ។
- បុគ្គលិក ឬភ្ញៀវណាដែលក្អួត រាគ ឬកើតខាន់លឿងក្នុងរយៈពេល 48 ម៉ោងមុនពេលចូលមកកាន់ បរិវេណអាជីវកម្មអាហាររបស់អ្នក ឬអ្នកដែលកើតមានរោគសញ្ញាទាំងនេះ នៅពេលនៅកន្លែងរបស់អ្នក ត្រូវតែប្រាប់ភ្លាមៗឲ្យ ៖ (គូសថាតើអ្នកណាទទួលខុសត្រូវចំពោះផែនការរបស់អ្នក)
  - ☐ អ្នកគ្រប់គ្រងកិច្ចការប្រចាំថ្ងៃ ឬ
  - ☐ ឈ្មោះ និង/ឬមុខតំណែងរបស់បុគ្គលដែលបានទទួលសិទ្ធិអំណាច ៖

    _____

- បុគ្គលិកត្រូវតែនៅឱ្យឆ្ងាយពីកន្លែងផលិតអាហារ រហូតដល់ 48 ម៉ោងបន្ទាប់ពីរោគសញ្ញាបាត់ទៅវិញ។
- បុគ្គលិកមានជំងឺ អាចធ្វើកិច្ចការណាដែលមិនបាច់ចូលទៅកាន់បរិវេណរោបចំអាហារ ឬការងារដែលមិនប៉ះពាល់ដោយផ្ទាល់នឹងអាហារ។

ស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ស្អាតនៅពេលរៀបចំអាហារ

- សម្លៀកបំពាក់ស្អាត (ឧ. អាវអៀម មួក និងស្បែការពារសក់ជ្រុះ ។ល។) ត្រូវពាក់មុននឹងចាប់ផ្តើមធ្វើអាហារ ឬចូលកន្លែងរៀបចំអាហារ (ភ្ញៀវក៏ត្រូវធ្វើដូច្នេះដែរ)។
- អ្នកត្រូវតែធានាថាបុគ្គលិក ៖ (គូសអ្វីអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក នឹងធ្វើ) ៖
  - ☐ ស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ស្អាតរបស់ពួកគេផ្ទាល់ ឬ
  - ☐ ស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ស្អាត ដែលក្រុមហ៊ុនផ្តល់ឲ្យ។
- ដោះសម្លៀកបំពាក់ការពារខាងក្រៅចេញ (ឧ. អាវអៀម ។ល។) មុនពេលចាកចេញពីកន្លែងរៀបចំអាហារ (ឧ. ទៅបង្គន់, ទៅខាងក្រៅ ។ល។)

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នឹងលាងសម្អាតដៃរបស់ពួកគេ នៅពេលចូលក្នុងបរិវេណអាជីវកម្មរបស់អ្នក ដើម្បីពិនិត្យមើលថាអ្វីដែលពួកគេត្រូវការ ដើម្បីលាងសំអាតដៃ គឺមានទាំងអស់។
- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នឹងសួរសំណួរ ៖
  - សុំអ្នកឲ្យប្រាប់ថាអ្នកណាជាអ្នកទទួលខុសត្រូវ ក្នុងការធានាថាកន្លែងលាងសម្អាតដៃរបស់អ្នកមានប្រដាប់ប្រើប្រាស់គ្រប់គ្រាន់ និងស្អាត
  - សួរថាតើអ្នកធ្វើដូចម្តេចទើបអាចដឹងបានថាបុគ្គលិកលាងសម្អាតដៃរបស់ពួកគេ ទៅតាមភាពតម្រូវ
  - សួរបុគ្គលិកអំពីពេលវេលាដែលពួកគេត្រូវលាងសម្អាតដៃ ហើយនិងអាចសុំឲ្យពួកគេបង្ហាញពីវិធីដែលពួកគេលាងសម្អាតដៃ
  - សួរថាតើមានអ្វីកើតឡើង ប្រសិនប្រើមានអ្នកណាម្នាក់មានមេរោគក្នុងក្រពះ ឬធ្លាក់ខ្លួនឈឺ

- ពិនិត្យមើលថារាល់អ្នកធ្វើអាហារបានស្លៀកសម្លៀកបំពាក់/អាវអៀមស្អាត នៅពេលចាប់ផ្តើម (ឬតាមតម្រូវការ, ក្នុងអំឡុងពេល) ចូលបំពេញកិច្ចការ
- សួរអំពីវិធីដែលអ្នកធ្វើឲ្យប្រាកដថាបុគ្គលិកទាំងអស់ពាក់សម្លៀកបំពាក់ស្អាត
- សួរសំណួរដល់អ្នកអំពីបទបញ្ញត្តិ ជុំវិញសម្លៀកបំពាក់ស្អាត ឬបញ្ហាដែលបានកើតឡើង ទាក់ទងនឹងបទបញ្ញត្តិនោះ។

• បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្គាត់នូវ ៖

- **កំណត់ត្រា** លាយល័ក្ខណ៍អក្សរ នៅពេបុគ្គលិកមានជំងឺ។



ការពិនិត្យរកមើលសត្វចម្លងមេរោគ

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- សត្វចង្រៃដូចជាកណ្តុរ, កណ្តុរប្រមេះ និងកន្លាត អាចចម្លងជំងឺបាន។ ពួកវាអាចនាំមេរោគ ពីសម្រាម ហើយចម្លងទៅក្នុងអាហារ, ផ្ទៃ និងឧបករណ៍ តាមរយៈលាមក និងទឹកនោម។
- Pesticides/chemicals ប្រើសម្រាប់កំចាត់សត្វល្អិតអាចធ្វើឱ្យមនុស្សឈឺ ប្រសិនបើពួកវាបំពុលអាហារ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ពិនិត្យកន្លែងខាងក្នុង និងខាងក្រៅប្រចាំថ្ងៃ រួមទាំងកន្លែងចាក់សំរាម និងកន្លែងទុកដាក់ឥវ៉ាន់ ដើម្បីរកមើលសញ្ញានៃសត្វចង្រៃ។ សំអាតអង្គប់, យកកាកសំណល់ និងសត្វល្អិតដែលងាប់ចេញ, ចាក់ចោលនូវអាហារណាដែលសត្វល្អិតប៉ះពាល់។
- សម្អាត និងធ្វើអនាម័យដល់ឧបករណ៍ និងកន្លែងដែលប៉ះពាល់ដល់អាហារ។
- ត្រូវគ្រប់គ្រង និងត្រួតពិនិត្យសត្វបង្កមេរោគដោយ ៖
  - ☐ ជួលអ្នកជំនាញសម្លាប់សត្វបង្កមេរោគ ឬ
  - ☐ គ្រប់គ្រងហានិភ័យនេះដោយខ្លួនឯង។
- ប្រើថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត/សារធាតុគីមី តាមរបៀបដែលមិនប៉ះពាល់អាហារ, ឧបករណ៍ ឬផ្ទៃ។ ធ្វើតាមការណែនាំរបស់អ្នកផលិត ចំពោះការរក្សាទុក, រៀបចំ និងប្រើប្រាស់សារធាតុគីមី។
- អនុវត្តតាមនិតិវិធីលើអ្វីដែលត្រូវធ្វើ ***'ពេលមានកំហុសកើតឡើង'*** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម] ប្រសិនបើអ្នកឃើញមានសញ្ញាថាមានសត្វចម្លងមេរោគនៅក្នុងកន្លែងធ្វើអាហាររបស់អ្នក។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្គាត់នូវ ៖
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ពិនិត្យរកសត្វចង្រៃ
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក គ្រប់គ្រងសត្វចង្រៃ និងគ្រប់គ្រងហានិភ័យពីពួកវា (ឧ. អាហារ ឬការវេចខ្ចប់អាហារដែលមានមេរោគ) ។



ការរៀបចំអាហារឲ្យមានសុវត្ថិភាព

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- មេរោគគ្រោះថ្នាក់ពីអាហារ និងជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្សី អាចឆ្លងដោយសារអាហារកខ្វក់ ភាពកខ្វក់ ដៃ សម្លៀកបំពាក់ និងផ្ទៃខាងក្រៅ។ កន្លែងរៀបចំអាហារដែលចាត់ចែងមិនបានល្អ ឬកខ្វក់ វាអាចធ្វើឲ្យមានមេរោគកើនឡើង និងឆ្លងយ៉ាងលឿន ហើយឆ្លងបានយ៉ាងងាយស្រួលទៀតផង។
- បណ្តឹងជាច្រើន អំពីអាហារ គឺទាក់ទងនឹងការស្វែងរកវត្ថុខាងក្រៅ ដែលចូលក្នុងអាហារ (ឧ. សត្វល្អិតងាប់, បង់បិទដំបៅ/បង់រុំ នៅក្នុងអាហារ។ វត្ថុខាងក្រៅ ចេញពីមនុស្ស ឬសត្វល្អិតដែលចូលក្នុងអាហារ បង្កឱ្យខូចកេរ្តិ៍ឈ្មោះរបស់អ្នក និងអាចធ្វើឱ្យមនុស្សឈឺ ។
- ការរក្សាអាហារទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពដែលត្រឹមត្រូវ គឺអាចការពារមិនឲ្យមេរោគកើនឡើងលឿន។ អ្នកត្រូវការដឹងពីវិធីរក្សាអាហារ (ដោយរាប់បញ្ចូលទាំងអាហារនៅក្នុងម៉ាស៊ីនលក់អាហារស្វ័យប្រវត្តិ) នៅក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យកើនឡើង។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ពិនិត្យផ្ទៃ និងឧបករណ៍ឱ្យស្អាត និងមានអនាម័យមុនពេលប្រើប្រាស់។
- សម្អាត និងធ្វើអនាម័យចំពោះកន្លែងរៀបចំអាហារ នៅពេលធ្វើកិច្ចការក្នុងមួយថ្ងៃៗ។
- អ្នកត្រូវតែមានឧបករណ៍សម្អាតសមរម្យ និងកន្លែងសម្រាប់រក្សាទុកវា។
- អនុវត្តវិធីការពារកុំឲ្យវត្ថុខាងក្រៅចូលក្នុងអាហារ។
- ត្រូវប្រាកដថាដំណើរការរបស់អ្នក មិនធ្វើឱ្យមានការចម្លងរោគក្នុងអាហារ។
- រៀបចំអាហារតាមការណែនាំរបស់អ្នកផលិត ឬធ្វើតាមផ្នែកដែលអាចអនុវត្តបាននៃផែនការនេះ (ឧ. ប្រសិនបើអ្នករៀបចំអាហារត្រជាក់ នោះអ្នកត្រូវតែអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុង***'ការរក្សាអាហារឱ្យត្រជាក់'*** [ប័ណ្ណពណ៌បៃតង])។

D
ធ្វើ

- នៅពេលរៀបចំអាហារ, ប្រសិនបើអាហារនោះ ត្រូវទុកនៅក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ (5°C ទៅ 60°C) នោះអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិ 2 ម៉ោង/ 4 ម៉ោង ៖

ពេលវេលាសរុប ដែលអាហារ ស្ថិតនៅក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ (5°C ដល់ 60°C)	**អ្វីដែលត្រូវធ្វើ**
ច្រើនជាង 4 ម៉ោង	បោះចោល
2 ទៅ 4 ម៉ោង	បម្រើ ឬកំដៅអាហារដល់ 75°C កុំភ្លាសេឲ្យត្រជាក់
0 ទៅ 2 ម៉ោង	បម្រើ ឬភ្លាសេឲ្យត្រជាក់ ឬកំដៅអាហារដល់ 75°C

អនុវត្តចំពោះអាហារ ដូចជា ៖



- តំបន់គ្រោះថ្នាក់ គឺនៅចន្លោះពី 5°C ដល់ 60°C ហើយនេះគឺជាពេលដែលមេរោគបង្កគ្រោះថ្នាក់លូតលាស់យ៉ាងឆាប់រហ័ស។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់នូវ ៖
  - វិធីសំអាតដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើជាប្រចាំ
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីការពារកុំឲ្យមានវត្ថុខាងក្រៅ ចូលក្នុងអាហារ
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពអាហារ។



ការដាក់អាហារឲ្យនៅដាច់ពីគ្នា

K

ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- រក្សាអាហារឆៅ/អាហារមិនទាន់ចម្អិន ឲ្យនៅដាច់ពីអាហារឆ្អិន/អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ (ឧ. ការទុកដាក់សាច់មាន់ឆៅ ឲ្យនៅឆ្ងាយពីពីអាហារដែលចំអិនរួចហើយ) គឺអាចជួយបញ្ឈប់ការចម្លងមេរោគបាន។
- ទុកអាហារឲ្យនៅដាច់ដោយឡែកពីសារធាតុគីមី (ឧ. ផលិតផលសម្អាត)។
- អាហារ/គ្រឿងផ្សំមួយចំនួន អាចបង្កឲ្យមានប្រតិកម្មអាលែកហ្ស៊ី។ ការរក្សាអាហារដែលគ្មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី ឲ្យនៅដាច់ពីអាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី ដូចមានក្នុងបញ្ជីខាងក្រោម នឹងអាចបញ្ឈប់មនុស្សកុំឲ្យឈឺ និងអាចបញ្ឈប់ការស្លាប់ទៀតផង។
- មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីនៅក្នុងអាហារ សាមញ្ញមួយចំនួន ដែលអ្នកត្រូវដឹង។ ទាំងនេះគឺ ៖ សណ្តែកដី, សត្វទឹកមានសំបករឹង, សិប្បិសត្វ, ត្រី, ទឹកដោះគោ, ស៊ុត, អាហារមានជាតិស្ពិតល្មួត, ស្រូវសាលី, សណ្តែកសៀង, ល្ង, លូ ភីន, ស៊ុលហ្វីត, អាល់ម៉ុន, គ្រាប់ធញ្ញជាតិប្រេស៊ីល, គ្រាប់ស្វាយចន្ទី, គ្រាប់ហេហ្សិល, គ្រាប់ម៉ាកាដាមៀ, គ្រាប់ភីឃែន, គ្រាប់ផាញ, ភីស្តាឈីអូ, វ៉ាល់ណាត់។
- ដឹងថាតើមានសារធាតុអាឡែហ្ស៊ីអ្វីខ្លះនៅក្នុងអាហារ ដែលអ្នកលក់ (អនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុង **'ដឹងពីអ្វីដែលមាននៅក្នុងអាហាររបស់អ្នក'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច]) - អ្នកត្រូវតែអាចប្រាប់អតិថិជនអំពីចំណុចនេះ, ដោយប្រើឈ្មោះសារធាតុអាឡែហ្ស៊ីតាមឈ្មោះដែលគេប្រើទៅទូ ប្រសិនបើពួកគេសួរ ឬបញ្ចូលព័ត៌មាននេះនៅលើកញ្ចប់អាហារ។ អនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុង **'ការវេចខ្ចប់ និងការដាក់ស្លាក'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច]។
- សារធាតុរាវ (ឧ. ទឹកដែលហូររចេញពីអាហារដកចេញពីទូរក្លាសេ) អាចមានមេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់។ ប្រសិនបើទឹកទាំងនេះប៉ះទៅលើអាហារ និងកន្លែងផ្សេងទៀត វាអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺបាន។

K
ដឹង

ហេតុអ្វីបានជាការដាក់អាហារឲ្យនៅដាច់ពីគ្នាមានសារៈសំខាន់?

- ការឆ្លងមេរោគដោយចៃដន្យចំពោះអាហារ គឺជាហេតុផលមួយក្នុងចំណោមហេតុផលទូទៅ ដែលធ្វើឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព។
- ការដាក់អាហារនៅផ្សេងគ្នា គឺអាចជួយបញ្ឈប់កុំឲ្យមនុស្សឈឺ និងបង្ការការស្លាប់បានដែរ។
- ជាតិពុល និងជាតិគីមីគ្រោះថ្នាក់ អាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ ប្រសិនបើវាធ្លាក់ចូលក្នុងអាហារ។
- ត្រូវផលិតអាហារ ដែលមិនមានលាយជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី មុនពេលអ្នកកែច្នៃអាហារដែលមានលាយជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី គឺអាចជួយពង្រឹងកិច្ចការពារបន្ថែមខ្លះៗ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវតែមានវិធីគ្រប់គ្រងការរៀបចំអាហារ ៖
  - អាហារឆៅ និងឆ្អិន/អាហារអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ និង
  - អាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី ដែលមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងផ្នែក**ដឹង** និងអាហារដែលគ្មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី
- គូសធីកលើជម្រើសដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីគ្រប់គ្រងចំណុចខាងលើ ៖
  - ☐ ប្រើកន្លែង និងឧបករណ៍ផ្សេងៗគ្នា (ជ្រុញ, កាំបិត និងចានឆ្នាំង) ឬ
  - ☐ សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគ (បើចាំបាច់) លើផ្ទៃខាងក្រៅ, ជ្រុញ, កាំបិត និងចានឆ្នាំងផ្សេងៗទៀត ក្នុងរវាងការប្រើប្រាស់ ឬ
  - ☐ សម្អាត និងធ្វើអនាម័យឱ្យបានហ្មត់ចត់ (បើចាំបាច់) នៃផ្ទៃរាប និងឧបករណ៍រវាងការប្រើប្រាស់ និងដំណើរការទៅតាមពេលផ្សេងៗគ្នា។
- លាងដៃរបស់អ្នក (ធ្វើតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុង ***'ការគ្រប់គ្រងសុខភាព និងអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន'*** [ប័ណ្ណពណ៌ ខៀវខ្ចី]) ហើយប្រសិនបើចាំបាច់ សូមដូរសម្លៀកបំពាក់ការពារ (ឧ. អៀមចុងភៅ) ក្នុងរវាងការចាត់ចែងអាហារ ៖
  - អាហារឆៅ និងឆ្អិន/អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ ឬ
  - អាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីដូចមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងផ្នែក**ដឹង** និងអាហារដែលគ្មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី ឬ
  - ជាតិគីមីគ្រោះថ្នាក់ ឬជាតិពុល និងអាហារ។

D
ធ្វើ

- រក្សាផលិតផលទាំងអស់ដែលមិនមែនសម្រាប់ឲ្យមនុស្សបរិភោគ (ឧ. ចំណីសត្វ) ឲ្យនៅឆ្ងាយពីអាហារ និងកន្លែងរៀបចំអាហារសម្រាប់មនុស្សបរិភោគ។
- ដាក់ស្លាកជាតិពុល និងសារធាតុគីមីគ្រោះថ្នាក់ឲ្យច្បាស់, រក្សាវាទុកឲ្យនៅឲ្យឆ្ងាយពីអាហារ និងឧបករណ៍ប្រើសម្រាប់ផលិតអាហារ ហើយត្រូវធានាថា ចំណីអាហារទាំងនោះ ត្រូវបានការពារ នៅពេលប្រើប្រាស់វា។
- ដាក់ស្លាក និងរក្សាទុកអាហារទាំងអស់ដែលអាចបង្កប្រតិកម្មអាលែកហ្ស៊ីឲ្យនៅដាច់ពីគេ។
- ត្រូវប្រាប់អតិថិជនរបស់អ្នកឲ្យបានដឹងថា តើអាហារណាដែលអ្នកធ្វើ ឬលក់មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី ប្រសិនបើពួកគេសួរ។
- នៅពេលដឹកជញ្ជូនចំណីអាហារ ត្រូវដាក់ឲ្យនៅដាច់ពីគ្នានូវ ៖
  - អាហារឆៅ និងឆ្អិន/អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ ឬ
  - អាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី ដែលមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងផ្នែក **ដឹង** និងអាហារដែលគ្មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នក នឹងសុំឲ្យអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកឱ្យពន្យល់ពីរបៀបដែលអ្នក/បុគ្គលិករបស់អ្នក អាចដឹងបានថា តើអាហារដែលបានផលិត ឬបម្រើ មានផ្ទុកសារធាតុអាលែហ្ស៊ី និងឈ្មោះសារធាតុអាលែហ្ស៊ីដែលប្រើទូទៅ ដើម្បីពិពណ៌នាសារធាតុទាំងនោះ។
- បង្ហាញដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ ឲ្យបានដឹងថា តើអាហារណាដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីណាមួយ ដូចមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងផ្នែក **ដឹង** និងជាតិពុល ព្រមទាំងសារធាតុគីមីគ្រោះថ្នាក់ ត្រូវបានដាក់ស្លាកបង្ហាញឲ្យបានច្បាស់។
- បង្ហាញ ឬពន្យល់ដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ ពីវិធីដែលអ្នកដាក់របស់ទាំងនេះឲ្យនៅដាច់ពីគ្នា ៖
  - អាហារឆៅ និងឆ្អិន/អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ ឬ
  - អាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី ដូចមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងផ្នែកដឹង និងអាហារដែលគ្មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី ឬ
  - សារធាតុគីមីគ្រោះថ្នាក់ ឬជាតិពុល និងអាហារ។

រកប្រភព ទទួល និងរក្សាទុកអាហារ

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អ្នកត្រូវដឹងថា អាហារដែលអ្នកទទួលបានពីអ្នកផ្គត់ផ្គង់ ឬប្រភពផ្សេងទៀត គឺមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមរម្យ។
- អ្នក ក៏ត្រូវដឹងដែរថាតើ អាហារនោះបានមកពីណា ដើម្បីបង្ការ ក្នុងករណីមានអ្វីខុសប្រក្រតីកើតឡើង។
- អាហារមួយចំនួនត្រូវតែរក្សាឲ្យនៅត្រជាក់ជានិច្ច (ត្រជាក់ ឬកក) ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់។
- ប្រសិនបើអ្នកទទួលសត្វទឹកសំបករឹងដែលនៅរស់ គឺមានបញ្ញត្តិជាក់លាក់ ដែលត្រូវអនុវត្តតាម ក្នុងការទទួលសត្វនេះ, បញ្ញត្តិទាំងនេះ មានបង្ហាញនៅក្នុងផ្នែក **ធ្វើ** ។
- បើអ្នករក្សាអាហារក្តៅ ឬត្រជាក់ ទុកក្នុងម៉ាស៊ីនលក់អាហារ ត្រូវរក្សាទុកអាហារទាំងនោះ ឲ្យបានត្រឹមត្រូវទៅតាមកម្រិតសីតុណ្ហភាព ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់។
- អាហារ ឬគ្រឿងផ្សំទាំងនោះ មិនត្រូវប្រើ ឬលក់ឡើយ បន្ទាប់ពី 'ហួសពេលកំណត់' (ត្រង់នេះ គឺរាប់បញ្ចូលទាំងអាហារដែលយកចេញពីម៉ាស៊ីនលក់អាហារ)។គោលការណែនាំអំពីការប្រើប្រាស់សញ្ញាកាលបរិច្ឆេទ 'ប្រើបានត្រឹមថ្ងៃ'ឬ'ប្រើល្អបំផុតមុនថ្ងៃ'មាននៅ នៅទីនេះ ៖ www.mpi.govt.nz/food-safety-home/how-read-food-labels/

- ប្រសិនបើអ្នកនាំចូលអាហារ អ្នកត្រូវចុះបញ្ជីជាអ្នកនាំចូលអាហារជាមួយ MPI ឬគ្រាន់តែទិញអាហារនាំចូល ពីអ្នកនាំចូលអាហារដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណ។
- ប្រសិនបើអ្នក ជាអ្នកនាំចូលអាហារ ដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណត្រឹមត្រូវ នោះអាហារដែលអ្នកនាំចូល ត្រូវការការវាយតម្លៃអំពីសុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យ មុនពេលនាំចូល សូមមើល www.mpi.govt.nz/import/food/advice-for-food-importers/responsibilities-of-a-registered-food-importer/food-importers-must-assess-and-confirm-safety-and-suitability-of-imported-food/ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

K
ដឹង

ហេតុអ្វីបានជាការរកប្រភព និងការទទួលអាហារសារៈសំខាន់?

- ការប្រើប្រាស់អ្នកផ្គត់ផ្គង់អាហារ ដែលអាចទុកចិត្តបាន គឺជាការផ្តល់ទំនុកចិត្ត ដល់អ្នកថា អាហារ និងគ្រឿងផ្សំ ដែលអ្នកប្រើ គឺមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមស្រប។ ចំណុចនេះ គឺអាចការពារ មនុស្សកុំឲ្យឈឺ ព្រមទាំងអាចសន្សំពេលវេលា និងថវិកា របស់អ្នកបានដែរ។
- អ្នកផ្គត់ផ្គង់អាហារ ដែលអាចទុកចិត្តបាន អាចជាអាជីវកម្ម ដែលបានចុះបញ្ជី ក្រោមច្បាប់ចំណីអាហារ ឬច្បាប់ផលិតផលសត្វ។ MPI មានបញ្ជីឈ្មោះ ដែលអ្នកអាចរកមើលឈ្មោះអ្នកផ្គត់ផ្គង់អាហារ ៖ www.mpi.govt.nz/food-business/food-safety-registers-lists/
- វាជាការល្អបំផុត ក្នុងការមានវត្តមាននៅឯអាជីវកម្មរបស់អ្នក ដើម្បីទទួលអាហារ ដែលគេដឹកមកឲ្យអ្នក។ ប្រសិនបើអាហារត្រជាក់ ឬអាហារកក ត្រូវបានដឹកមកឲ្យអ្នកក្រៅម៉ោង អ្នកត្រូវដឹងថា អាហារនោះត្រូវបានដឹកជញ្ជូនតាមសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ, យកអាហារនោះទៅទុកក្នុងកន្លែងត្រឹមត្រូវ (ឧ. ទូរទឹកកក ឬទូរភ្លាស់សេ) ដូចដែលបានព្រមព្រៀងជាមួយអ្នកផ្គត់ផ្គង់របស់អ្នក ហើយត្រូវប្រាកដថា អាហារនោះ មានសុវត្ថិភាពក្នុងការ ប្រើប្រាស់។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- គឺយកតែអាហារពីប្រភព អ្នកផ្គត់ផ្គង់ដែលអាចទុកចិត្តបាន។
- ប្រសិនបើអ្នកនាំចូលអាហារ អ្នកត្រូវតែចុះឈ្មោះជាអ្នកនាំចូលអាហារជាមួយ MPI ឬចុះកិច្ចសន្យាសេវាកម្មជាអ្នកនាំចូល។
- អ្នកត្រូវតែធ្វើការវាយតម្លៃសុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យនៃអាហារ មុនពេលដែលអ្នកនាំចូល។ សូមមើលផ្នែក **ដឹង** សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។
- នៅពេលប្រមូល ឬទទួលអាហារ អ្នកត្រូវតែពិនិត្យមើលថា ៖
  - អាហារត្រជាក់ គឺពិតជាត្រជាក់
  - អាហារកក គឺពិតជាកក
  - កញ្ចប់របស់វាមិនមានការខូចខាត ឬកខ្វក់
  - អាហារនោះ មិនហួសកាលបរិច្ឆេទកំណត់ឲ្យបរិភោគ។

- ប្រសិនបើអ្នក ដឹកជញ្ជូនអាហារ បន្ទាប់ពីប្រមូលវារួចហើយ គឺអ្នកត្រូវអនុវត្តតាម ***'ការដឹកជញ្ជូនអាហារ'*** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច]។
- នៅពេលទទួលសត្វទឹកមានសំបករឹងដែលនៅរស់ អ្នកត្រូវតែ ៖
  - ត្រូវប្រាកដថា សត្វនោះ ត្រូវបានក្លាស់សេឲ្យត្រជាក់ ក្នុងកម្រិតសីតុណ្ហភាព 10°C ឬទាបជាងនេះ
  - ត្រូវពិនិត្យមើលថា វាមិនមានលាយសារធាតុពីខាងក្រៅ (ឧ. ភក់ និងដុំគ្រួស)
  - ត្រូវសួរនាំ អ្នកផ្គត់ផ្គង់ ថាតើអាហារនេះ មានសុវត្ថិភាពក្នុងការទទួលទានឆៅ ឬចម្អិនតិចតួច បានដែរឬទេ។
  - ទទួលការប្រកាសអំពីការប្រមូលផល។
- នៅពេលទទួលអាហារ ត្រូវកត់ត្រា ៖
  - ឈ្មោះ និងព័ត៌មានទាក់ទងលម្អិតរបស់ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់
  - ប្រភេទ និងបរិមាណអាហារ
  - សីតុណ្ហភាពនៃអាហារ ប្រសិនបើអាហារនោះ ត្រូវការរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពជាក់លាក់មួយ ដើម្បីធានាថាវាមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ។
- នៅពេលទទួលអាហារ សូមពិនិត្យមើលថា អាហារនោះមានព័ត៌មានគ្រប់គ្រាន់នៅលើស្លាក ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចប្រើ ឬដាក់ស្លាកអាហាររបស់អ្នកបានត្រឹមត្រូវ។ សួរនាំអ្នកផ្គត់ផ្គង់របស់អ្នក សម្រាប់ព័ត៌មានអំពីផលិតផល ដែលមិនមានស្លាកសញ្ញា ឬសម្រាប់ការបកប្រែ ប្រសិនបើជាការនាំចូល។
- អនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត សម្រាប់ការរក្សាអាហារទុក។
- រក្សាទុកអាហារឲ្យមានសុវត្ថិភាព។ ជាដំបូងត្រូវរៀបចំទុកដាក់អាហារត្រជាក់ មុនគេបន្ទាប់មកទើបទុកដាក់អាហារកក ហើយបន្ទាប់មកទៀតត្រូវទុកដាក់អាហារ ដែលអាចរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពធម្មតាបាន។
- ត្រូវរៀបចំទុកដាក់អាហាររបស់អ្នកឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីឲ្យអាហារដែលជិតផុតពេលកំណត់ (ប្រើឲ្យបានមុនកាលបរិច្ឆេទ ឬគុណភាពល្អបំផុតនៅមុនកាលបរិច្ឆេទ) ជាងគេ ត្រូវយកមកប្រើប្រាស់មុនគេ។
- ត្រូវបោះចោលអាហារ ក្នុងថ្ងៃផុតកំណត់ប្រើប្រាស់។
- រក្សាទុកអាហារដោយគ្របជិត និងដាក់ស្លាកឲ្យបានច្បាស់។

- ត្រូវអនុវត្តតាមបទបញ្ញត្តិ 2 ម៉ោង/4-ម៉ោង ដូចមានបង្ហាញនៅក្នុងដ្យាក្រាមខាងក្រោម ៖

ពេលវេលាសរុប ដែលអាហារស្ថិតនៅក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ (5°C ដល់ 60°C)	**អ្វីដែលត្រូវធ្វើ**
ច្រើនជាង 4 ម៉ោង	បោះចោល
2 ទៅ 4 ម៉ោង	បម្រើ ឬកំដៅអាហារដល់ 75°C កុំក្លាសេឲ្យត្រជាក់
0 ទៅ 2 ម៉ោង	បម្រើ ឬក្លាសេឲ្យត្រជាក់ ឬកំដៅអាហារដល់ 75°C

អនុវត្តចំពោះអាហារ ដូចជា ៖


ឈីសទន់ ឬស្រស់


ស៊ុបបន្លែ


ការី


សាច់


តៅហ៊ូស្រស់


សាំងវិចស៊ុត


បាយគ្មានជាតិអាស៊ីត



បើកទឹកជ្រលក់

- តំបន់គ្រោះថ្នាក់ គឺនៅចន្លោះពី 5°C ដល់ 60°C ហើយនេះគឺជាពេលដែលមេរោគបង្កគ្រោះថ្នាក់អាចលូតលាស់យ៉ាងឆាប់រហ័ស។
- ប្រសិនបើមានកំហុសអ្វីមួយកើតឡើង ក្នុងអំឡុងពេលរកប្រភពផ្គត់ផ្គង់ ឬពេលទទួលអាហារ សូមអនុវត្តតាម ***'ពេលមានកំហុសកើតឡើង'*** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម]។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- អ្នកផ្គៀងផ្គាត់ នឹងពិនិត្យ ៖
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក អាចដឹងថាអាហារដែលអ្នកទទួលបានគឺមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមរម្យ
  - កត់ត្រាទុកនូវឈ្មោះ ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ដែលអ្នកជឿទុកចិត្ត និងការរធានារបស់ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់
  - កំណត់ត្រានៃ ៖
    - ឈ្មោះក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់
    - ប្រភេទ និងបរិមាណអាហារ
    - សីតុណ្ហភាពនៃអាហារ ប្រសិនបើអាហារនោះ ត្រូវការរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពជាក់លាក់មួយ ដើម្បីធានាថាវាមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមរម្យ។
- បង្ហាញអ្នកផ្គៀងផ្គាត់របស់អ្នក ពីរបៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក រក្សាទុក, ដាក់ស្លាក និងញែកអាហារដាច់ដោយឡែកពីគ្នា តាមផែនការរបស់អ្នក។
- បង្ហាញអ្នកផ្គៀងផ្គាត់របស់អ្នក នូវវិញ្ញាបនបត្រចុះបញ្ជីជាអ្នកនាំចូលអាហាររបស់អ្នក។
- បង្ហាញអ្នកផ្គៀងផ្គាត់របស់អ្នក នូវការវាយតម្លៃសុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យនៃអាហារដែលអ្នកបាននាំចូល។



រក្សាអាហារឲ្យត្រជាក់

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ការរក្សាអាហារទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពដែលត្រឹមត្រូវ គឺអាចការពារមិនឲ្យមេរោគលូតលាស់លឿន។
- អាហារមួយចំនួនត្រូវតែរក្សាឲ្យត្រជាក់ជានិច្ច (ត្រជាក់ ឬកក) ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់។
- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវដឹងភាពខុសគ្នារវាង ៖
  - អាហារដែលអ្នកត្រូវរក្សាឲ្យត្រជាក់ ដើម្បីឲ្យវាមានសុវត្ថិភាព (ឧ. ទឹកដោះគោ) និង
  - អាហារដែលលោកអ្នកអាចរក្សាឲ្យត្រជាក់ ដើម្បីឲ្យវានៅមានរសជាតិឆ្ងាញ់ពិសារ (ឧ. ស្រាបៀរ)។
- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវដឹងថាអាហារប្រភេទណាត្រូវរក្សាឲ្យនៅត្រជាក់ជានិច្ច។ ត្រូវសួរនាំអ្នកផ្គត់ផ្គង់ ឬធ្វើតាមការណែនាំរបស់អ្នកផលិត។
- អ្នកត្រូវប្រាកដថា ឧបករណ៍សម្រាប់ត្រួតពិនិត្យសីតុណ្ហភាព (ឧ. ទែម៉ូម៉ែត្រ) គឺមានភាពត្រឹមត្រូវ (ឧ. ក្រិតតាមខ្នាត)។ អ្នកមិនអាចពឹងផ្អែកលើសីតុណ្ហភាព ដែលបង្ហាញនៅលើទូរភ្លាស់សេ/ទូរកក របស់អ្នកបានឡើយ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ត្រូវពិនិត្យមើលរាល់ថ្ងៃ ឲ្យបានដឹងថា អាហារនៅក្នុងទូរទឹកកករបស់អ្នក គឺស្ថិតនៅក្នុងសីតុណ្ហភាព 5 ºC ឬទាបជាងនេះ។
- ត្រូវពិនិត្យសីតុណ្ហភាពនៃអាហារនៅក្នុងទូរទឹកកក ដោយ ៖(គូសធីក លើអ្វីដែលអ្នកត្រូវធ្វើ)
  - ☐ ការប្រើប្រាស់ប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាពដែលបានក្រិតតាមខ្នាត ដើម្បីវាស់ស្ទង់សីតុណ្ហភាពអាហារ ឬសារធាតុផ្សេងទៀត (ឧ. ថូទឹក) ឬ
  - ☐ ការប្រើប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាពដែលបានក្រិតតាមខ្នាត ដោយប្រើរលកពន្លឺដើម្បីវាស់សីតុណ្ហភាពផ្ទៃខាងក្រៅនៃអាហារ ឬ

☐ ការប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធស្វ័យប្រវត្តិ ដែលបានក្រិតតាមខ្នាត (ឧ. ប្រព័ន្ធត្រួតពិនិត្យសីតុណ្ហភាពប៊ូធូត) ដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពខាងក្នុង ឬសីតុណ្ហភាពផ្នែខាងក្រៅនៃអាហារ។

- ត្រូវពិនិត្យមើលថា អាហារនៅក្នុងទូរកក គឺស្ថិតនៅក្នុងសភាពកកដដែល។ លោកអ្នកមិនចាំបាច់កត់ត្រាសីតុណ្ហភាពនៃអាហារកកទេ។
- អ្នកនិងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវតែអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិ 2 ម៉ោង/4 ម៉ោង ចំពោះអាហារត្រជាក់ ដែលត្រូវបានរក្សាទុកក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ ដូចបង្ហាញក្នុងដ្យាក្រាមខាងក្រោម ៖

សរុបពេល អាហារ **ត្រជាក់** ដែលស្ថិតនៅក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ (5°C ដល់ 60°C)	**អ្វីដែលត្រូវធ្វើ**
ច្រើនជាង 4 ម៉ោង	បោះចោល
2 ទៅ 4 ម៉ោង	បម្រើ ឬកំដៅអាហារដល់ 75°C កុំក្លាសេឲ្យត្រជាក់
0 ទៅ 2 ម៉ោង	បម្រើ ឬក្លាសេឲ្យត្រជាក់ ឬកំដៅអាហារដល់ 75°C

អនុវត្តចំពោះអាហារ ដូចជា ៖



ឈីសទន់ឬស្រស់ | ស៊ុបបន្លែ | ការី | សាច់

តៅហ៊ូស្រស់ | សាំងវិចស៊ុត | បាយគ្មានជាតិអាស៊ីត | បើកទឹកជ្រលក់

- កន្លែងគ្រោះថ្នាក់ គឺនៅចន្លោះពី 5°C ដល់ 60°C ហើយនេះគឺជាពេលដែលមេរោគបង្កគ្រោះថ្នាក់លូតលាស់យ៉ាងឆាប់រហ័ស។
- ប្រសិនបើមានកំហុសអ្វីកើតឡើង ក្នុងការរក្សាអាហារឱ្យត្រជាក់ (ឧ. អាហារបានចាប់ផ្តើមរលាយ នៅក្នុងទូរកក), អញ្ចឹងត្រូវធ្វើតាម ***'ពេលមានកំហុសកើតឡើង'*** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម]។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់នូវ៖
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិកប្រើ ដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពអាហារ ឬសីតុណ្ហភាពខាងក្នុងទូទឹកក របស់អ្នក
  - **កំណត់ត្រា** អំពីការពិនិត្យសីតុណ្ហភាពរបស់អ្នក។



អាហារដែលចម្អិនយ៉ាងហ្មត់ចត់

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អាហារមួយចំនួនទំនងជាអាចឆ្លងមេរោគដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ ឬស្លាប់បាន។
- ការចំអិនគឺជាវិធីទូទៅមួយ ដើម្បីសម្លាប់មេរោគទាំងនេះ និងធ្វើឲ្យអាហារមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់បរិភោគ។
- អាហារមួយចំនួន ត្រូវតែចំអិនឲ្យឆ្អិនល្អដើម្បីសម្លាប់មេរោគ។ អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវដឹងថា អាហារណាមួយរបស់អ្នកមានហានិភ័យខ្ពស់ ហើយត្រូវចម្អិនឱ្យឆ្អិនសព្វល្អរាល់ពេល។
- ឧទាហរណ៍នៃអាហារដែលត្រូវចម្អិនឱ្យមានសុវត្ថិភាព រួមមានបសុបក្សី សាច់ចិញ្ច្រាំ និងថ្លើម។

ហេតុអ្វីបានជាការចំអិនអាហារឲ្យសព្វ មានសារៈសំខាន់?

- ការចម្អិនអាហារឲ្យឆ្អិនសព្វល្អអាចជួយសម្លាប់មេរោគ និងធ្វើឱ្យអាហាររបស់អ្នកមានសុវត្ថិភាពក្នុងការទទួលទាន។
- វាជាការសំខាន់ក្នុងការពិនិត្យសីតុណ្ហភាពដោយប្រើឧបករណ៍វាស់សីតុណ្ហភាពដែលបានកំណត់តាមក្រិត ព្រោះអាហារអាចមើលទៅដូចជាឆ្អិន ដែលការពិតគឺមិនមែនទេ ហើយមើលទៅដូចជាឆៅ នៅពេលដែលការពិត គឺវាឆ្អិនហើយ។ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ក្នុងការប្រើទែម៉ូម៉ែត្រដែលបានក្រិតតាមខ្នាត ដើម្បីប្រាកដថាសីតុណ្ហភាពមានភាពត្រឹមត្រូវ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ចំអិនសាច់បសុបក្សី, សាច់ចិញ្ច្រាំ (ឧ. សាច់ក្រក សាច់ប៉ាតេ ។ល។) និងថ្លើមដោយប្រើ ***'ការចំអិនសាច់បសុបក្សី, សាច់ចិញ្ច្រាំ និងថ្លើម'*** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយករហម]។
- សាច់ ដូចជាសាច់គោ, សាច់ចៀម និងសាច់ក្តាន់ អាចបរិភោគឆៅ ប៉ុន្តែត្រូវតែចៀនម្ខាងៗឲ្យក្រៀមសិនមុនពេលលើកឲ្យភ្ញៀវ និងមុនពេលបរិភោគភ្លាមៗ (ឧ.បរិភោគនៅក្នុងហាង/យកទៅញ៉ាំខាងក្រៅ)។

D
ធ្វើ

- សាច់ជ្រូកត្រូវចម្អិនល្មម ឬចម្អិនឲ្យឆ្អិនល្អ។
- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ***'ចម្អិនអាហារដោយប្រើភ្លើងខណ្ឌៗ'*** ឬ ***រៀបចំសាច់ក្រហមដើម្បីកិន/ចិញ្ច្រាំ ហើយលើកឲ្យភ្ញៀវដោយចម្អិនតិចៗ ឬនៅឆៅ*** អញ្ចឹង អ្នកត្រូវអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅលើប័ណ្ណដែលពាក់ព័ន្ធ។
- អនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត សម្រាប់ការចម្អិនអាហារ។
- ជានិច្চកាល ត្រូវពិនិត្យម្ហូប ដើម្បីរកមើលចំណុចត្រជាក់។ អាហារ ត្រូវតែចម្អិនឱ្យស្មើៗគ្នា និងឆ្អិនសព្វល្អ។
- ត្រូវកូរម្ហូបញឹកញាប់ដើម្បីកុំឲ្យមានចំណុចត្រជាក់។
- ពិនិត្យសីតុណ្ហភាពនៃអាហាររបស់អ្នក ដោយ ៖ (គូសធីក លើអ្វីដែលអ្នកត្រូវធ្វើ)
  - ☐ ការប្រើឧបករណ៍វាស់សីតុណ្ហភាព ដែលបានក្រិតតាមខ្នាតត្រឹមត្រូវ ដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពខាងក្នុងនៃអាហារ ឬ
  - ☐ ការប្រើឧបករណ៍វាស់សីតុណ្ហភាព ដែលបានក្រិតតាមខ្នាត ដោយប្រើរលកពន្លឺ ដើម្បីវាស់សីតុណ្ហភាពផ្ទៃខាងក្រៅនៃអាហារ ឬ
  - ☐ ការប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធស្វ័យប្រវត្តិ ដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពខាងក្នុង ឬផ្ទៃខាងក្រៅនៃអាហារ (ឧ. ឧបករណ៍ដែលហៅថា data logger)។
- ក្រោយពេលចម្អិនអាហារយ៉ាងហ្មត់ចត់ ៖
  - ត្រូវដាក់ឲ្យភ្ញៀវបរិភោគភ្លាម
  - រក្សាអាហារឱ្យនៅក្តៅ (លើសពី 60°C) រហូតដល់ពេលដាក់ឲ្យភ្ញៀវបរិភោគ, ត្រូវអនុវត្តតាម ***'ការរក្សាអាហារឱ្យនៅក្តៅ'*** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច], ឬ
  - ធ្វើឱ្យអាហារត្រជាក់យ៉ាងឆាប់រហ័ស ដោយគោរពតាមបទបញ្ញត្តិនៅក្នុង ***'ការធ្វើឱ្យអាហារចម្អិនថ្មីៗត្រជាក់'*** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញដល់អ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ ពីវិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីអាចដឹងបានថា អាហាររបស់អ្នក ចំអិនបានល្អជានិច្ច ដោយការ ៖
  - វាស់សីតុណ្ហភាពអាហារនិមួយៗ ដែលលោកអ្នកចំអិន និង/ឬ
  - ប្រើប្រាស់សេចក្តីណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត។

ការចម្អិនសាច់បសុបក្សី, សាច់ចិញ្ចាំ និងថ្លើមសត្វ

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ការចំអិនអាហារ ឲ្យបានឆ្អិនល្អអាចសម្លាប់មេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់បាន។
- ការកិន/ចិញ្ចាំសាច់ឲ្យម៉ត់ មានន័យថាមេរោគណាដែលនៅផ្នែខាងក្រៅនៃសាច់អាចរាលដាលពេញសាច់ទាំងអស់។ អាហារធ្វើពីសាច់ម៉ត់ត្រូវតែចំអិនឲ្យឆ្អិនល្អ។
- អ្នក និងបុគ្គលិក មិនចាំបាច់វាស់សីតុណ្ហភាពសាច់បសុបក្សី និងថ្លើម ដែលហាន់ស្តើងៗ ឬសាច់ចិញ្ចាំដែលមិនទាន់ខ្ចប់ឲ្យចេញជារូបរាងទេ (ឧ. បំណែកសាច់មាន់នៅក្នុងម្ហូបឆា, ចំណិតថ្លើម ឬសាច់កិន/ចិញ្ចាំ)។
- ថ្លើមអាចឆ្លងមេរោគអាក្រក់ទាំងខាងក្នុង និងផ្នែខាងក្រៅ ដូច្នេះយើងចាំបាច់ត្រូវចម្អិនវាឱ្យបានឆ្អិនល្អ។ MPI បានបង្កើតគោលការណ៍ណែនាំដើម្បីជួយក្នុងការចម្អិនថ្លើមសត្វ ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ៖ www.mpi.govt.nz/food-business/food-safety-codes-standards/good-operating-practice/documents/safe-cooking-of-livers/
- ចំអិនសាច់បសុបក្សី (ឧ. សាច់មាន់, សាច់ទា, ថ្លើម) និងសាច់ម៉ត់ ឬសាច់កិន (ឧ. សាច់ក្រក, សាច់ប៉ាតេ) ឲ្យដល់សីតុណ្ហភាពជាក់លាក់មួយ សម្រាប់រយៈពេលកំណត់មួយដើម្បីធានាថាសាច់ទាំងនេះមានសុវត្ថិភាព។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ជានិច្ចកាលត្រូវប្រើប្រាស់ការបន្សំនៃពេល/សីតុណ្ហភាព បើអ្នកចំអិនសាច់បសុបក្សី, សាច់ម៉ត់ ឬសាច់កិន ឬថ្លើមសត្វ ៖

សីតុណ្ហភាពខាងក្នុង	ពេលវេលាអប្បបរមា ចំពោះសីតុណ្ហភាពនេះ
65°C	15 នាទី
70°C	3 នាទី
75°C	30 វិនាទី

- ប្រើឧបករណ៍វាស់សីតុណ្ហភាព ដើម្បីពិនិត្យមើលថា ចំណុចកណ្តាលនៃសាច់បសុបក្សី, សាច់ចិញ្ចាំ ឬថ្លើមសត្វ បាន បានឈានដល់ពេល/សីតុណ្ហភាពមួយនៃបន្សំពេល/សីតុណ្ហភាពដូចបានចែងខាងលើ។
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវតែ ៖
  - កត់ត្រាសីតុណ្ហភាពយ៉ាងហោចណាស់អាហារមួយមុខ ក្នុងបាច់នីមួយៗ រាល់ពេលដែលអ្នកធ្វើ ឬ
  - បញ្ជាក់ថាវិធីចម្អិនម្ហូបរបស់អ្នក មានប្រសិទ្ធិភាព ដោយធ្វើតាម ***'ការបញ្ជាក់ថាវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើ មានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល'*** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី]។
- ក្រោយការចម្អិនសាច់បសុបក្សី, ថ្លើមសត្វ និងសាច់ចិញ្ចាំ ៖
  - ត្រូវដាក់អាហារឲ្យភ្ញៀវបរិភោគភ្លាម ឬ
  - រក្សាអាហារឱ្យនៅក្តៅ (លើសពី 60°C) រហូតដល់ពេលដាក់ឲ្យភ្ញៀវបរិភោគ, ត្រូវអនុវត្តតាម ***'ការរក្សាអាហារឱ្យនៅក្តៅ'*** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច], ឬ
  - ធ្វើឱ្យអាហារត្រជាក់យ៉ាងឆាប់រហ័ស ដោយគោរពតាមបទបញ្ញត្តិនៅក្នុង ***'ការធ្វើឱ្យអាហារចម្អិនថ្មីៗត្រជាក់'*** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។
- ប្រសិនបើអ្នកកំដៅសាច់បសុបក្សី, ថ្លើម ឬសាច់ម៉ត់ ដែលបានចម្អិនរួចហើយ សូមអនុវត្តតាម ***'ការកំដៅអាហារឡើងវិញ'*** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី]។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញ**កំណត់ត្រា**អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នកអំពីរបៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកចម្អិនថ្លើមសត្វ សាច់បសុបក្សី និងសាច់ម៉ត់ ដោយសុវត្ថិភាព ។
  - អាហារ
  - កាលបរិច្ឆេទចម្អិន
  - សីតុណ្ហភាព ដែលបានប្រើ ដើម្បីចម្អិនអាហារនោះ ហើយថាតើចម្អិនដោយប្រើសីតុណ្ហភាពនេះ យូរប៉ុណ្ណា។
- ប្រសិនបើអ្នក អាចបញ្ជាក់ថាវិធីចំអិនអាហាររបស់អ្នកមានប្រសិទ្ធិភាព សូមបង្ហាញដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នូវ**កំណត់ត្រា**ដែលតម្រូវឲ្យមាននៅក្នុង ប័ណ្ណស្តីពី ***'ការបញ្ជាក់ថាវិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីសម្លាប់មេរោគមានប្រសិទ្ធិភាពរាល់ពេល'*** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។



ការបញ្ជាក់ពីវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើមានប្រសិទ្ធភាពរាល់ពេល

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ការបញ្ជាក់ថាវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើ មានប្រសិទ្ធភាព មានន័យថាអ្នកមិនចាំបាច់សាកល្បងគ្រប់មុខម្ហូបទាំងអស់នោះទេ រាល់ពេលដែលអ្នកធ្វើម្ហូបនោះ ហើយវាផ្តល់ទំនុកចិត្តដល់អ្នកថា អ្នកកំពុងធ្វើរឿងត្រឹមត្រូវដើម្បីការពារ ឬសម្លាប់មេរោគ។
- នៅពេលដែលវិធីសាស្ត្ររបស់អ្នក បង្ហាញឱ្យឃើញថាមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល, គឺអ្នកមិនចាំបាច់រាស់ស្ទង់អាហារគ្រប់មុខ រាល់ពេលឡើយ។ ជំនួសមកវិញ អ្នក ឬបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវពិនិត្យអាហារដែលធ្វើឡើងតាមវិធីសាស្ត្រនៃការចម្អិន ដែលមានប្រសិទ្ធិភាពរបស់អ្នក រៀងរាល់សប្តាហ៍ ដើម្បីបញ្ជាក់ថាវិធីសាស្ត្រនេះ នៅមានប្រសិទ្ធិភាពដដែល។
- ប្រសិនបើអ្នក ឬបុគ្គលិក ធ្វើ ឬចំអិនអាហារ ដោយធ្វើតាមប័ណ្ណណាមួយខាងក្រោម គឺអ្នកអាចបញ្ជាក់ថាវិធី របស់អ្នក មានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល ៖
  - **'ការចម្អិនសាច់បសុបក្សី, សាច់ចិញ្ចាំ និងថ្លើមសត្វ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម],
  - **'ការប្រើប្រាស់សកម្មភាពទឹក ដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម],
  - **'ការប្រើប្រាស់អាស៊ីដដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម],
  - **'ការឆ្អើរអាហារ ដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម],
  - **'ការធ្វើស៊ូស៊ី'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកសមុទ្រ]
  - **'ការធ្វើទាខ្វៃតាមរបៀបចិន'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកសមុទ្រ],
  - **'ការចម្អិនដោយប្រើភ្លើងឧណ្ហៗ'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកសមុទ្រ]។
- ប្រសិនបើអ្នក ឬបុគ្គលិករបស់អ្នក ធ្វើឲ្យអាហារដែលចម្អិនថ្មីៗឲ្យត្រជាក់ ឬកំដៅអាហារឡើងវិញ, អ្នកអាចបង្ហាញថាវិធីសាស្ត្ររបស់អ្នកមានប្រសិទ្ធភាពរាល់ពេល។

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- កំណត់វិធីសាស្ត្រ ដែលអ្នកត្រូវបញ្ជាក់ថាមានប្រសិទ្ធិភាព ៖ (គូសធីកលើអ្វីដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវបញ្ជាក់)
  - ☐ **'ការចម្អិនសាច់បសុបក្សី, សាច់ចិញ្ច្រាំ និងថ្លើមសត្វ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]
  - ☐ **'ការប្រើប្រាស់សកម្មភាពទឹក ដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]
  - ☐ **'ការប្រើប្រាស់អាស៊ីដជាមធ្យោបាយដើម្បីកំចាត់មេរោគ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]
  - ☐ **'ការប្រើប្រាស់ផ្សែងក្តៅជាមធ្យោបាយដើម្បីកំចាត់មេរោគ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]
  - ☐ **'ការធ្វើស៊ូស៊ី'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកសមុទ្រ]
  - ☐ **'ការធ្វើទាខ្វៃតាមរបៀបចិន'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកសមុទ្រ]
  - ☐ **'ការចម្អិនដោយប្រើភ្លើងឧណ្ហៗ'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកសមុទ្រ]
  - ☐ **'ការធ្វើឲ្យអាហារដែលចម្អិនថ្មីៗឲ្យត្រជាក់'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]
  - ☐ **'ការកំដៅអាហារឡើងវិញ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី]
- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវតែប្រើឧបករណ៍, ដំណើរការកែច្នៃ និងគ្រឿងផ្សំដូចគ្នា (ប្រភេទ, ទម្ងន់, ទំហំ, ទឹកខ្មេះ ។ល។) ចំពោះវិធីដែលអ្នកប្រើរាល់ពេលធ្វើម្ហូប។
- ធ្វើ ឬចំអិនអាហារ/ឧបករណ៍ចំអិនអាហារ ដោយប្រើនិតិវិធីស្តង់ដារ ចេញពីប័ណ្ណដែលពាក់ព័ន្ធ។
- ពិនិត្យ/ធ្វើតេស្តអាហារ/ឧបករណ៍សម្រាប់ចម្អិន ដើម្បីធានាថា វាអាចឆ្លើយតបទៅនឹងកម្រិតនៃតម្រូវការ (ឧ. អាហារធ្វើពីសាច់បសុបក្សី និងសាច់ម៉ត់ ត្រូវចំអិនឲ្យដល់សីតុណ្ហភាព 75°C ក្នុងរយៈពេលយ៉ាងហោចណាស់ 30 វិនាទី, កម្រិត pH នៃបាយមានបន្ថែមជាតិជូរ ដើម្បីធ្វើស៊ូស៊ី ក្នុងកម្រិត 4.3 និង 3.0, ឆ្នាំងទឹកសម្រាប់ចំអិនត្រូវស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវសម្រាប់ការបញ្ចេញកំដៅឧណ្ហៗ)។

- ពិនិត្យមើលថា វិធីសាស្ត្ររបស់អ្នក អាចដំណើរការមានប្រសិទ្ធភាព 3 ដងជាប់ៗគ្នា ចំពោះមុខម្ហូបរដូចគ្នា ក្នុងចំណែកផ្សេងៗគ្នា ដើម្បីបញ្ជាក់ថា ការគ្រប់គ្រងរបស់អ្នក អាចសម្រេចបាន អាហារដែលមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមរម្យ សម្រាប់បរិភោគ។ ប្រសិនបើការពិនិត្យណាមួយ ក្នុងចំណោមការពិនិត្យទាំង 3 ដង របស់អ្នក បង្ហាញថា វិធីសាស្ត្ររបស់អ្នកមិនដំណើរការ, អ្នកត្រូវតែរៀបចំវិធីសាស្ត្ររបស់អ្នកឡើងវិញ រហូតដល់អ្នកអាចសម្រេចបានការត្រួតពិនិត្យ ប្រកបដោយជោគជ័យ ចំនួន 3 ដង ជាប់ៗគ្នា។
- នៅពេលដែលវិធីសាស្ត្រនេះ បានទទួលជោជ័យហើយ អ្នកត្រូវតែពិនិត្យមើលថា វិធីសាស្ត្ររបស់អ្នក នៅតែដំណើរការល្អដដែល ដោយពិនិត្យមើលអាហារមួយចំណែក ក្នុងមួយសប្តាហ៍។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នក ពីរបៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក បានបញ្ជាក់ថា វិធីសាស្ត្រនេះមានប្រសិទ្ធិភាព។
- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នូវកំណត់ត្រាអំពី ៖
  - វិធីសាស្ត្ររបស់អ្នក
  - ការពិនិត្យអាហារជាបាច់ប្រចាំសប្តាហ៍ របស់អ្នក។



ការកំដៅអាហារឡើងវិញ

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវតែកំដៅអាហារឡើងវិញ ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ដើម្បីកុំឲ្យវាស្ថិតនៅក្នុងតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់ (5°C–60°C)។
- ម៉ាស៊ីនលក់អាហារ ត្រូវកំដៅអាហារឡើងវិញឲ្យមានសុវត្ថិភាព។
- ប្រអប់រក្សាកំដៅ និងទូរក្តៅ មិនអាចកំដៅអាហារឡើងវិញបានទេ។ ឧបករណ៍ទាំងនេះ អាចត្រឹមរក្សាសីតុណ្ហភាពអាហារឲ្យក្តៅអ៊ុនៗ នៅពេលអាហារទាំងនោះបានចម្អិន ឬកំដៅឡើងវិញ រួចរាល់។

ហេតុអ្វីបានជាការកំដៅអាហារឡើងវិញ មានសារៈសំខាន់?

- ប្រសិនបើអាហារណាមួយ មិនត្រូវបានកំដៅឡើងវិញឱ្យបានត្រឹមត្រូវទេ វាអាចស្ថិតនៅក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់នៃសីតុណ្ហភាព (5°C ដល់ 60°C) ក្នុងរយៈពេលយូរពេក ហើយមេរោគអាក្រក់អាចលូតលាស់បាន។ ចំណុចនេះ អាចធ្វើអោយមនុស្សឈឺ ឬស្លាប់ បាន។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ប្រើឧបករណ៍ត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកំដៅអាហារឡើងវិញឲ្យបានលឿន ៖
  (ធីកលើឧបករណ៍ដែលអ្នក និងបុគ្គលិកប្រើ)
  - ☐ ឆ្នាំងកម្តៅមីក្រូវ៉ែវ (microwave)
  - ☐ ចង្ក្រាន (stovetop)
  - ☐ ឡ
  - ☐ ផ្សេងៗ _____
- បើមានផ្តល់ជូន សូមអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់អ្នកផលិត ក្នុងការប្រើឧបករណ៍ទាំងនោះ សម្រាប់កំដៅអាហារឡើងវិញ។
- ត្រូវកំដៅអាហារឡើងវិញរហូតដល់ចេញចំហាយក្តៅ (យ៉ាងហោចណាស់ក្នុងកម្រិត 75°C) ក្នុងផ្នែកដែលត្រជាក់ជាងគេ (បើជាអាហាររាវ) ឬផ្នែកកណ្តាល (បើជាអាហារឹង) ហើយត្រូវរក្សាវាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពលើសពី 60°C រហូតដល់ដាក់ឲ្យភ្ញៀវបរិភោគ។

- អាហារដែលបានកំដៅឡើងវិញ ដែលវបានរក្សាទុកក្នុងចន្លោះសីតុណ្ហភាពពី 5°C ដល់ 60 °C រហូត 4 ម៉ោង ត្រូវយកវាមកកំដៅឡើងវិញ ឲ្យក្តៅលើសពី 75°C ហើយត្រូវបរិភោគនៅពេលវាក្តៅ (លើស 60°C)។ ប្រសិនបើអាហារដែលបានកំដៅឡើងវិញ ត្រូវរក្សាទុកនៅចន្លោះពី 5°C និង 60°C លើសពី 4 ម៉ោង, សូមចាក់វាចោលទៅ។
- ប្រសិនបើ ការកំដៅដុំសាច់ក្រហម ឬដុំសាច់បសុបក្សី ដែលត្រូវបានចម្អិនហើយ ដោយប្រើកំដៅឧណ្ហៗ សូមអនុវត្តតាម **'ការចម្អិនដោយប្រើកំដៅឧណ្ហៗ'** [ប័ណ្ណពណ៌កាប់ស្តាំង]។
- ម៉ាស៊ីនលក់អាហារ ដែលអាចកំដៅអាហារឡើងវិញ ត្រូវតែកំដៅអាហារ យ៉ាងហោចណាស់ ឲ្យក្តៅក្នុងកម្រិត 75°C ឬធ្វើតាមការណែនាំរបស់អ្នកផលិត។ ម៉ាស៊ីននេះ ក៏ត្រូវរក្សាសីតុណ្ហភាពអាហារ ឲ្យលើសពី 60°C រហូតដល់យកទៅបរិភោគ ដែរ។
- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក កម្តៅអាហារជាទៀងទាត់, អ្នកអាចបញ្ជាក់អំពីប្រសិទ្ធិភាពនៃវិធីកំដៅអាហារ របស់អ្នក ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចពិនិត្យមើលអាហារជាចំណែកៗ តាមពេលកំណត់។ សូមមើល**'កាបញ្ជាក់ថាវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើមានប្រសិទ្ធភាពរាល់ពេល'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់នូវ៖
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក កំដៅអាហារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក អាចដឹងបានថា ម៉ាស៊ីនលក់អាហារ របស់អ្នក អាចកំដៅអាហារ ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។



ការធ្វើឲ្យអាហារដែលចម្អិនថ្មីៗឲ្យត្រជាក់

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវធ្វើអាហារឲ្យត្រជាក់ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកុំឲ្យអាហារស្ថិតក្នុងតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់ (5°C ដល់ 60°C) យូរពេក ដែលអាចឲ្យមេរោគលូតលាស់ដល់កម្រិតគ្មានសុវត្ថិភាព។
- បើអ្នកប្រញាប់យកអាហារក្តៅ ដាក់ចូលក្នុងទូរក្លាស់សេលឿនពេក គឺវាអាចបង្កើនសីតុណ្ហភាពនៃអាហារដែលនៅក្នុងទូរនោះដែរ ដែលធ្វើឱ្យអាហារទាំងនោះ មិនមានសុវត្ថិភាព។
- ឧទាហរណ៍នៃអាហារដែលត្រូវធ្វើឲ្យត្រជាក់លឿន រួមមាន ៖ បាយដែលមិនមានលាយជាតិជូរ, ស៊ុប, សាច់, នំផាយសាច់, ខាសេរ៉ូល, សម្លការី, ប៉ាស្តា, ឃីសឆ៍។

ហេតុអ្វីបានជាការធ្វើឲ្យអាហារចំអិនថ្មី ត្រជាក់ មានសារៈសំខាន់?

- ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចធ្វើឲ្យអាហារត្រជាក់ បានត្រឹមត្រូវទេ វាអាចបន្តស្ថិតនៅក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់នៃសីតុណ្ហភាព (5°C ដល់ 60°C) ក្នុងរយៈពេលយូរពេកដែលអាចធ្វើឲ្យមេរោគលូតលាស់។ ចំណុចនេះ អាចធ្វើអោយមនុស្សឈឺ ឬស្លាប់ បានដែរ។

D
ធ្វើ

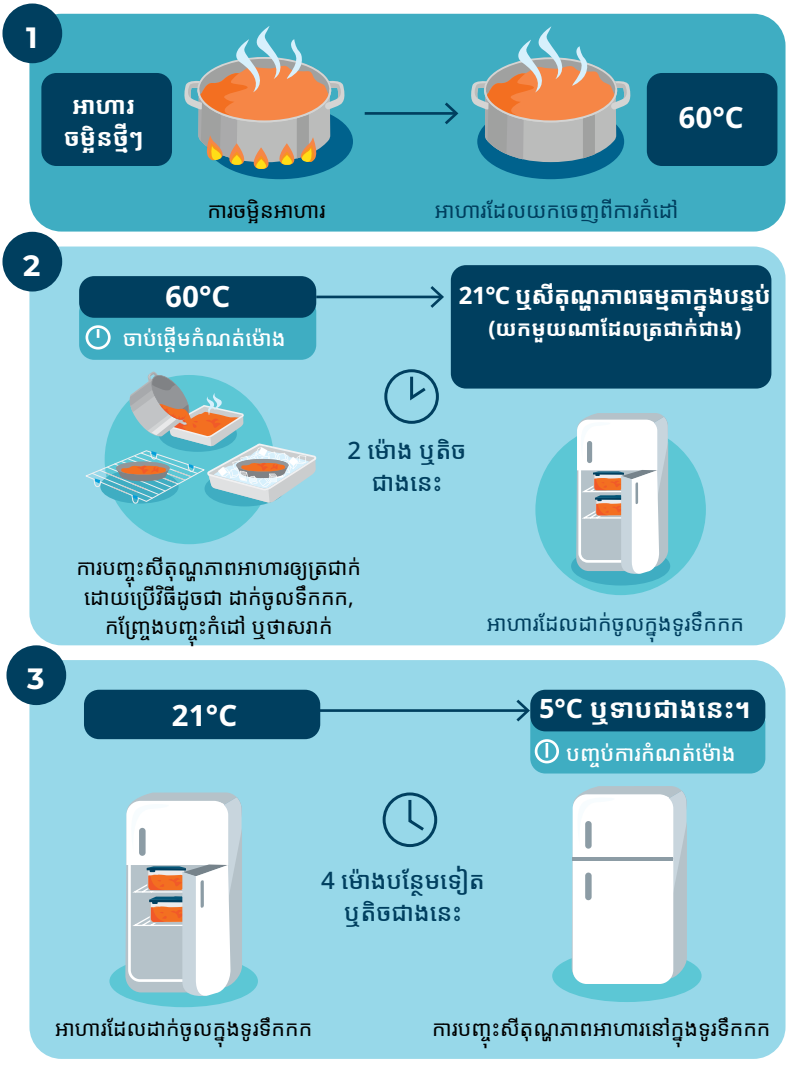
តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ត្រូវធ្វើឲ្យអាហារត្រជាក់បានរហ័ស ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់ ឬមិនឲ្យវាផលិតជាតិពុល។
- អាហារ ត្រូវចេញពី ៖
  - 60°C ទៅ 5°C (ឬទាបជាងនេះ) ក្នុងរយៈពេលតិចជាង 6 ម៉ោង បើមិនអញ្ចឹងទេយើងត្រូវបោះវាចោល
  - ដើម្បីសម្រេចបាននូវចំណុចនេះ អ្នកត្រូវធ្វើឱ្យអាហារត្រជាក់ពី 60°C ទៅ 21°C ឬធ្វើឲ្យវាចុះត្រឹមសីតុណ្ហភាពធម្មតាក្នុងបន្ទប់ (យកសីតុណ្ហភាពមួយណាដែលទាបជាង) ក្នុងរយៈពេលតិចជាង 2 ម៉ោង។ បន្ទាប់មក ត្រូវបញ្ចុះសីតុណ្ហភាពពី 21°C ឬសីតុណ្ហភាពធម្មតាក្នុងបន្ទប់ (យកមួយណាដែលទាបជាង) ទៅ 5°C (ឬ ទាបជាងនេះ) ក្នុងរយៈពេលតិចជាង 4 ម៉ោង។

- ដំណើរការបញ្ឆះសីតុណ្ហភាពអាហារ គឺអាចធ្វើបាន តែក្នុងករណីដែលអាហាររបស់អ្នក ស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាព 60°C ប៉ុណ្ណោះ។ នេះគឺពេលដែលអ្នកចាប់ផ្តើមពិនិត្យអាហាររបស់អ្នក។
- នៅពេលអាហាររបស់អ្នក ស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាព 21°C ឬស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាពធម្មតា (យកមួយណាដែលទាបជាង) សូមដាក់វាចូលក្នុងទូទឹកកក ឬទូក្លាសសេ។
- ត្រូវពិនិត្យមើលថាបន្ទាប់ពី 4 ម៉ោង អាហារនោះ ស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាព 5°C ឬទាបជាងនេះ។
- ប្រើប្រាស់វិធីណាមួយ (ឬវិធីបន្សំ) នៃវិធីទាំងនេះ ៖
(ធីកលើ វិធីណាមួយដែលអ្នក ឬបុគ្គលិកប្រើ) ៖
  - ☐ ដាក់អាហាររបស់អ្នក ចូលក្នុងប្រដាប់ដាក់អាហារ ដែលរាក់
  - ☐ ប្រើធុងទឹកកក
  - ☐ ញែកអាហាររបស់អ្នក ទៅជាបំណែកតូចៗ
  - ☐ ប្រើកង្ហែងបញ្ចុះកំដៅ,
  - ☐ ដាក់អាហាររបស់អ្នក ក្នុងម៉ាស៊ីនក្លាសសេបាញ់ខ្យល់ត្រជាក់ខ្លាំង (blast chiller)
- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក បានកម្តៅអាហារ ជាទៀងទាត់, អ្នកអាចបញ្ជាក់អំពីប្រសិទ្ធិភាពនៃវិធីធ្វើឲ្យអាហារត្រជាក់ ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចពិនិត្យមើលអាហារជាបាច់ តាមពេលកំណត់។ សូមមើល**'កាបញ្ជាក់ថាវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើមានប្រសិទ្ធភាពរាល់ពេល'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។
- អនុវត្តតាមនីតិវិធីអ្វីដែលត្រូវធ្វើ **'ពេលមានកំហុសកើតឡើង'** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម] ប្រសិនបើអាហារ មិនចុះកំដៅ ដោយសុវត្ថិភាព ក្នុងរយៈពេល 6 ម៉ោង។

ការបញ្ចុះសីតុណ្ហភាពអាហារ

ត្រូវចាក់ចោល ប្រសិនបើអាហារនោះ មិនបានចុះសីតុណ្ហភាពទៅ 5°C ក្នុងរយៈពេល 6 ម៉ោង ទេនោះ។



តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញ ឬពណ៌នាប្រាប់អ្នកផ្សៀងផ្នាត់ ពីវិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីបញ្ចុះសីតុណ្ហភាពអាហារ ដែលទើបចំអិនថ្មីៗ ឲ្យត្រជាក់បានរហ័ស។



- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្នាត់ នូវ**កំណត់ត្រា** ស្តីពីវិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីធ្វើឲ្យអាហារដែលទើបចម្អិនថ្មីៗនៃបាច់នីមួយៗត្រជាក់ ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព (ដូចជាបញ្ចុះពីសីតុណ្ហភាព 60°C ទៅ 21°C ឬបញ្ចុះទៅកាន់សីតុណ្ហភាពធម្មតា (យកមួយណាដែលទាបជាង) ក្នុងរយៈពេលតិចជាង 2 ម៉ោង, បន្ទាប់មកបញ្ចុះពីសីតុណ្ហភាព 21°C ឬបញ្ចុះពីសីតុណ្ហភាពធម្មតា (យកមួយណាដែលទាបជាង) ទៅកាន់សីតុណ្ហភាព 5°C (ឬទាបជាងនេះ) ក្នុងរយៈពេលតិចជាង 4 ម៉ោង)។
- កត់ត្រាទុក ៖
  - ឈ្មោះអាហារ
  - កាលបរិច្ឆេទពេលអាហារត្រូវបានចំអិន
  - រយៈពេលដែលបានប្រើ ដើម្បីធ្វើឲ្យអាហារចុះត្រជាក់។



- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិក អាចបញ្ជាក់ថា វិធីដែលអ្នកប្រើ ដើម្បីបញ្ចុះសីតុណ្ហភាពអាហារ មានប្រសិទ្ធិភាព, សូមបង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្នាត់ នូវ**កំណត់ត្រា**ទៅតាមភាពតម្រូវនៃ **'ការបញ្ជាក់ថាវិធីដែលអ្នកប្រើមានប្រសិទ្ធិភាពរាល់ពេល'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។



ការរំលាយទឹកកកពីអាហារ

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើអ្នក ទុកអាហារចោលឱ្យរលាយនៅសីតុណ្ហភាពធម្មតាក្នុងបន្ទប់ ក្នុងរយៈពេលយូរ, ផ្នែកខាងក្រៅនៃអាហារ អាចស្ថិតនៅក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់នៃសីតុណ្ហភាព (5°C-60°C) យូរពេក មុនពេលចំណុចកណ្តាលរលាយ។
- ទុកឲ្យអាហាររលាយនៅក្នុងទូរទឹកកក ធានាថាវាមិនបានស្ថិតនៅក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ ហើយវាស្ថិតក្នុងស្ថានភាពល្អបំផុតសម្រាប់ប្រើប្រាស់។
- ប្រសិនបើអាហារនោះ គឺគ្រាន់តែបានរំលាយទឹកកកចេញតែមួយផ្នែក, វាអាចមិនក្តៅដល់សីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ ក្នុងអំឡុងពេលចំអិន ដើម្បីសម្លាប់មេរោគ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ធ្វើផែនការជាមុន ប្រសិនបើអ្នកប្រើអាហារកក ដើម្បីឲ្យអ្នកមានពេលគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ធ្វើឲ្យអាហាររលាយប្រកបដោយសុវត្ថិភាព, មិនថារំលាយនៅក្នុងទូរទឹកកក/ទូរក្លាសសេឡើយ។
- នៅពេលត្រូវធ្វើ, សូមរំលាយផលិតផល ទៅតាមការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត។
- ត្រូវដាក់ស្លាកឲ្យបានច្បាស់ អំពីអាហារដែលកំពុងរំលាយ (ឧ. កាលបរិច្ឆេទចាប់ផ្តើមរំលាយ) ។
- ត្រូវទុកដាក់អាហារ ដែលបានរំលាយ នៅក្នុងប្រដាប់ដាក់អាហារ និងនៅជិតបាតទូរទឹកកក/ទូរក្លាសសេ ដើម្បីការពារកុំឲ្យហៀរទឹករាលដាលដល់ផ្នែកខាងក្រៅ និងអាហារផ្សេងទៀត។
- ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចរំលាយអាហារនៅក្នុងទូរទឹកកក/ទូរក្លាសសេបានទេ, អ្នកអាចប្រើវិធីណាមួយ (ឬវិធីបន្សំ) នៃវិធីទាំងនេះ ៖
(ផឹកលើវិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិកប្រើ)
  - ☐ រំលាយអាហារនៅក្នុងឆ្នាំងកម្តៅមីក្រូវ៉ែវ និងប្រើប្រាស់អាហារនោះភ្លាមៗ
  - ☐ រំលាយអាហារ ដោយទឹកត្រជាក់បង្ហូរចេញពីទុយ៉ូ នៅក្នុងប្រដាប់ដាក់អាហារដែលបិទជិត។
  - ☐ រំលាយអាហារ ដោយដាក់លើតុ មិនឲ្យយូរជាង 4 ម៉ោង

D
ធ្វើ

- នៅពេលអាហាររលាយពីកំណកហើយ, អាហារដែលធម្មតា ត្រូវរក្សាឲ្យត្រជាក់ ឬរក្សាឲ្យនៅក្តៅ ត្រូវតែដាក់ក្លាសសេ, ចំអិន ឬរក្សាសីតុណ្ហភាពរបស់វា ឲ្យនៅក្តៅជានិច្ច។
- អាហារដែលអ្នកចង់រំលាយ ត្រូវតែរំលាយពីភាពកក ឲ្យរលាយពេញលេញ មុនយកវាទៅកំដៅ ឬចំអិន។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់នូវ ៖
  - វិធី ដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីរំលាយទឹកកកចេញពីអាហារ
  - វិធី ដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីរំលាយទឹកកកចេញពីអាហារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។

ការប្រើប្រាស់សម្ភាពទឹក ដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- និតិវិធីនេះ អាចអនុវត្តចំពោះមនុស្សចូលចិត្តអាហារខាប់ និងអាហារស្ងួត។
- ឧទាហរណ៍នៃអាហារដែលអាចសម្ងួត ដោយប្រើប័ណ្ណនេះមានដូចជា ៖ សាច់ស្ងួត, ផ្លែឈើ និងបន្លែស្ងួត (ឧ. ក្រូចឆ្មាស្ងួត, ក្រូចជូរស្ងួត, ក្រូចស្ងួត)។
- មេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ វាត្រូវការសំណើមដើម្បីលូតលាស់។ កាត់បន្ថយបរិមាណសំណើម (សកម្មភាពទឹក) នៃអាហារ របស់អ្នក អាចជួយបញ្ឈប់ការលូតលាស់របស់មេរោគ។
- សកម្មភាពទឹក គឺទាក់ទងនឹងបរិមាណទឹកដែលមាន ដើម្បីទ្រទ្រង់ដល់ការលូតលាស់នៃមេរោគនៅក្នុងអាហាររបស់អ្នក។ វាមិនដូចគ្នានឹងសំណើមទូទៅ នៃអាហារឡើយ ព្រោះថាសំណើមខ្លះ ដែលនៅក្នុងអាហារ គឺមិនមានសម្រាប់ឲ្យមេរោគលូតលាស់ឡើយ។
- ដើម្បីបន្ថយសកម្មភាពទឹក អ្នកត្រូវកាត់បន្ថយជាតិសំណើម ដើម្បីកុំឲ្យមេរោគលូតលាស់ បានដោយងាយ។ ចំណុចនេះយើងអាចធ្វើបាន ដោយការសម្ងួត ឬបន្ថែមអំបិល ឬស្ករ ចូលក្នុងអាហារ។
- យើងចាំបាច់ត្រូវការ សកម្មភាពទឹកចំនួន 0.85 ឬតិចជាងនេះ ប្រសិនបើយើងមិនមានបំណងរក្សាអាហារនោះទុកក្នុងទូរទឹកកក ឬមិនប្រើវិធីផ្សេងទៀត សម្រាប់រក្សាអាហារទុកទេនោះ (ឧ. pH)។
- សាច់ស្ងួត (Biltong) មិនអាចធ្វើ និងលក់ ក្រោមផែនការនេះបានទេ។ សូមទាក់ទង MPI (foodactinfo@mpi.govt.nz) ដើម្បីសុំជំនួយបន្ថែម។
- ការបន្ថយបរិមាណសំណើម នៅក្នុងអាហារ ក៏មានផលប៉ះពាល់ដល់ការធ្វើឲ្យកំហាប់អំបិល ឬស្ករ នៅក្នុងអាហារកើនឡើងដែរ ដែលវាអាចជួយសម្លាប់មេរោគបានច្រើន។
- រឿងសំខាន់គឺថា វិធីសាស្ត្រ ដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើក្នុងការរម្ងាស់ ឬសម្ងួត គឺជាការទាញយកទឹកចេញបានសព្វពីអាហារ។ ប្រសិនបើមានកន្លែងណាមួយ នៅក្នុងអាហារ បង្ហាញពីសកម្មភាពទឹកខ្ពស់ជាងកន្លែងផ្សេង, គឺមានន័យថា មេរោគអាចលូតលាស់នៅក្នុងផ្នែកទាំងនោះបាន ហើយធ្វើឲ្យអាហារទៅជាគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមស្របសម្រាប់បរិភោគ។

K
ដឹង

- ពេលដែលសកម្មភាពទឹក នៅក្នុងអាហារ របស់អ្នក តិចជាង 0.85, ប្រកាសំខាន់គឺការពារអាហារ ពីការស្រូបយកជាតិទឹក ពីក្នុងខ្យល់ ឬពីអាហារផ្សេងទៀត ក្នុងកំឡុងពេលនៃការរក្សាវាទុក។ កិច្ចនេះអាចធ្វើបាន ដោយ ៖
  - ការប្រើកញ្ចប់វេចខ្ចប់ ដែលការពារមិនឲ្យវាស្រូបយកសំណើម ឬ
  - ការរក្សាទុកអាហារក្នុងបរិស្ថានដែលមានការគ្រប់គ្រងសំណើមបានល្អ។
- ប្រសិនបើសកម្មភាពទឹកកើនឡើងម្តងទៀត មេរោគដែលនៅរស់អាចចាប់ផ្តើមលូតលាស់ជាថ្មីទៀត និងធ្វើឲ្យអាហារនោះក្លាយជាគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមស្របសម្រាប់បរិភោគ។
- គឺមានបទបញ្ញត្តិ នៅក្នុងក្រមស្តង់ដារអាហារនៃប្រទេសអូស្ត្រាលី និងនូវែលហ្សឡង់ (ក្រម) ស្តីពីប្រភេទនៃគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ (ឧ. សារធាតុបង្ការមិនឲ្យអាហារខូច) ដែលអ្នកអាចប្រើ សម្រាប់ដាក់ក្នុងអាហារមួយចំនួនបាន។ សូមអានខ្លឹមសារនៃក្រមនេះ ឬសួរនាំអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក មិនចាំបាច់ធ្វើតាមប័ណ្ណនេះទេ ប្រសិនបើអ្នកកំពុងធ្វើតាម **'ការធ្វើទាអាំងបែបចិន'** [ប័ណ្ណពណ៌កាប់ស្តាំង។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

ការសម្អួតអាហារ

- ផលិតផលអាហារស្ងួត ត្រូវតែមានសកម្មភាពទឹកក្នុងកម្រិត 0.85 ឬទាបជាងនេះ លើកលែងតែ វាអាច ៖ (ធីកលើចំណុចណាដែលសមស្រប)
  - ☐ រក្សាទុកក្នុងស្ថានភាពត្រជាក់ ក្នុងសីតុណ្ហភាព 5°C ឬទាបជាងនេះ រហូតដល់ពេលត្រូវយកវាទៅប្រើប្រាស់
  - ☐ អាស្រ័យទៅលើវិធីផ្សេងទៀតដែលមានសុពលភាព ក្នុងការបង្ការអាហារមិនឲ្យខូច (ឧ. ការកាត់បន្ថយកម្រិត pH)។
- ឧបករណ៍សម្អួតទាំងអស់ (ឧ. ម៉ាស៊ីនកម្តៅ, កង្ហារ, ម៉ាស៊ីនបង្កើនសំណើម) ត្រូវតែពិនិត្យជាទៀងទាត់ ឲ្យដឹងថាម៉ាស៊ីនទាំងនេះមានដំណើរត្រឹមត្រូវ។
- ខ្ញុំនឹងសម្អួតអាហាររបស់ខ្ញុំ ៖ (ធីក យកកន្លែងសម្អួតអាហារ)
  - ☐ ក្នុងកន្លែងដែលមានការគ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាព
  - ☐ ក្នុងកន្លែងដែលសីតុណ្ហភាពមានខ្យល់ជុំវិញ។

- ប្រសិនបើអ្នក កំពុងសម្អួតអាហារនៅក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ (5°C ដល់ 60°C) ដែលជាធម្មតាត្រូវមានការគ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាព នោះអ្នកត្រូវតែអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិ 2 ម៉ោង/4 ម៉ោង។ មើល **'ការរៀបចំអាហារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព'** [ប័ណ្ណពណ៌បៃតង]។
- ប្រសិនបើអ្នក ធ្វើអាហារដោយប្រើសកម្មភាពទឹក ក្នុងកម្រិត 0.85 ឬទាបជាងនេះ, អ្នកត្រូវតែធ្វើតេស្តផលិតផលទាំងនោះ ដើម្បីធានាបានសំណើមក្នុងកម្រិតនេះ។
- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិក បានបញ្ចាក់ពីវិធី សម្រាប់សម្អួតអាហារ ដោយប្រើសកម្មភាពទឹក ក្នុងកម្រិត 0.85 ឬទាបជាងនេះ, អ្នកត្រូវតែបញ្ជូនផលិតផល 3 បាច់ទៅមន្ទីរពិសោធន៍ដែលមានការទទួលស្គាល់ត្រឹមត្រូវ ឲ្យធ្វើតេស្តសកម្មភាព។ ការធ្វើតេស្តនេះ ត្រូវតែធ្វើយ៉ាងហោចណាស់ម្តង នៅពេលដំបូង ហើយបន្ទាប់មក អ្នកអាចប្រើវិធីរបស់អ្នក ដើម្បីគណនាសកម្មភាពទឹក (ឧ. ការបាត់បង់ទម្ងន់)។ សូមមើល**'កាបញ្ចាក់ថាវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើមានប្រសិទ្ធភាពរាល់ពេល'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]]។

ការត្រាំអាហារនឹងទឹកអំបិល និងការប្រឡាក់អំបិល

- ក្នុងអំឡុងពេលដាក់ត្រាំក្នុងទឹកអំបិល ត្រូវដាក់ត្រាំសាច់ឲ្យលិចនៅក្នុងទឹកអំបិល។
- ចាក់ទឹកចោល ហើយសម្អាតធុងសម្រាប់ត្រាំទឹកអំបិលឲ្យបានទៀងទាត់។
- ពិនិត្យមើលឧបករណ៍ចាក់ មុនពេល និងក្រោយពេលប្រើប្រាស់ម្តងៗ ដើម្បីែកមើលផ្នែកដែលបាក់បែក និងបាត់។
- ប្រដាប់ចាក់ត្រូវតែលាងសម្អាតមុនពេលប្រើ។
- នៅពេលប្រឡាក់អំបិល ឬលាបអំបិល ត្រូវប្រាកដថា អ្នកយកអំបិលលាបលើផ្ទៃអាហារឱ្យបានស្មើគ្នា។

ល្បាយទឹកប្រៃ និងល្បាយទឹកអំបិល

- សូមប្រើតែគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារដែលគេអនុញ្ញាត។ សូមអានបទបញ្ញត្តិ នៅក្នុងក្រម សម្រាប់បញ្ជីរាយឈ្មោះគ្រឿងបន្ថែមលើអាហារ ដែលអ្នកអាចប្រើបាន។
- ធ្វើ និងប្រើគ្រឿងសម្រាប់រៀបចំអាហារដោយអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត ឬសាកល្បង និងធ្វើតេស្តដោយប្រើក្បួនរបស់ខ្លួនផ្ទាល់។
- កុំពង្រាវកំហាប់នៃគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ (ឧ. ជាតិនីទ្រីត) និងអំបិល ដែលចាំបាច់ដើម្បីសម្រេចបាននូវការត្រាំទឹកប្រៃ និងការប្រឡាក់អំបិល

- រក្សាគ្រឿងសម្រាប់រៀបចំអាហារឲ្យត្រជាក់ក្នុងសីតុណ្ហភាព 5°C ឬទាបជាងនេះ។ រក្សាទុកអាហារទាំងអស់ដោយគ្របឲ្យជិត រហូតដល់ពេលយកវាមកប្រើប្រាស់។
- ចាប់ផ្តើមប្រឡាក់ទឹកអំបិល និនប្រឡាក់អំបិល ក្នុងសីតុណ្ហភាព 5°C ឬទាបជាងនេះ។
- ចាក់ចោលនូវគ្រឿងសម្រាប់រៀបចំអាហារដែលប្រើឡើងវិញ ឬបង្វិលប្រើម្តងទៀត និងគ្រឿងសម្រាប់រៀបចំអាហារដែលអាចឆ្លងមេរោគ ដូចជាគ្រឿងដែលបានប្រើប្រាស់ក្នុងពេលចាក់ចូល នៅចុងបញ្ចប់នៃបាច់អាហារនិមួយៗ ឬនៅពេលបញ្ចប់ប្រតិបត្តិការប្រចាំថ្ងៃ។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់នូវ ៖
  - លទ្ធផលណាមួយ ចេញពីមន្ទីរពិសោធន៍ ឬលទ្ធផលចេញពីវិធី របស់អ្នកផ្គាល់ (ឧ. ការបាត់ទម្ងន់) សម្រាប់ធ្វើតេស្តសកម្មភាពទឹក (ប្រសិនបើទាក់ទង)
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក សម្អួត និងប្រឡាក់ទឹកអំបិលអាហារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព
  - **កំណត់ត្រា** នៃសារធាតុបន្ថែមអាហារដែលត្រូវបានអនុញ្ញាត និងរបៀបដែលអ្នកកំពុងបំពេញតាមបទបញ្ញត្តិ នៅក្នុងក្រម នេះ។



ការប្រើប្រាស់អាស៊ីតដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិក ផ្អាប់ ឬដាក់ជាតិជូរទៅក្នុងអាហារ ដើម្បីឲ្យវាមានសុវត្ថិភាព, អ្នកត្រូវបំពេញតាមបទបញ្ញតិស្តីពីពីកម្រិត pH។
- ការដាក់ជាតិជូរក្នុងអាហារ គឺអាចធ្វើបាន ដើម្បីបញ្ឈប់ ឬពន្យឺតការលូតលាស់មេរោគបង្កគ្រោះថ្នាក់ (ឧ. ការធ្វើជ្រក់ខ្ទឹមបានរាំង)។
- ការផ្អាប់អាហារ គឺធ្វើឡើង ដើម្បីបណ្តុះមេរោគល្អ នៅក្នុងអាហារ ដើម្បីប្រឆាំងនឹងមេរោគបង្កគ្រោះថ្នាក់ និងពន្យឺតការលូតលាស់របស់ពួកវា។
- ឧទាហរណ៍ អំពីអាហារដែលអាចធ្វើ ដោយប្រើប័ណ្ណនេះ គឺ ៖ បន្លែជ្រក់, ផ្លែឈើ និងសាច់, ជ្រក់ផ្សិត (kombucha); គីមឈី; ជ្រក់ស្ពៃក្តោប (saurkraut); ទឹកជ្រលក់ជាដើម;
- មេរោគគ្រោះថ្នាក់ជាច្រើន មិនអាចលូតលាស់ ឬលូតលាស់យ៉ាងយឺត នៅក្នុងបរិស្ថានដែលមានជាតិអាស៊ីត (ដែលមានកម្រិត pH 4.6 ឬតិចជាងនេះ)។ បន្ថយកំរិត pH ដល់កម្រិតក្រោម 3.6 គឺអាចសម្លាប់មេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់បានច្រើនបំផុត។
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក មិនចាំបាច់ធ្វើតាមប័ណ្ណនេះទេ ប្រសិនបើអ្នកធ្វើតាមប័ណ្ណណាមួយខាងក្រោម ៖
  - **ការធ្វើទាំខ្ញែតាមរបៀបចិន** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកសមុទ្រ], ឬ
  - **ការធ្វើស៊ូស៊ី** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកសមុទ្រ]
- អ្នកត្រូវប្រើកម្រិត pH លើអាហាររបស់អ្នកឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកុំឱ្យប៉ះពាល់ដល់អតិថិជនរបស់អ្នក ពោលគឺប្រសិនបើអាហារមានជាតិអាស៊ីតច្រើនពេក (pH តិចជាង 3.0) គឺអាចធ្វើឲ្យរលាកបំពង់កអ្នកបរិភោគ។ ប្រសិនបើអាហារមិនមានជាតិអាស៊ីតគ្រប់គ្រាន់ (pH លើសពី 4.6) មេរោគអាក្រក់ជាច្រើនអាចលូតលាស់បាន។
- ប្រការសំខាន់គឺថា វិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើដើម្បីដាក់ជាតិជូរនៅក្នុងអាហារ ធ្វើឲ្យមានជាតិ pH ស្មើសព្វពេញអាហារ គឺដើម្បីការពារកុំឲ្យមេរោគលូតលាស់។

K
ដឹង

- អ្នកត្រូវគណនាអាយុកាលនៃអាហារដែលអ្នកធ្វើឲ្យជូរ ឬផ្អាប់ ដោយអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុង **'ការវេចខ្ចប់ និងដាក់ស្លាកអាហាររបស់អ្នក'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច]។
- អ្នកមិនអាចធ្វើម្ហូបបែបសាច់កិនផ្អាប់ (UCFM) ដែលនៅឆៅ (ឧ. សាលាមីឆៅ ឬសាច់ក្រកជ្រូក chorizo ឆៅ) ជាមួយនឹងផែនការនេះបានទេ។ អ្នកត្រូវចុះបញ្ជីផែនការគ្រប់គ្រងអាហារផ្ទាល់ខ្លួន ប្រសិនបើអ្នកចង់ធ្វើអាហារទាំងនេះ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមមើលនៅទីនេះ ៖ www.mpi.govt.nz/food-business/running-a-food-business/food-control-plans/custom-food-control-plans/create-custom-food-control-plan/
- ប្រសិនបើអ្នកចង់លក់អាហារជូរ ឬអាហារផ្អាប់ ឲ្យអ្នកប្រកបអាជីវកម្មអាហារផ្សេងទៀត (ឧ. ទឹកជ្រលក់, ជ្រក់ផ្សិត (Kombucha) ។ល។) អ្នកត្រូវអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុង **'ការលក់អាហារទៅឱ្យអ្នកប្រកបអាជីវកម្មអាហារផ្សេងទៀត'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច]។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- កំណត់អាហារដែលត្រូវផ្អាប់ ឬដាក់ជាតិជូរ។
- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិក ដាក់ជាតិជូរនៅក្នុងអាហារ មិនមែនដើម្បីបង្កើនរសជាតិអាហារ អ្នកត្រូវប្រើវិធីសាស្ត្រណាដែលអាចជួយរក្សាបានកម្រិតជាតិ pH ថេរ។
- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិក ផ្អាប់អាហារ, អ្នកត្រូវប្រើវិធីសាស្ត្រណាដែលធ្វើឲ្យមេរោគល្អលូតលាស់បានលឿន, បានល្អ និងលូតលាស់ស្មើគ្នា គ្រប់ទីកន្លែងក្នុងអាហារ។
- សូមប្រើវិធីណាមួយ ក្នុងចំណោមវិធីទាំងនេះ ដើម្បីវាស់កម្រិត pH ៖ (គូសធីកអ្វីដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកនឹងធ្វើ)
  - ☐ ប្រើឧបករណ៍វាស់កម្រិត pH ដែលបានក្រិតតាមខ្នាត ឬ
  - ☐ ផ្ញើគំរូទៅមន្ទីរពិសោធន៍ដែលមានការទទួលស្គាល់។
- ធ្វើតេស្តអាហារសម្រេច របស់អ្នក រាល់ពេលដែលអ្នកធ្វើ ដើម្បីធានាថា កម្រិត pH នៅក្នុងអាហារ មានភាពថេរក្នុងកម្រិត ៖
  - 3.6 ឬទាបជាងនេះ ឬ
  - 4.6 ឬទាបជាងនេះ សម្រាប់អាហារជ្រក់ (ឧ. បន្លែជ្រក់)។

- ប្រសិនបើអ្នកចង់លក់អាហារជូរ ឬអាហារផ្អាប់ ឲ្យអ្នកប្រកបអាជីវកម្មអាហារផ្សេងទៀត, ពេលនោះ អ្នកត្រូវអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុង **'ការលក់អាហារទៅឱ្យអ្នកប្រកបអាជីវកម្មអាហារផ្សេងទៀត'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច]។
- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ដាក់ជាតិជូរចូល ឬផ្អាប់ផលិតផល ជាទៀងទាត់, អ្នកអាចបញ្ជាក់អំពីប្រសិទ្ធិភាពនៃវិធីដែលអ្នកប្រើ ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចពិនិត្យមើលអាហារជាបាច់ តាមពេលកំណត់។ សូមមើល**'កាបញ្ជាក់ថាវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើមានប្រសិទ្ធភាពរាល់ពេល'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកធ្វើងផ្ទាត់ នូវ ៖
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ផ្អាប់ ឬដាក់ជាតិជូរក្នុងអាហាររបស់អ្នក
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក អាចដឹងថា pH នៅក្នុងអាហារគឺស្មើគ្នា ហើយ ៖
    - វាស្ថិតក្នុងរវាង 3.0 ទៅ 3.6 ឬ
    - វាមានកម្រិតទាបជាង 4.6 សម្រាប់អាហារជ្រក់។
  - ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិក ផ្អាប់អាហារ តើអ្នកអាចដឹងបានដោយវិធីណាថារបៀបផ្អាប់របស់អ្នក បានផល



ការប្រើផ្សែងក្តៅដើម្បីកំចាត់មេរោគ

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អ្នកអាចឆ្អើរអាហាររបស់អ្នកដោយប្រើផ្សែងក្តៅដើម្បីចម្អិន ឬបន្ថែមរសជាតិ។ អាស្រ័យលើអ្វីដែលអ្នកកំពុងធ្វើ គឺអាចកំណត់ថាតើ អ្នកត្រូវប្រើបញ្ញត្តិមួយណា នៅក្នុង ផ្នែក**ធ្វើ** នៃប័ណ្ណនេះ។
- គឺមានបទបញ្ញត្តិ នៅក្នុងក្រមស្តង់ដារអាហារនៃប្រទេសអូស្ត្រាលី និងនូវែលហ្សឹឡង់ (ក្រម) ស្តីពីប្រភេទនៃគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ (ឧ. សារធាតុបង្ការមិនឲ្យអាហារខូច) ដែលលោកអ្នកអាចដាក់ក្នុងអាហារមួយចំនួនបាន។ សូមអានខ្លឹមសារនៃក្រមនេះ ឬសួរនាំអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

ហេតុអ្វីបានជាការឆ្អើរដោយប្រើផ្សែងក្តៅ សំខាន់ក្នុងការគ្រប់គ្រងមេរោគក្នុងអាហារ?

- ការឆ្អើរអាហារដោយផ្សែងក្តៅ អាចជួយបញ្ឈប់ការលូតលាស់មេរោគនៅក្នុងអាហារ ប៉ុន្តែយើងត្រូវកែច្នៃបន្ថែម ឬរក្សាអាហារទុកក្នុងទូរត្រជាក់ដើម្បីធានាបានថា អាហារមានសុវត្ថិភាព។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ជ្រើសរើសមូលហេតុដែលអ្នកប្រើការឆ្អើរដោយប្រើផ្សែងក្តៅ ៖
  - ☐ ប្រើផ្សែងក្តៅដើម្បីចំអិនអាហារ
  - ☐ ប្រើផ្សែងក្តៅ ដើម្បីបង្កើនរសជាតិអាហារ។

ឆ្អើរអាហារសមុទ្រ

- នៅពេលអ្នកឆ្អើរអាហារសមុទ្រដោយផ្សែងក្តៅ គឺអ្នកអាចឆ្អើរបានតែអាហារសមុទ្យណាដែលស្រស់ (មិនកក)។
- ប្រសិនបើការឆ្អើរដោយផ្សែងក្តៅ គឺជាផ្នែកមួយ នៃការចម្អិនអាហារសមុទ្រ អាហារនោះ ត្រូវតែចម្អិនដោយប្រើការបន្សំសីតុណ្ហភាព និងពេលវេលាដូចខាងក្រោម ៖

សីតុណ្ហភាពខាងក្នុង	គ្រុំចំពុះទា	ត្រីសាម៉ុង / ត្រីសម្បូរខ្លាញ់	Hoki/ត្រីគ្មានខ្លាញ់	ផ្សេងៗ (ឧ. ខ្យងខ្ចៅ, ក្តាម/បង្គង)
63°C	6 នាទី	8.5 នាទី	4.25 នាទី	13 នាទី
65°C	2.25 នាទី	4.5 នាទី	2.25 នាទី	6 នាទី
68°C	30 វិនាទី	2 នាទី	1 នាទី	2 នាទី
70°C	5 វិនាទី	35 វិនាទី	10 វិនាទី	1.5 នាទី
75°C	1 វិនាទី	5 វិនាទី	2 វិនាទី	15 វិនាទី

ការឆ្អើរសាច់

- ប្រសិនបើការឆ្អើរជាផ្នែកមួយនៃលំនាំ នៃការចំអិនផលិតផលសាច់ ត្រូវចំអិនវាដល់កម្រិតសីតុណ្ហភាព 75°C ឲ្យបានយ៉ាងហោចណាស់ចំនួន 30 វិនាទី។ ឬការរួមបញ្ចូលគ្នានៃសីតុណ្ហភាព និងពេលវេលាដែលសមមូលគ្នា ចេញពី **'ការចម្អិនសាច់បសុបក្សី, សាច់ម៉ត់ និងថ្លើមមាន់'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី]។
- ឧបករណ៍សម្រាប់ឆ្អើរទាំងអស់ (ឧ. ម៉ាស៊ីនកំដៅ, ម៉ាស៊ីនចលនាខ្យល់ ,កំទិចឈើ) ត្រូវតែមានសុវត្ថិភាព និងដំណើរការត្រឹមត្រូវ។
- ការឆ្អើរ ត្រូវធ្វើឡើង ៖ (គូសធីក លើអ្វីដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក នឹងធ្វើ)
  - ☐ ក្នុងកន្លែងដែលមានការគ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាព
  - ☐ ដោយមានសីតុណ្ហភាពសម្រាប់ឆ្អើរដែលគ្រប់គ្រងដោយមនុស្ស។
- ផលិតផលអាហារត្រូវតែដាក់ឲ្យឃ្លាតចេញពីគ្នា ស្មើៗគ្នា ដើម្បីជួយឲ្យមានចរន្តខ្យល់ និងការឆ្អើរផលិតផលឲ្យបានស្មើ។
- សូមអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត ពេលអ្នកប្រើផ្សែងវត្ថុរាវក្នុងការឆ្អើរ។
- បន្ទាប់ពីអាហាររបស់អ្នក បានឆ្អើររួចហើយ, អាហារដែលត្រូវការរក្សាទុកត្រជាក់ត្រូវរក្សាទុកក្នុងកម្រិតសីតុណ្ហភាព 5°C ឬទាបជាងនេះ ហើយត្រូវតែ ៖ (គូសធីកយកអ្វីដែលអ្នកធ្វើ)
  - ☐ ដាក់កាលបរិច្ឆេទ និងម៉ោង ដែលអាហារបានឆ្អើរ និងបន្ទាប់មកប្រើប្រាស់ ឬលក់ទៅឲ្យអតិថិជន ក្នុងរវាង 5 ថ្ងៃក្រោយការឆ្អើរ ឬ
  - ☐ ដាក់ស្លាក 'បរិភោគមុន' កាលបរិច្ឆេទ។

D
ធ្វើ

- សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម អំពីការដាក់កាលបរិច្ឆេទសម្គាល់ សូមអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិ នៅក្នុង **'ការវេចខ្ចប់ និងការដាក់ស្លាកអាហាររបស់អ្នក'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច] ។
- សម្រាប់អាហារនៃបាច់និមួយៗ ដែលអ្នកឆ្អើរក្តៅ ដែលជាផ្នែកមួយនៃលំនាំ ការចំអិនអាហារ, អ្នកត្រូវតែរក្សាកំណត់ត្រាទុក, ធ្វើតាមបញ្ញត្តិ នៅក្នុងផ្នែ ក **បង្ហាញ**។
- សម្រាប់អាហារក្នុងបាច់និមួយៗ ដែលអ្នកបានឆ្អើរក្តៅ ដើម្បីបង្កើនរសជាតិ, អ្នកត្រូវតែរក្សាកំណត់ត្រាទុក, ធ្វើតាមបញ្ញត្តិ នៅក្នុងផ្នែ ក **បង្ហាញ**។
- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ឆ្អើរអាហារ ដើម្បីបង្កើនរសជាតិ, នោះអ្នកត្រូវតែអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិ 2 ម៉ោង/4 ម៉ោង។ ធ្វើតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុ ង **'ការរៀបចំអាហារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព'** [ប័ណ្ណពណ៌បៃតង]។
- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក បញ្ចុះសីតុណ្ហភាពនៃអាហារដែលបានឆ្អើរក្តៅ, នោះ អ្នកត្រូវតែអនុវត្តតាមភាពតម្រូវនៃ **'ការធ្វើឱ្យអាហារចម្អិនថ្មីៗត្រជាក់'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី]។
- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិក ឆ្អើរក្តៅផលិតផលអាហារ ជាទៀងទាត់, អ្នកអាចបញ្ជាក់ពីវិធី ដែលអ្នកប្រើថាមានប្រសិទ្ធិភាព ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចពិនិត្យអាហារជាបាច់ ប្រចាំសប្តាហ៍។ សូមមើល **'កាបញ្ជាក់ថាវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើមានប្រសិទ្ធភាពរាល់ពេល'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ នូវ ៖
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើក្នុងការឆ្អើរក្តៅអាហារ ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។
  - ប្រសិនបើ ការឆ្អើរក្តៅ គឺជាផ្នែកមួយនៃ**ដំណើរការ**ចំអិនអាហារ, សូមប្រាប់ថាតើអ្នកអាចដឹងដោយរបៀបណាថាអាហារនោះចម្អិនបានឆ្អិន, ហើយធ្វើការកត់ត្រាជាលាយល័ក្ខអក្សរនូវ ៖
    - សីតុណ្ហភាពខ្យល់នៅក្នុងបន្ទប់/ប្រអប់ឆ្អើរ
    - ពេលចាប់ផ្តើមឆ្អើរ
    - ពេលឆ្អើរចប់
    - សីតុណ្ហភាពស្នូល នៃអាហារ នៅចុងបញ្ចប់នៃការចំអិន
    - តើត្រូវការពេលបន្ថែមសម្រាប់ចំអិនដែរឬទេ។

- ប្រសិនបើការឆ្អើរក្តៅ គឺដើម្បីបន្ថែមរសជាតិលើអាហារ សូមធ្វើ**កំណត់ត្រា**ជាលាយល័ក្ខអក្ស ស្តីពី ៖
  - សីតុណ្ហភាពខ្យល់នៅក្នុងបន្ទប់/ប្រអប់ឆ្អើរ
  - រយៈពេលនៃការឆ្អើរ។



ការរក្សាអាហារឲ្យក្តៅជាប់ជានិច្ច

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អ្នកត្រូវរក្សាអាហារ ដែលជាធម្មតាត្រូវរក្សាឲ្យវាត្រជាក់ ឬក្តៅ ជានិច្ច នៅក្រៅតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់ (5°C -60°C) ដើម្បីបញ្ឈប់ការលូតលាស់របស់មេរោគ និងធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ។
- អាហារក្តៅ ត្រូវរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពលើសពី 60°C ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់។
- នៅពេលដែលអាហារត្រូវបានចម្អិនឆ្អិនហើយ, ហើយអ្នកចង់រក្សាវាទុកឲ្យក្តៅ, ប្រកាសខាន់ គឺត្រូវរក្សាវាទុកក្រៅតំបន់គ្រោះថ្នាក់នៃសីតុណ្ហភាព ដែលមេរោគអាចលូតលាស់, រហូតដល់ពេកយកវាទៅបរិភោគ ឬមុនពេលដែលវាចុះត្រជាក់យ៉ាងឆាប់រហ័ស។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- សូមធ្វើតាមការណែនាំរបស់អ្នកផលិត សម្រាប់ការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ ដើម្បីរក្សាអាហារឱ្យនៅក្តៅជានិច្ច (ឧ. ឆ្នាំងដែលមានទឹកក្តៅ ឬទូរក្តៅ)
- ចម្អិនអាហារ ដោយធ្វើតាមបញ្ជាក្នុង **'ចម្អិនអាហារឲ្យឆ្អិនល្អ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី], **'ការចម្អិនសាច់បសុបក្សី, សាច់ម៉ត់ និងថ្លើមសត្វ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី] និង **'ការចម្អិនអាហារដោយប្រើកំដៅឧណ្ហៗ'** [ប័ណ្ណពណ៌កាប់ស្តាំង], មុនពេលយកអាហារទាំងនោះទៅទុកក្នុងឧបករណ៍រក្សាកំដៅ។
- កំដៅអាហារឡើងវិញ ដោយធ្វើតាម **'ការកំដៅអាហារឡើងវិញ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី], មុនពេលយកអាហារទាំងនោះទៅទុកក្នុង ឧបករណ៍រក្សាកំដៅ (ឧ. ឆ្នាំងដែលមានទឹកក្តៅ ឬទូរក្តៅ)។
- ឧបករណ៍ របស់អ្នក ត្រូវអាចរក្សាអាហារឲ្យមានសីតុណ្ហភាពលើសពី 60°C។ ប្រើប្រាស់ប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាព ដែលបានក្រិតតាមខ្នាត ដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពអាហារ ។
- កូរអាហាររាវ ដើម្បីធានាបានថា កំដៅសាយភាយពេញអាហារទាំងមូល មិនមានកន្លែងត្រជាក់ឡើយ។

- នៅពេលអាហារត្រូវបានរក្សាឲ្យក្តៅ ក្នុងរយៈពេលច្រើនជាង 2 ម៉ោង, សូមពិនិត្យសីតុណ្ហភាពរាល់ 2 ម៉ោងម្តង ដើម្បីធានាបានថា អាហារនោះ ស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាពលើសពី 60°C។
- ប្រសិនបើការពិនិត្យរៀងរាល់ 2 ម៉ោងម្តង បង្ហាញថាសីតុណ្ហភាពអាហារ បានចុះទាបក្រោម 60°C, សូមកំដៅអាហារនោះឡើងវិញ ឲ្យមានសីតុណ្ហភាពលើស 75°C ហើយបង្កើនសីតុណ្ហភាពរបស់ប្រអប់រក្សាកំដៅ ឬទូរកំដៅ (សូមធ្វើតាម **'ការកំដៅអាហារ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម])។ ប្រសិនបើអាហារនោះស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាព 60°C នៅពេលយើងពិនិត្យលើកក្រោយ សូមចាក់អាហារនោះចោលទៅ។
- អាហារក្តៅដែលត្រូវបានរក្សាទុកនៅសីតុណ្ហភាពទាបជាង 60°C អស់រយៈពេលច្រើនជាង 4 ម៉ោង, ត្រូវចាក់ចោល។
- អាហារក្តៅដែលត្រូវរក្សាទុកនៅក្នុងសីតុណ្ហភាពទាបជាង 60°C អស់រយៈពេលតិចជាង 2 ម៉ោង, យើងអាច ៖
  - កំដៅអាហារឡើងវិញឲ្យសព្វ ហើយបរិភោគពេលវានៅក្តៅ (សីតុណ្ហភាពលើស 60°C) ឬ
  - ធ្វើឱ្យវាចុះត្រជាក់ ក្រោម 21°C យ៉ាងឆាប់រហ័ស, ដោយគោរពតាមបទបញ្ញត្តិនៅក្នុង **'ការធ្វើឱ្យអាហារចម្អិនថ្មីៗត្រជាក់'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។
- កុំដាក់ចូលគ្នានូវអាហារបាច់ចាស់ និងថ្មីដែលបានកំដៅឡើងវិញ ឬអាហារក្តៅ, អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ។

តើអ្នកត្រូវការបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់នូវ ៖
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីរក្សាអាហារឲ្យនៅក្តៅ
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក វាស់សីតុណ្ហភាពអាហារ
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក អាចដឹងថា តើត្រូវពិនិត្យសីតុណ្ហភាពអាហារ ក្នុងកម្រិតពេលវេលាតាមការកំណត់យ។
  - តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វី ប្រសិនបើអ្នករកឃើញថាសីតុណ្ហភាពរបស់អាហារក្តៅស្ថិតនៅក្រោម 60°C។



ការដឹកជញ្ជូនអាហារ

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- នៅពេលដឹកជញ្ជូនអាហារ ដែលជាធម្មតាជាអាហារដែលត្រូវរក្សាឲ្យត្រជាក់ ឬក្តៅជានិច្ច, អ្នកត្រូវតែចាត់វិធានការណ៍ ជាជំហានៗ ដើម្បីរក្សាអាហារនោះ ឲ្យនៅក្រៅតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់ (5°C ទៅ 60°C) ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគកុំឲ្យលូតលាស់។ អនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុង **'ការរក្សាអាហារឱ្យត្រជាក់'** [ប័ណ្ណបៃតង] និង/ឬ **'ការរក្សាអាហារឱ្យនៅក្តៅ'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច]
- ក្នុងពេលអាហារត្រូវបានដឹកជញ្ជូន, យានយន្តដែលដឹកអាហារ គួចាត់ទុកថាជាទីកន្លែងរបស់អាហារ – រក្សាយានយន្តឲ្យនៅស្អាត ហើយដាក់អាហារឲ្យនៅដាច់ពីគ្នាដូចអ្វីដែលអ្នកធ្វើនៅក្នុងផ្ទះបាយ ឬឃ្លាំងអាហារអញ្ចឹងដែរ។
- ប្រសិនបើអ្នកកុងត្រាជាមួយអ្នកផ្សេង ជាអ្នកដឹកជញ្ជូនអាហារ, អ្នកត្រូវប្រាកដថាពួកគេនឹងដឹកជញ្ជូនអាហារដោយសុវត្ថិភាព (ឧ.ក្នុងពេលវេលាសមរម្យ/ប៉ារ៉ាម៉ែត្រសីតុណ្ហភាពសមរម្យ)។
- ប្រសិនបើអ្នកប្រើប្រាស់សេវាកម្មដឹកជញ្ជូន (ឧ. ការកុម្មង់ទិញអាហារតាមអនឡាញ និងក្រុមហ៊ុនដឹកជញ្ជូន) ដើម្បីដឹកជញ្ជូនអាហាររបស់អ្នក. អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក នៅតែជាអ្នកទទួលខុសត្រូវ ក្នុងការធានាថាអាហាររបស់អ្នកមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមរម្យអាចបរិភោគបាន នៅពេលដឹកដល់គោលដៅ។
- អាហារ និងផលិតផលដែលមិនមែនជាអាហារ (ឧ. សារធាតុគីមី) ត្រូវរក្សាទុកដាច់ដោយឡែក ដើម្បីការពារអាហារកុំឲ្យឆ្លងមេរោគ ឬខូច។
- ភាពតម្រូវ នៅក្នុងប័ណ្ណនេះ គឺអនុវត្តចំពោះអាជីវកម្មទាំងអស់ ដែលប្រើផែនការនេះ, ដែលដឹកជញ្ជូនអាហារ ត្រជាក់/កក/អាហារប្រអប់ដែលមានសីតុណ្ហភាពធម្មតា។

ហេតុអ្វីបានជាវាសំខាន់ក្នុងការដឹកជញ្ជូនអាហារប្រកបដោយសុវត្ថិភាព?

- ក្នុងអំឡុងពេលដឹកជញ្ជូន, អាហារនោះ អាចក្លាយទៅជាអាហារដែលមិនមានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ ដោយសារវាអាចខូច, មានមេរោគចូល ឬ មានការប្រែប្រួលសីតុណ្ហភាពឡើងចុះ។

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

ការរក្សាអាហារក្តៅឲ្យនៅក្តៅ និងអាហារត្រជាក់ ឲ្យនៅត្រជាក់

- អាហារត្រូវតែដឹកជញ្ជូន និងប្រគល់ជូនអតិថិជន ក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ។
- ដឹកជញ្ជូនអាហារត្រជាក់ ក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រជាក់ (ក្នុងកម្រិតសីតុណ្ហភាព ឬសីតុណ្ហភាពក្រោម 5°C) ឬដឹកជញ្ជូនអាហារក្តៅ ក្នុងសីតុណ្ហភាពក្តៅ (ក្នុងសីតុណ្ហភាពលើសពី 60°C)។ អ្នកត្រូវតែពិនិត្យសីតុណ្ហភាពនេះឲ្យបានទៀងទាត់។
- ត្រូវរក្សាអាហារកកឱ្យនៅកកដើម្បីឲ្យវារឹង/តាន់។
- ប្រើឧបករណ៍សមរម្យសម្រាប់ការដឹកជញ្ជូនអាហារ ដើម្បីឲ្យអាចធានាបានថាអាហារនេះ នឹងដឹកដល់គោលដៅ ក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ ៖ (គូសធីក ចំណុចមួយណាដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ប្រើ)
  - ☐ ស្បោង/ប្រអប់មានទ្រនាប់ការពារកំដៅ។
  - ☐ ទូរក្លាស់សេដែលយកតាមខ្លួនបាន។
  - ☐ ឧបករណ៍រក្សាកំដៅ
  - ☐ ផ្សេងៗ_____

រៀបចំផែនការមុននឹងដឹកជញ្ជូនអាហារ

- អ្នកត្រូវគ្រប់គ្រងអ្វីៗដែលអាចធ្វើឲ្យអាហារមានមេរោគ (ឧ. ត្រូវការពារមិនឲ្យសត្វប៉ះពាល់បរិវេណយានយន្ត សម្រាប់ដឹកអាហារ, សារធាតុគីមីត្រូវទុកឱ្យឆ្ងាយពីអាហារ) ។
- គ្រប់ផ្នែកទាំងអស់នៃយានយន្ត ដែលប្រើដើម្បីដឹកជញ្ជូនអាហារ ឬដឹកជញ្ជូនឧបករណ៍ធ្វើអាហារទាំងអស់ ត្រូវតែស្អាត ហើយបានសម្លាប់មេរោគ ប្រសិនបើឧបករណ៍នោះត្រូវប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយនឹងអាហារដែលអាចញ៉ាំបានភ្លាមៗ (ឧ. ថាសសម្រាប់ដាក់នំប៉័ង ឬផ្លែឈើទាំងមូល)។
- ចាក់ចោល ៖
  - អាហារណាដែលបានឆ្លងមេរោគ
  - អាហារណាដែលបានរក្សាទុកក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ យូរជាង 4 ម៉ោង។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់នូវ ៖
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើ ដើម្បីធានាបានថា អាហារនោះ ត្រូវបានរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ នៅពេលដឹកជញ្ជូន
  - វិធីអ្វីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីរក្សាសីតុណ្ហភាព និងរក្សាអាហារឲ្យនៅដាច់ពីគ្នា ក្នុងពេលដឹកជញ្ជូន
  - យានយន្ត ដែលប្រើសម្រាប់ដឹកជញ្ជូនអាហារ
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក អាចដឹងថាអាហារនោះ កំពុងត្រូវបានរក្សាទុកដោយសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ នៅពេលដែលដឹកជញ្ជូនដោយភាគីទីបី
  - **កំណត់ត្រា**ស្តីពីសីតុណ្ហភាពអាហារត្រជាក់/កក ឬអាហារក្តៅ ត្រូវបានដឹកជញ្ជូនក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ, ប្រសិនបើអាហារនោះមិនបានប្រើប្រាស់ក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោង ក្នុងពេលស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាពតំបន់គ្រោះថ្នាក់។

ការដាក់តាំងអាហារ និងអតិថិជនបម្រើដោយខ្លួនឯង

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អាហារដែលដាក់តាំងបង្ហាញ អាចឆ្លងមេរោគពីមនុស្សឈឺ ឬពីសម្លៀកបំពាក់កខ្វក់។
- អតិថិជនរបស់អ្នក អាចនាំមេរោគចូលក្នុងបរិវេណអាជីវកម្មអាហាររបស់អ្នក។ មេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ អាចឆ្លងទៅអាហារតាមរយៈលាមក កំអួត និងវត្ថុរាវចេញពីក្នុងខ្លួនមនុស្សឈឺ (ឧ. ឈាម និងសំបោរ)។
- ការដាក់តាំងបង្ហាញអាហារឲ្យអតិថិជនបម្រើខ្លួនឯង មិនបានល្អអាចបង្កើនហានិភ័យ នៃអតិថិជនចម្លងមេរោគទៅក្នុងអាហារ (ឧ. ការលូកដៃរំលងអាហារមួយទៅចាប់អាហារមួយទៀត)។
- កុំតាំងបង្ហាញ ឬលក់អាហារ ដែលហួសកាលបរិច្ឆេទប្រើបានត្រឹមថ្ងៃដែលកំណត់។
- គឺជាប្រកាសំខាន់ ដែលថាវត្ថុដែលត្រូវប៉ះនឹងអាហារ (ឧ. ឆ្នាំងចាន, ការវេចខ្ចប់) ត្រូវតែស្អាត ហើយមិនអាចបំពុលអាហារ។
- មនុស្សអាចឈឺដោយសារបរិភោគប្រភេទអាហារគ្រឿង លៀសឆៅ។ ប្រសិនបើប្រភេទអាហារគ្រឿងលៀសដែលអ្នកលក់ មិនមានសុវត្ថិភាពក្នុងការទទួលទានឆៅ, អ្នកត្រូវប្រាប់អតិថិជនឲ្យបានដឹង។
- ប្រសិនបើអ្នកដាក់បង្ហាញខ្យងខ្ចៅនៅរស់ ដើម្បីលក់ អ្នកត្រូវធ្វើតាមបញ្ញត្តិ ដែលមាននៅក្នុងផ្នែក**ធ្វើ** ខាងក្រោម។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាម សម្រាប់ឲ្យអតិថិជនជ្រើសរើសដោយខ្លួនឯង ត្រូវតែ ៖ (គូសធីក ចំណុចមួយណាដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើ) ៖
  - ☐ ខ្ចប់ឲ្យហើយ មុនពេលដាក់តាំង ឬ
  - ☐ ការពារដោយប្រដាប់ការពារកណ្តាស់ និងការពារដោយគម្រប។

- ប្រសិនបើអ្នកតាំងបង្ហាញអាហារក្តៅ, អ្នកត្រូវតែអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិ សម្រាប់ **'ការរក្សាអាហារឱ្យនៅក្តៅ'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច]។ ប្រសិនបើអ្នកតាំងបង្ហាញអាហារត្រជាក់, អ្នកត្រូវអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិ សម្រាប់ **'ការរក្សាអាហារឱ្យត្រជាក់'** [ប័ណ្ណពណ៌បៃតង]។
- ជានិច្ចកាល ត្រូវប្រើចាងឆ្នាំងដែលស្អាត។ ដៃ/ដង ជាងឆ្នាំង មិនត្រូវប៉ះនឹងអាហារឡើយ។ ដូរចាងឆ្នាំង នៅពេលវាកខ្វក់ (ឧ. អតិថិជនធ្វើឲ្យជ្រុះស្លាបព្រានៅលើក្តារកម្រាល) ឬដូរបាច់អាហារ ឬដូរម្ហូប ចេញ។
- ត្រូវរៀបចំឲ្យមានប្រដាប់សម្រាប់បម្រើអាហារ ដែលមានសារធាតុអាលែកហ្សី ដែលមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងផ្នែក ដឹង នៅក្នុងវគ្គ **'ការដាក់អាហារឲ្យដាច់ពីគ្នា'**[ប័ណ្ណពណ៌បៃតង] និងអាហារដែលមិនមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្សីទាំងនោះ។
- ពិនិត្យឱ្យបានទៀងទាត់ថា អាហារដែលដាក់តាំងបង្ហាញសម្រាប់អតិថិជន បម្រើខ្លួនឯង គឺស្ថិតនៅក្នុងកាលបរិច្ឆេទប្រើបានត្រឹមថ្ងៃដែលកំណត់។
- ប្រសិនបើអ្នកដាក់បង្ហាញ គ្រឿសៃ ដែលនៅរស់ នោះអ្នកត្រូវតែ ៖
  - ប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ដាក់បង្ហាញ ទៅតាមសេចក្តីណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត។
  - រក្សាជាតិប្រៃឲ្យបាន 3.3% (នេះគឺជាល្បាយអំបិល 33g ដែលរំលាយក្នុងទឹក 1L)។
  - ផ្លាស់ប្តូរទឹកជាប្រចាំ ដើម្បីរក្សាគុណភាពទឹក និងយកវត្ថុខាងក្រៅចេញ (ឧ. ភក់, ដុំថ្ម, សំបកគ្រឿសៃ ជាដើម)។
  - ពិនិត្យមើលថាសីតុណ្ហភាពមិនក្តៅជាង 10°C ។
  - យកសំបកគ្រឿសៃដែលងាប់ ឬខូចចេញ។
- ប្រសិនបើអតិថិជនរបស់អ្នកត្រូវចម្អិនគ្រឿសៃមុនបរិភោគ អ្នកត្រូវប្រាប់ពួកគេឲ្យដឹង។ សូមធ្វើតាមបញ្ញត្តិ នៅក្នុង **'ការវេចខ្ចប់ និងការដាក់ស្លាកអាហាររបស់អ្នក'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច] សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ នូវ ៖
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ធានាថាអតិថិជនអាចបម្រើខ្លួនឯងបានដោយសុវត្ថិភាព (ឧ. ការពិនិត្យមើលកាលបរិច្ឆេទប្រើបានត្រឹមថ្ងៃដែលកំណត់, ការធ្វើតាមគោលការណ៍ក្នុងការរក្សាអាហារឲ្យនៅក្តៅ ឬត្រជាក់)
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ទប់ស្កាត់អាហារដែលអតិថិជនអាចបម្រើខ្លួនឯង មិនឲ្យខូចគុណភាព។
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ពិនិត្យមើល និងថែទាំគ្រំលៀសនៅរស់ ដែលដាក់បង្ហាញ។
  - របៀបដែលអ្នកធានាឱ្យអតិថិជនដឹងអំពីគ្រំលៀសឆៅដែលត្រូវចម្អិនមុនបរិភោគ ដើម្បីធានាបានសុវត្ថិភាព។

ដឹងពីអ្វីដែលមាននៅក្នុងអាហារ របស់អ្នក

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវដឹង និងអាចប្រាប់អតិថិជនរបស់អ្នកបាននូវអ្វីដែលមាននៅក្នុងអាហាររបស់ពួកគេ ដើម្បីឲ្យពួកគេអាចធ្វើការជ្រើសរើសដោយមានព័ត៌មានត្រឹមត្រូវ។ ចំណុចនេះមានសារៈសំខាន់ណាស់សម្រាប់មនុស្សដែលអាលែកហ្ស៊ីនឹងអាហារ។
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវដឹងថាមានអ្វីខ្លះនៅក្នុងគ្រឿងផ្សំដែលអ្នកប្រើ និងអាហារដែលអ្នកលក់ ដើម្បីប្រាប់អតិថិជនឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។
- មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីនៅក្នុងអាហារ សាមញ្ញមួយចំនួន ដែលអ្នកត្រូវដឹង។ ទាំងនេះគឺ ៖ សណ្តែកដី, សត្វទឹកមានសំបករឹង (ខ្យងខ្មៅ បង្គារ ក្តាម ...), សិប្បិសត្វ, ត្រី, ទឹកដោះគោ, ស៊ុត, អាហារមានជាតិស្ពៃតល្មត, ស្រូវសាលី, សណ្តែកសៀង, ល្ង, លូភីន, ស៊ុលហ្វីត, អាល់ម៉ុន, គ្រាប់ធញ្ញជាតិប្រេស៊ីល, គ្រាប់ស្វាយចន្ទី, គ្រាប់ហាសែល, គ្រាប់ម៉ាកាដាមៀ, គ្រាប់ភីឃែន, គ្រាប់ផាញ, ភីស្តាឈីអូ, វ៉ាល់ណាត់។
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវដឹងពីឈ្មោះសារធាតុអាឡែហ្ស៊ី ដើម្បីពិពណ៌នាអំពីសារធាតុអាឡែហ្ស៊ីនៅក្នុងអាហាររបស់អ្នកពីបញ្ជីខាងលើ។
- អាលែកហ្ស៊ីចំពោះអាហារអាចបង្កឲ្យមានប្រតិកម្មដែលអាចគម្រាមកំហែងដល់អាយុជីវិត ដែលអាចកើតមានក្នុងរយៈពេលតែប៉ុន្មាននាទីបន្ទាប់ពីញ៉ាំអាហារប៉ុណ្ណោះ។ ត្រូវដឹងថាអាហារណាមួយដែលអ្នកលក់ អាចបង្កឲ្យមានប្រតិកម្មអាលែកហ្ស៊ី។
- ប្រសិនបើអ្នកផ្លាស់ប្តូរគ្រឿងផ្សំ ឬដូរអ្នកផ្គត់ផ្គង់ (ឧ.ដូរម៉ាកគ្រឿងផ្សំ) នោះអ្នកត្រូវពិនិត្យមើលគ្រឿងផ្សំ ហើយត្រូវប្រាកដថាវាមិនមានសារធាតុអាឡែហ្ស៊ីថ្មី ឬបន្ថែមឡើយ។
- MPI បានបង្កើតគោលការណ៍ណែនាំ ដើម្បីជួយអ្នកឱ្យយល់អំពីបទបញ្ញត្តិ ស្តីពីការប្រកាសសារធាតុអាឡែហ្ស៊ី។ សូមចូលអាន www.mpi.govt.nz/dmsdocument/50725-Allergen-labelling-Knowing-whats-in-your-food-and-how-to-label-it
- មានបទបញ្ញត្តិ នៅក្នុងក្រមស្តង់ដារអាហារនៃប្រទេសអូស្ត្រាលី

និងនូវែលហ្សឺឡង់ (ក្រម) ស្តីពីប្រភេទនៃគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ (ឧ. សារធាតុបង្ការមិនឲ្យអាហារខូច) ដែលអ្នកអាចដាក់ក្នុងអាហារមួយចំនួនបាន។ ប្រសិនបើអ្នកប្រើគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ, សូមអានខ្លឹមសារក្នុងក្រម ឬសុំព័ត៌មានបន្ថែមពីអ្នកផ្គៀងផ្គាត់។

- មានបទបញ្ញត្តិ ស្តីពីសមាសភាពនៅក្នុងក្រម ដែលអនុវត្តចំពោះតែអាហារមួយចំនួនដែលអ្នកអាចធ្វើបាន (ឧ. សាច់ក្រក, នំសាច់ ។ល។)។ សូមពិនិត្យមើលក្រម ឬសុំព័ត៌មានបន្ថែមពីអ្នកផ្គៀងផ្គាត់។

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ពិនិត្យមើលស្លាករបស់គ្រឿងផ្សំ។ អ្នកត្រូវយល់ព័ត៌មាននៅលើស្លាក។
- រក្សាព័ត៌មានលម្អិតនៃគ្រឿងផ្សំដែលអ្នកប្រើ (ឧ. **កំណត់ត្រា** និងអនុវត្តតាមក្បួនធ្វើម្ហូបរបស់អ្នក) ដើម្បីឲ្យអ្នកដឹងថា តើមានសារធាតុអាលែហ្សី និងសារធាតុបន្ថែមអាហារអ្វីខ្លះ ដែលគេអនុញ្ញាតឲ្យប្រើ មាននៅក្នុងអាហាររបស់អ្នក។
- ប្រាប់បុគ្គលិករបស់អ្នកថាតើអាហារណាមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្សី ដែលមានរាយឈ្មោះក្នុងវគ្គ ដឹង។ បុគ្គលិកទាំងអស់ត្រូវដឹងថាវាមានសារៈសំខាន់ប៉ុណ្ណា ដែលពួកគេយល់ដឹងពីអាលែកហ្សី និងជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្សី។
- ឈ្មោះ/តួនាទី អ្នក ☐ គ្រប់គ្រងកិច្ចការប្រចាំថ្ងៃ ឬ ☐ ឈ្មោះអ្នកមានសិទ្ធិសម្រេចកិច្ចការ ៖ _____ (ធីកយកមួយណាដែលសមរម្យ) ត្រូវអាចនិយាយប្រាប់អតិថិជនអំពីអ្វីដែលមាននៅក្នុងអាហាររបស់ពួកគេ។
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវតែពិនិត្យមើលគ្រឿងផ្សំទាំងអស់ នៅក្នុងអាហារ ក៏ដូចជាទឹកជ្រលក់, គ្រឿងតុបតែងម្ហូបដែលបម្រើជាមួយ ឬបន្ថែមទៅក្នុងអាហារ ដើម្បីឲ្យអ្នកដឹងថា មួយណាមានផ្ទុកសារធាតុអាលែហ្សី។
- ត្រូវពិនិត្យមើល ចំពោះភាពតម្រូវនៃគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ នៅក្នុងក្រម ប្រសិនបើអ្នកប្រើគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ (ឧ. សារធាតុបង្ការមិនឲ្យអាហារខូច) ដើម្បីធ្វើអាហាររបស់អ្នក និងធានាថា គ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារដែលអ្នកប្រើ មិនលើសពីដែនកំណត់ដែលចែងក្នុងក្រមនេះ។
- ត្រូវពិនិត្យមើលថា អ្នកបានបំពេញភាពតម្រូវនៃសមាសភាពនៅក្នុងក្រមនេះ (ប្រសិនបើទាក់ទង)។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នូវវិធីដែលអ្នកប្រើដើម្បីឲ្យដឹងបានថា តើមានអ្វីខ្លះនៅក្នុងគ្រឿងផ្សំដែលអ្នកប្រើ។
- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ អាចសុំបុគ្គលិកឲ្យប្រាប់ពួកគេអំពីអាហារណាដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី។
- រូបមន្តធ្វើអាហាររបស់អ្នក ដើម្បីបង្ហាញថា តើអ្នកអាចដឹងដោយរបៀបណាថា អ្នកបានធ្វើតាមភាពតម្រូវ ចំពោះបទបញ្ញត្តិនៃ ការប្រើគ្រឿងបន្ថែម និងសមាសភាពក្នុងអាហារ ប្រសិនបើបញ្ញត្តិទាំងនោះ ពាក់ព័ន្ធនឹងអ្នក។



ការខួរវេចប់និងដាក់ស្លាក អាហាររបស់អ្នក

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- មិនមែនអាហារទាំងអស់ត្រូវដាក់ស្លាកទេ, ប៉ុន្តែសម្រាប់អាហារណាដែលត្រូវដាក់ស្លាក ត្រូវឆ្លើយតបទៅនឹងបទបញ្ញត្តិនៅក្នុងក្រមស្តីពីស្តង់ដារអាហារនៅប្រទេសណូវ៉ែលហ្សឺឡង់ (ក្រម)។
- អ្នកមិនត្រូវដាក់ស្លាកអាហារឡើយ ប្រសិនបើអាហាររបស់អ្នក ៖
  - មិនបានវេចខ្ចប់
  - ធ្វើ, ខ្ចប់ និងលក់ក្នុងកន្លែងតែមួយ
  - វេចខ្ចប់នៅចំពោះមុខអតិថិជន
  - ផ្លែឈើ និងបន្លែស្រស់នៅទាំងមូល ឬពុះ (លើកលែងតែបន្លែបណ្តុះ)
  - អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាម ដែលបានបញ្ជូនមកឲ្យអ្នក ដោយមានវេចខ្ចប់រួចជាស្រេច ហើយអាចលក់បន្តបាន
  - លក់នៅក្នុងពិធីរៃអង្គាសថវិកា
  - ដាក់តាំងនៅក្នុងទូរអាហារសម្រាប់បម្រើអតិថិជន ដែលមិនឲ្យអតិថិជនប៉ះពាល់ឡើយ។
- ទោះបីជាអាហាររបស់អ្នក មិនបាច់ដាក់ស្លាកក៏ដោយ ក៏អ្នកត្រូវតែចេះប្រាប់ដល់អតិថិជន ឬដាក់តាំងបង្ហាញជិតអាហារនូវ ៖
  - អ្វីខ្លះនៅក្នុងអាហារ
  - សារព្រមានណាមួយ (ចាំបាច់ត្រូវបង្ហាញ), សារផ្តល់មតិប្រឹក្សា និងសារប្រកាសអំពីអាឡែហ្ស៊ី។
  - ប្រសិនបើអាហារធ្វើពី ឬមានលាយគ្រឿងផ្សំ ដែលឆ្លងកាំរស្មី (ត្រូវមានសារបង្ហាញដែរ) ឬគ្រឿងផ្សំដែលបានបានកែប្រែសែន។
- អាហារដែលធ្វើនៅក្នុងកន្លែងមួយ និងវេចខ្ចប់នៅកន្លែងផ្សេងទៀត ត្រូវតែដាក់ស្លាក។

K
ដឹង

- ក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើម បានចងក្រងសៀវភៅណែនាំដើម្បីជួយលោកអ្នកក្នុងការធ្វើស្លាកអាហារ។ ខ្លឹមសារទាំងនេះមាននៅឯ ៖ www.mpi.govt.nz/food-business/labelling-composition-food-drinks/documents/

- អាហារខ្លះ អាចគ្មានសុវត្ថិភាព ពេលទុកយូរ ទោះជាអាហារទាំងនេះ មើលទៅដូចជានៅល្អ, មិនមានក្លិនខុសប្រកតី ហើយមានរសជាតិធម្មតាក៏ដោយ។ វាជាការសំខាន់ដើម្បីឲ្យអតិថិជនរបស់អ្នកដឹងថាតើអាហារនោះត្រូវបរិភោគនៅពេលណា ដោយការគណនារយៈពេលដែលវានៅមានសុវត្ថិភាព ហើយផ្តល់កាលបរិច្ឆេទគួរបរិភោគឲ្យបានមុន, កាលបរិច្ឆេទផុតកំណត់ការបរិភោគ ឬកាលបរិច្ឆេទផលិត (នេះគឺសម្រាប់តែនៃប៉ុងទេ)។ អ្នកត្រូវប្រាកដថា អ្នកបានគណនាកាលបរិច្ឆេទទាំងនេះឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។

ហេតុអ្វីត្រូវគណនារយៈពេលមានសុវត្ថិភាពរបស់អាហារ?

- ប្រសិនបើអាហាររបស់អ្នកមិនត្រូវបានយកទៅបម្រើអតិថិជនភ្លាមៗទេ ហើយពេលទុកយូរទៅវាអាចលែងមានសុវត្ថិភាព, ពេលនោះអ្នកត្រូវពិនិត្យមើលអាយុកាលមានសុវត្ថិភាពនៃអាហារដែលអ្នកផលិត ដើម្បីឱ្យអ្នកអាចដាក់សញ្ញាកាលបរិច្ឆេទនៃអាយុកាលរបស់អាហារនោះបាន។

- មានសេចក្តីណែនាំដើម្បីជួយអ្នកគណនារយៈពេលមានសុវត្ថិភាពនៃអាហារដែលអ្នកផលិត។ អនុវត្តតាម **'របៀបកំណត់រយៈពេលមានសុវត្ថិភាពនៃអាហារ'** www.mpi.govt.nz/dmsdocument/12540-How-to-determine-the-shelf-life-of-food-Guidance-document

- សម្ភារៈវេចខ្ចប់គ្មានសុវត្ថិភាព និង/ឬមិនសមស្រប អាចធ្វើឲ្យអាហាររបស់អ្នកគ្មានសុវត្ថិភាព។ អ្នកត្រូវតែដឹងថាសម្ភារៈវេចខ្ចប់ដែលអ្នកប្រើ គឺមានភាំពសមស្របសម្រាប់ប្រើជាមួយអាហារនោះ ដើម្បីអាចធ្វើឲ្យអាហាររបស់អ្នក មានសុវត្ថិភាព។

ហេតុអ្វីបានជាការដាក់ស្លាកមានសារៈសំខាន់?

- ស្លាកអាហារ អាចជួយឲ្យអតិថិជនរបស់អ្នក ធ្វើការជ្រើរើសអាហារបានល្អ និងមានសុវត្ថិភាព។ ស្លាកអាហារ ក៏អាចប្រាប់អតិថិជនរបស់អ្នកពីរបៀបរក្សាទុក, របៀបប្រើប្រាស់, និងពេលវេលាដែលនៅមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់បរិភោគ (ប្រសិនបើពាក់ព័ន្ធ)។

- អតិថិជនរបស់អ្នកខ្លះអាចមានបញ្ហាសុខភាព (ឧ. អាលែកហ្ស៊ី) ដែលតម្រូវឲ្យពួកគេដាក់បញ្ចូល ឬជៀសវាងអាហារមួយចំនួន ដែលពួកគេត្រូវបរិភោគ។

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើអាហាររបស់លោកអ្នកត្រូវដាក់ស្លាក អ្នកត្រូវសរសេរចូលនូវ ៖
  - ឈ្មោះអាហារ
  - លេខស៊េរី/លេខបាច់
  - ឈ្មោះ និងអាសយដ្ឋានរបស់អាជីវកម្មរបស់អ្នក នៅប្រទេសអូស្ត្រាលី ឬនូវែលហ្សីឡង់
  - សារដំបូន្មាន, សារព្រមាន និងសេចក្តីប្រកាសអំពីអាឡឺហ្សីនៃអាហារ បើមានពាក់ព័ន្ធ
  - លក្ខខណ្ឌសម្រាប់ការរក្សាទុក និងប្រើប្រាស់
  - បញ្ជីរាយឈ្មោះគ្រឿងផ្សំ
  - ការសម្គាល់កាលបរិច្ឆេទ (ឧ. បរិភោគឲ្យបានមុន (use-by) ឬគុណភាពល្អបំផុតមុន (best before) ។ល។)
  - តារាងព័ត៌មានស្តីពីអាហាររូបត្ថម្ភនៅក្នុងអាហារ
  - ព័ត៌មានស្តីពីអាហាររូបត្ថម្ភ, សុខភាព និងអំណះអំណាងដែលពាក់ព័ន្ធ (ក្នុងករណីដែលអ្នកធ្វើអំណះអំណាង)
  - ព័ត៌មានស្តីពីលក្ខណៈ និងសមាសភាពនៃគ្រឿងផ្សំ
  - ថាតើផលិតផល បានធ្វើពីអាហារកែប្រែហ្សែន ឬអាហារដែលឆ្លងកាត់កាំរស្មី។
- រក្សាព័ត៌មានលម្អិតស្តីពីគ្រឿងផ្សំ ដែលលោកអ្នកប្រើនៅក្នុងអាហាររបស់លោកអ្នក។
- ដាក់ស្លាកអាហាររបស់លោកអ្នកឲ្យបានត្រឹមត្រូវ, សម្រាប់បុគ្គលិក និងអតិថិជនរបស់លោកអ្នក (ឧ. កាលបរិច្ឆេទដែលអាហារនៅមានសុវត្ថិភាពក្នុងការបរិភោគ)។
- ប្រើប្រាស់សម្ភារៈសម្រាប់ខ្ចប់ និងប្រដាប់ខ្ចប់អាហារដែលមានសុវត្ថិភាព (ឧ. ដង្កៀប) ដើម្បីកុំឲ្យមេរោគ និងសារធាតុជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្សី ចូលអាហារ។

តើលោកអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់នូវ៖
  - វិធីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិកប្រើ ដើម្បីអាចដឹងបានថាត្រូវបញ្ចូលព័ត៌មានអ្វីខ្លះនៅក្នុងស្លាកអាហាររបស់លោកអ្នក
  - ស្លាកអាហាររបស់លោកអ្នក។
- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នក អាចសួរអ្នកពីរបៀបដែលអ្នកគណនាអាយុកាលនៃអាហាររបស់អ្នក។



ការលក់អាហារទៅឲ្យអាជីវកម្មផ្សេង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អ្នកអាចលក់អាហារដែលអ្នកបានធ្វើ† ឲ្យអាជីវកម្មមួយទៀត តែក្នុងករណីដែល ៖
  - វាមិនបានកែប្រែគោលបំណងចម្បងនៃអ្វីដែលអ្នកធ្វើ (ឧ. លក់អាហាររបស់អ្នកជូនអតិថិជនដោយផ្ទាល់) និង
  - អ្នកមិនចាំបាច់ផ្លាស់ប្តូរអ្វី អំពីអាហាររបស់អ្នកឡើយ (ឧ. ដូរការវេចខ្ចប់ ឬដូរស្លាកអាហារ)។
  - អាជីវកម្មដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់អាហារ អាចលក់អាហាររបស់អ្នកដោយផ្ទាល់ជូនអតិថិជនរបស់ពួកគេ ហើយមិនអាចលក់ទៅឲ្យអាជីវកម្មផ្សេងទៀតទេ។ ឧទាហរណ៍ អំពីអ្នកដែលអាចប្រើប្រាស់ផែនការនេះ រួមមាន អ្នកដុតនំដែលលក់នំផាយ, នំខេក, នំចំណិតផ្សេងៗ ។ល។ ឲ្យទៅហាងតូចៗ ឬក៏ហាងលក់សាច់រាយ ដែលផ្តល់សាច់ក្រក/សាច់ស្ងួត ។ល។ ឲ្យទៅភោជនីយដ្ឋាននានា។
- នៅពេលអាហារនោះ បានចាកចេញពីហាងរបស់អ្នក, អ្នកមិនអាចរក្សាវាឲ្យមានសុវត្ថិភាព និងមានភាពសមស្របទៀតបានទេ – គឺអ្នកពឹងផ្អែកអ្នកផ្សេងឲ្យធ្វើកិច្ចការនេះសម្រាប់អ្នក។
- អ្នកត្រូវស្គាល់ឈ្មោះ និងព័ត៌មានទំនាក់ទំនងលម្អិតនៃអាជីវកម្មទាំងឡាយណាដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់អាហារជាប្រចាំ ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចប្រមូលអាហារណាមួយមកវិញប្រសិនបើមានបញ្ហា។
- អតិថិជនទាំងឡាយណាដែលបរិភោគអាហាររបស់អ្នក ត្រូវការដឹងថាមានអ្វីខ្លះនៅក្នុងអាហារនេះ។ ប្រសិនបើអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មផ្សេងទៀត ដែលលក់អាហាររបស់អ្នក, អ្នកត្រូវការផ្តល់ព័ត៌មានគ្រប់គ្រាន់ដល់ពួកគេ ដើម្បីឲ្យពួកគេអាចឆ្លើយសំណួរណាមួយស្តីពីមានអ្វីខ្លះនៅក្នុងអាហារនោះ។
- ប្រសិនបើអ្នក ភាគច្រើន ធ្វើអាហារដើម្បីលក់ឲ្យអាជីវកម្មផ្សេង, អ្នកអាចកំពុងតែប្រើប្រាស់ផែនការខុស។ សូមទាក់ទងមកក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមតាម (foodactinfo@mpi.govt.nz) ដើម្បីសុំជំនួយ។

K
ដឹង

- ប្រសិនបើអ្នកចង់ផ្គត់ផ្គង់ផលិតផលរបស់អ្នក ទៅឲ្យអាជីវកម្មមួយទៀតជាកញ្ចប់ដែលអាជីវកម្មទាំងនោះកុម្មង់ (ឧ. ដោយមានស្លាកយីហោពួកគេ) ជាជាងតាមរបៀបដែលអ្នកប្រើប្រាស់ដើម្បីផ្គត់ផ្គង់អតិថិជនរបស់អ្នកផ្ទាល់, អ្នកមិនអាចប្រើផែនការនេះបានទេ។ សូមទាក់ទងមកក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមតាម (foodactinfo@mpi.govt.nz) ដើម្បីសុំជំនួយ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើអ្នកផ្គត់ផ្គង់អាជីវកម្មអាហារផ្សេងទៀត អ្នកត្រូវតែរក្សាព័ត៌មានលម្អិតអំពី ៖
  - អាជីវកម្មណាមួយ ដែលអ្នកដឹងថាផ្គត់ផ្គង់អាហារទៅឲ្យ
  - ផលិតផល ដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មទាំងនោះ
  - បរិមាណផលិតផល ដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មទាំងនោះ
  - កាលបរិច្ឆេទ ដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ផលិតផលទៅឲ្យអាជីវកម្មទាំងនោះ។
- អ្នកត្រូវផ្តល់ព័ត៌មានឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់ ដល់អាជីវកម្មអាហារទាំងអស់ដែលលក់អាហាររបស់អ្នក ដើម្បីឲ្យពួកគេអាចឆ្លើយសំណួរណាមួយ ថាតើមានអ្វីខ្លះនៅក្នុងអាហារ។ អនុវត្តតាម **'ការវេចខ្ចប់ និងដាក់ស្លាកអាហាររបស់អ្នក'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច] និង **'ការដឹងថាមានអ្វីខ្លះនៅក្នុងអាហាររបស់អ្នក'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច] ។
- អ្នកត្រូវប្រាប់អាជីវកម្មនានាដែលទិញអាហាររបស់អ្នក ឲ្យដឹងអំពីវិធីដើម្បីរក្សាអាហាររបស់អ្នកឲ្យមានសុវត្ថិភាព និងរយៈពេលដែលអាចរក្សាទុកអាហារនេះបាននៅមុនពេលប្រើប្រាស់ ឬក៏ចាក់ចោល។
- អ្នកមិនត្រូវដូរវិធីវេចខ្ចប់ ឬដាក់ស្លាកអាហារ ឲ្យខុសពីវិធីដែលអ្នកធ្វើជូនអតិថិជនរបស់អ្នកឡើយ ទោះជាអាជីវកម្មដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់សំណូមពរឲ្យអ្នកធ្វើក៏ដោយ។ ប្រសិនបើអ្នកផ្គត់ផ្គង់អាជីវកម្មអាហារផ្សេងទៀត អ្នកត្រូវដូរការចុះបញ្ជីអាជីវកម្មរបស់អ្នក។
- ប្រសិនបើអ្នករកឃើញថា មានបញ្ហាអ្វីមួយចំពោះអាហារ ដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មណាមួយ អ្នកត្រូវអនុវត្តតាម **'ការប្រមូលអាហាររបស់អ្នកត្រឡប់មកវិញ'** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម] និងធ្វើតាម **'ពេលមានកំហុសកើតឡើង'** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម]។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នក នូវកំណត់ត្រានៃព័ត៌មានលម្អិតដែលអ្នក **បានកត់ត្រា** នៅក្នុងផ្នែក **ធ្វើ** ។
- បង្ហាញ ឬពន្យល់ដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នូវ៖
  - វិធីដែលអ្នកដឹងថា អាជីវកម្មណាមួយ ដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់អាហារទៅឲ្យ គឺគេយកទៅលក់ដោយផ្ទាល់ជូនតែអតិថិជនរបស់ពួកគេ
  - វិធីដែលអ្នកវេចខ្ចប់អាហារណា ដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មផ្សេង និង (ប្រសិនបើសមស្រប) វិធីដែលអ្នកដាក់ស្លាកអាហារទាំងនោះ។



ការសម្អាត និងការបិទហាង

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- មេរោគនឹងលូតលាស់លើផ្ទៃ និងឧបករណ៍កខ្វក់ (ឧ. កង្ហារបូមខ្យល់, ដៃទ្វារ, អំបោស ។ល។) ហើយវាអាចផ្ទេរទៅអាហាររបស់អ្នក ដែលធ្វើឱ្យអតិថិជនរបស់អ្នកឈឺ។
- ការលាងសំអាត និងធ្វើអនាម័យ ជារឿងពីរផ្សេងគ្នា ៖ អ្នកមិនអាចធ្វើអនាម័យ មុនពេលលាងសំអាត បានឡើយ។
    - ការលាងសម្អាត គឺជាការជម្រះធូលី, ខ្លាញ់ និងមេរោគភាគច្រើន ចេញពីផ្ទៃខាងក្រៅ
    - ការធ្វើអនាម័យ គឺជាការសម្លាប់មេរោគគ្រោះថ្នាក់នៅផ្ទៃខាងក្រៅ។
- ការយកសម្រាមចេញ គឺជាការកាត់បន្ថយហានិភ័យ ចំពោះមនុស្ស/សម្លៀកបំពាក់ពីការឆ្លងមេរោគ, កាត់បន្ថយហានិភ័យចំពោះការឆ្លងមេរោគចូលក្នុងអាហារ និងកាត់បន្ថយហាសត្វល្អិតកុំឲ្យមកក្បែរ។
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវប្រើទឹកស្អាតសម្រាប់ការលាងសម្អាត។
- ផ្ទៃនិងឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ដែលប៉ះនឹងអាហារ ចាំបាច់ត្រូវតែលាងសម្អាតជារៀងរាល់ថ្ងៃ ក្រោយប្រើប្រាស់។ ប្រសិនបើផ្ទៃ ដែលប៉ះជាមួយនឹងអាហារ មិនបានប្រើប្រាស់អស់រយៈពេលពីរ បីថ្ងៃ, អ្នកត្រូវលាងសម្អាត មុនពេលប្រើប្រាស់ ម្តងទៀត ដើម្បីសម្អាតធូលី និងភាពកខ្វក់ ដែលតងជាប់នៅទីនោះ ពេលអ្នកមិនបានប្រើ។
- យើងផ្តល់យោបល់ឲ្យអ្នកប្រើប្រាស់ក្រណាត់សម្អាត ឬក្រណាត់លាងសម្អាតណាដែលប្រើហើយបោះចោល បន្ទាប់ពីប្រើប្រាស់រួចរាល់។
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវប្រាកដថា អាហាររបស់អ្នក នៅតែមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យនៅចុងបញ្ចប់នៃម៉ោងធ្វើការ។ អ្វីដែលមិនមានសុវត្ថិភាព ត្រូវតែដោះស្រាយឱ្យបានសមរម្យ។

K
ដឹង

ហេតុអ្វីបានជាការសម្អាត និងការធ្វើអនាម័យ មានសារៈសំខាន់?

- ភាពកខ្វក់ និងមេរោគ អាចត្រូវផ្ទេរទៅអាហារ តាមរយៈផ្ទៃអាហារដែលកខ្វក់, ដូច្នេះប្រការសំខាន់ គឺត្រូវរក្សាអ្វីៗទាំងអស់នេះ ឲ្យនៅស្អាតជាប់ជានិច្ច។
- ការលាងសម្អាត មិនអាចកម្ចាត់មេរោគ ទាំងអស់បានទេ ដូច្នេះអ្នកត្រូវធ្វើអនាម័យលើផ្ទៃដែលរៀបចំអាហារ ដើម្បីសម្លាប់មេរោគទាំងឡាយណាដែលបន្សល់ទុកបន្ទាប់ពីលាងសម្អាតរួច។
- ទឹកអនាម័យមិនអាចសម្លាប់មេរោគបានស្អាតឡើយ បើអ្នកប្រើវាជាមួយនឹងផ្ទៃដែលមិនស្អាត។ ដូច្នេះអ្នកត្រូវលាងសម្អាតមុនពេលធ្វើអនាម័យ។

ទីកន្លែងកខ្វក់អាចទាក់ទាញសត្វល្អិត ដូចជាកណ្តុរប្រមេះ កណ្តុរប្រែង និងកន្លាត ដែលអាចចម្លងជំងឺ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

ពិនិត្យមើលអាហាររបស់អ្នក នៅចុងបញ្ចប់នៃម៉ោងធ្វើការ

- ចាក់ចោល ផលិតផលក្នុងស្តុកមួយណា ដែលបានឈានហួសកាលបរិច្ឆេទប្រើបានត្រឹមថ្ងៃដែលបានកំណត់។
- សម្រាប់អាហារណាដែលបានដាក់តាំងបង្ហាញ ដោយរក្សាសីតុណ្ហភាពឱ្យនៅក្តៅជានិច្ច សូមធ្វើតាម **'ការរក្សាអាហារឱ្យនៅក្តៅ'** [ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច]។
- ចាក់ចោលអាហារ ឬគ្រឿងផ្សំណាដែលបានឆ្លងមេរោគ។
- ចាក់ចោលគ្រឿងប្រឡាក់ ឬគ្រឿង និងប្រដាប់ខ្ចប់ដែលនៅសល់។
- បោះចោលទឹកប្រឡាក់សាច់ ឬទឹកលាបអាហារ ដែលនៅសល់។
- ចាក់ចោលអាហារណាដែលប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយទឹកមិនស្អាត។
- ត្រូវដាក់ស្លាក និងរក្សាទុកឲ្យបានត្រឹមត្រូវនូវអាហារនៅសល់ទាំងអស់ដែលមានសុវត្ថិភាព អាចប្រើបានថ្ងៃក្រោយទៀត (ឧ. អាហារត្រជាក់ដាក់ក្នុងទូទឹកកក, អាហារត្រូវការពារកុំឲ្យឆ្លងមេរោគ (ដូចជាដាក់ក្នុងប្រអប់)។

លាងសម្អាតកន្លែងរៀបចំអាហាររបស់លោកអ្នក

- ភាពកខ្វក់ និងមេរោគ អាចផ្ទេរទៅអាហារ តាមរយៈផ្ទៃអាហារដែលកខ្វក់, ដូច្នេះប្រការសំខាន់ គឺត្រូវរក្សាអ្វីៗទាំងអស់នេះ ឲ្យនៅស្អាតជាប់ជានិច្ច។

D
ធ្វើ

- ចាក់សំរាមចេញពីធុងឲ្យអស់ និងយកសម្រាមចេញពីកន្លែងធ្វើអាហារនៅពេលបិទហាង និងនៅពេលសម្រាមពេញធុង។
- បោះសម្រាមចោលឲ្យបានទៀងទាត់។
- លាងសំអាតធុងសម្រាម និងកន្លែងដាក់សម្រាមឲ្យបានទៀងទាត់។
- លោកអ្នកត្រូវលាងសម្អាត និងធ្វើអនាម័យផ្ទៃខាងក្រៅទាំងអស់ ដែលប៉ះពាល់ជាមួយអាហារ។
- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវប្រើទឹកក្តៅលាយសាប៊ូ ឬសារធាតុគីមីដែលមានគុណភាពសម្រាប់លាងសម្អាតកន្លែងធ្វើអាហារ (ឧ. ផ្ទៃប្រើសម្រាប់រៀបចំអាហារ)។
- ជានិច្ចកាល ត្រូវអនុវត្តតាមការណែនាំ ពេលប្រើសារធាតុគីមីសម្រាប់លាងសម្អាត។
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវតែប្រើប្រាស់ទឹកស្អាតសម្រាប់លាងសម្អាតកន្លែង និងឧបករណ៍រៀបចំអាហាររបស់អ្នក និងសម្រាប់លាងជម្រះទឹកសាប៊ូក្តៅ និងសារធាតុគីមីលាងសម្អាត។
- រៀបចំ និង/ឬបោកខោអាវកខ្វក់ (ប្រសិនបើលោកអ្នក ផ្តត់ផ្តង់ខោអាវស្អាតដល់បុគ្គលិក)។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ នូវ ៖
  - ការងារប្រចាំនៅ 'មុនពេលបិទហាង' របស់លោកអ្នក គឺរួមបញ្ចូលនូវការពិនិត្យឥរ៉ាន់ក្នុងស្តុក ផងដែរ។
  - នីតិវិធីសម្អាតរបស់អ្នក និងរបៀបដែលអ្នកដឹងថាផ្ទៃប្រើសម្រាប់រៀបចំអាហារ និងឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ ត្រូវបានសម្អាត និងធ្វើអនាម័យរួចរាល់
  - វិធី ដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីយកកាកសំណល់ចេញ
  - វិធីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីលាងសម្អាតធុងសម្រាម និងកន្លែងដាក់សម្រាម ហើយអ្នកណាជាអ្នកទទួលខុសត្រូវចំពោះកិច្ចការនេះ
  - ទីកន្លែង និងឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ មានភាពស្អាតល្អ ហើយខោអាវកខ្វក់ត្រូវបោកសម្អាត តាមភាពជាក់ស្តែង
  - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីលាងសម្អាត និងធ្វើអនាម័យកន្លែង និងឧបករណ៍សម្រាប់រៀបចំអាហាររបស់លោកអ្នក
  - វិធីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើសារធាតុគីមីប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។

ការថែទាំឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ និងហាង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើទីកន្លែង និងឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ របស់លោកអ្នក មិនបានធ្វើឡើងសម្រាប់សកម្មភាពផលិតអាហារ វាមិនមាំទាំ និង/ឬ មិនអាចដំណើរការបានល្អទេនោះ គឺមានន័យថា អ្នកអាចផលិតបានអាហារដែលគ្មានសុវត្ថិភាព និង/ឬ មិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគឡើយ។
- ឧបករណ៍ដែលបាក់បែក និងអគារដែលខ្វះការថែទាំ (ឧ. មានប្រហោងតាមកម្រាល និងជញ្ជាំង) អាចបណ្តាលអោយមានសត្វល្អិត និងមេរោគ ចូលក្នុងអាហាររបស់លោក។ ស្ថានភាពនេះអាចនាំឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។
- ទឹកដែលលោកអ្នកប្រើសម្រាប់រៀបចំអាហារ, លាងដៃ និងលាងសំអាត ចាំបាច់ត្រូវតែស្អាតជានិច្ច។ លោកអ្នកត្រូវតែត្រួតពិនិត្យ និងថែទាំទុយ៉ូទឹក, ធុងទឹក និងប្រព័ន្ធសម្អាតទឹក ជាប្រចាំ។

ហេតុអ្វីបានជាការថែរក្សាឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ និងគ្រឿងបរិក្ខាររបស់អ្នកមានសារៈសំខាន់?

- ការថែរក្សាគ្រឿងបរិក្ខារ និងឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ ជាទៀងទាត់ មានសារៈសំខាន់ណាស់ ដើម្បីការពារកុំឱ្យមានកំហុសអ្វីកើតឡើង។
- មធ្យោបាយទូទៅមួយដែលមេរោគ ឬវត្ថុគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងទៀត (ឧ. សារធាតុគីមី, កម្ទេចកែវ ឬលោហធាតុ ។ល។) ចូលទៅក្នុងអាហារបាន គឺបណ្តាលមកពីវត្ថុបែកបាក់, វត្ថុមិនដំណើរការ ឬវត្ថុមានការខូចខាត។ មេរោគចូលចិត្តលាក់ខ្លួន និងលូតលាស់ ជាពិសេស នៅតាមកន្លែងខូង, ស្នាមស្រាំ, ស្នាមប្រេះ ឬប្រហោង ហើយប្រសិនបើពួគវារកឃើញកន្លែងលាក់ខ្លួននៅក្នុងកន្លែងរក្សាទុក, រៀបចំ, កែច្នៃ ឬគ្រប់គ្រងអាហារ ពួកវានឹងចូលទៅក្នុងអាហារ និងធ្វើឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាពសម្រាប់បរិភោគ។
- ឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ (ឧ. ទូរក្លាសសេ, ទូរកក) អាចគ្មានប្រសិទ្ធភាព ឬខូច ដែលធ្វើឲ្យសីតុណ្ហភាពកើនឡើង និងធ្វើឲ្យមេរោគលូតលាស់ នៅក្នុងអាហារដែលរក្សាទុកនៅទីនោះ។

- ជួនកាលវាជារបស់ដែលអ្នកមើលមិនឃើញ (ឧ. បំពង់បង្ហូរទឹក) ឬជារបស់ដែលអ្នកមើលមិនឃើញគ្រប់ពេល (ឧ. ផ្នែកខាងក្នុងឧបករណ៍ប្រើប្រស់មួយចំនួន) ដែលខូច ឬមានភាពកខ្វក់/ឆ្លងមេរោគ ដែលធ្វើឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមស្របសម្រាប់បរិភោគ។ ជួនកាល ជាការសំខាន់ដែលអ្នកត្រូវចងចាំ ដើម្បីពិនិត្យមើលរបស់ដែលនៅកន្លែងមិនអាចមើលឃើញ។
- ឧបករណ៍សម្រាប់វាស់ស្ទង់ (ឧ. ទែម៉ូម៉ែត្រ) អាចមានភាពសុក្រឹតតិចជាងមុន ពេលអ្នកប្រើវា ក្នុងរយៈពេលយូរ។ អ្នកត្រូវដឹងថាឧបករណ៍ប្រើប្រាស់របស់អ្នក អាចវាស់សីតុណ្ហភាពបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចដឹងថាមេរោគមិនអាចលូតលាស់ក្នុងអាហាររបស់អ្នកបានទេ។

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ពិនិត្យទីកន្លែងរបស់លោកអ្នក ដើម្បីរកមើលសញ្ញាខូចខាត (ឧ. ប្រហោងនៅតាមកម្រាល និងជញ្ជាំង) និងធ្វើការជួសជុលតាមការចាំបាច់។
- ពិនិត្យឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ថ្មី រកមើលសញ្ញាខូចខាត និងធ្វើការជួសជុលតាមការចាំបាច់។
- ថែទាំឧបករណ៍របស់លោកអ្នកជាប្រចាំ ហើយប្រសិនបើចាំបាច់ត្រូវធ្វើការក្រិតតាមខ្នាត ទៅតាមកាលវិភាគ (ឧ. ទែម៉ូម៉ែត្រ, ឧបករណ៍វាស់កម្រិត pH ។ល។)
- សមាសធាតុ និងសារធាតុប្រើសម្រាប់ការថែទាំ ត្រូវតែ ៖
  - មានស្លាកគ្រប់ទាំងអស់, ទុកដាក់, បិទភ្ជិត និងប្រើប្រាស់ ទៅតាមការណែនាំរបស់រោងចក្រផលិត
  - រក្សាទុក និងដឹកជញ្ជូន ក្នុងប្រអប់ ដែលមិនមែនជាប្រអប់ដាក់អាហារ។

សម្រាប់ការផ្គត់ផ្គង់ទឹកទាំងអស់

- បំពង់បង្ហូរទឹក ត្រូវដំណើរការល្អ ដើម្បីបញ្ឈប់សត្វ, សត្វស្លាប, ធូលី និងកាកសំណល់ កុំឲ្យចម្លងមេរោគទៅក្នុងទឹករបស់លោកអ្នក។
- ជានិច្ចកាល ត្រូវចុចបង្ហូរទឹកចោល បន្ទាប់ពី ៖
  - ជួសជុល និងថែទាំ
  - បន្ទាប់ពីខានប្រើទឹករយៈពេល 7 ថ្ងៃ ដើម្បីបង្ហូរទឹកកខ្វក់ចេញ

- រក្សាធុងទឹក ៖
  - ឲ្យនៅស្អាត និងមានសភាពល្អ ដើម្បីកុំឲ្យមានកើតកករ និង
  - គ្របវាឲ្យជិត ដើម្បីកុំឲ្យសត្វ, សត្វស្លាប និងធូលី ចម្លងមេរោគចូលក្នុងទឹក។

សម្រាប់តែប្រព័ន្ធទឹកនៅលើ ឬក្រោមដី

- លោកអ្នកត្រូវតម្លើង, ដាក់ឲ្យដំណើរការ និងថែទាំ ប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក ទៅតាមការណែនាំរបស់រោងចក្រផលិត។
- លោកអ្នកត្រូវអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់រោងចក្រផលិត ក្នុងការដូរ និងលាង សម្អាតតម្រងចម្រោះទឹក។
- ត្រូវរៀបចំ និងថែទាំរន្ធបង្ហូរទឹក ដើម្បីការពារកុំឲ្យមានការឆ្លងមេរោគលើផ្នែកខ្វក់ខាងក្រៅ។

សម្រាប់តែប្រភពទឹកហូរពីដំបូលផ្ទះ

- ចាំបាច់ត្រូវយកទឹកពីដំបូលដែលស្អាត ហើយទរទឹកត្រូវធ្វើពីសម្ភារៈដែលមានសុវត្ថិភាព (ឧ. ប្រើថ្នាំលាបដែលមិនមានជាតិសំណរ, ជ័រកៅស៊ូ, ទរឈើ ឬទង់ដែង)។
- លោកអ្នកត្រូវកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការចម្លងមេរោគឲ្យបានច្រើនតាមដែលអាចធ្វើបាន។ ការកាត់បន្ថយហានិភ័យនេះរួមមាន ៖
  - ការដាក់របាំងបិទលើទរទឹក និង
  - យកមែកឈើ និងរុក្ខជាតិផ្សេងៗដែលគ្របលើទរចេញ និង
  - ចាប់អង់តែន និងថាសផ្កាយរណប ឲ្យឆ្ងាយពីកន្លែងត្រងទឹក និង
  - តម្លើងឧបករណ៍ត្រងទឹកដែលហូរដំបូងពីដំបូល (ឧបករណ៍សម្រាប់បង្វែរទឹកហូរដំបូងចេញពីដំបូល ពេលភ្លៀងធ្លាក់)។
- លោកអ្នកត្រូវតម្លើង, ដាក់ឲ្យដំណើរការ និងថែទាំប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក (ឧ. ប្តូរតម្រងច្រោះទឹក) ទៅតាមការណែនាំរបស់រោងចក្រផលិត។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នូវ ៖
  - អ្វីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើ ដើម្បីត្រួតពិនិត្យ ទីកន្លែង និងឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ ថាបានរចនាសម្រាប់ប្រើប្រាស់ក្នុងការធ្វើអាហារ ហើយវាស្ថិតក្នុងស្ថានភាពល្អ
  - តើអ្នកថែទាំរបស់ទាំងនោះញឹកញាប់ប៉ុណ្ណា
  - អ្វីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិកពិនិត្យមើល នៅពេលធ្វើការថែទាំរបស់ទាំងនោះ
  - **កំណត់ត្រា**ស្តីពីការងារថែទាំ ឬការជួសជុលជាប្រចាំ, អ្នកណាជាអ្នកធ្វើការងារទាំងនេះ ហើយធ្វើនៅពេលណា
  - លោកអ្នកត្រួតពិនិត្យ និងថែទាំប្រព័ន្ធទឹក និងធុងទឹក ញឹកញាប់ប៉ុណ្ណា។ ព្រមទាំង **កំណត់ត្រា**ស្តីពីអ្នកណាជាអ្នកធ្វើ និងធ្វើនៅពេលណា។
- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នឹងពិនិត្យមើលថាតើ លោកអ្នក និងបុគ្គលិកកំពុងធ្វើការកែតម្រូវតាមខ្នាត នូវឧបករណ៍របស់លោកអ្នក តាមភាពចាំបាច់ដែរឬទេ។
- សម្រាប់តែ-ទឹកដែលផ្គត់ផ្គង់ដោយខ្លួនឯងប៉ុណ្ណោះ (ទឹកលើដី, ទឹកក្រោមដី ឬទឹកពីដំបូល)
- បង្ហាញថាតើលោកអ្នកត្រួតពិនិត្យមើល និងថែទាំប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹករបស់លោកអ្នក (ឧ. ការប្តូរតម្រងចំរោះទឹក) ញឹកញាប់ប៉ុណ្ណា។



ពេលមានកំហុសកើតឡើង

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អ្វីៗមិនអាចដំណើរការដូចការរំពឹងទុករបស់រាល់ពេលនោះទេ។ លោកអ្នកត្រូវមាននីតិវិធី សម្រាប់ដោះស្រាយចំពោះអ្វីដែលមានបញ្ហានៅក្នុងផែនការរបស់លោកអ្នក។
- អ្នកត្រូវកំណត់រកមើលអ្វីដែលមានបញ្ហា, អ្នកណាខ្លះពាក់ព័ន្ធ, របៀបដោះស្រាយបញ្ហានោះ, និងជំហានដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកបានអនុវត្ត ដើម្បីប្រាកដថាកំហុសទាំងនោះ នឹងមិនកើតឡើងម្តងទៀត។
- អាហារដែលមិនអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ (ឧ. ទឹកជ្រលក់ សាច់ឆៅ។ល។) អាចត្រូវប្រមូលយកមកវិញ ប្រសិនបើមានអ្វីមួយខុសប្រក្រតី នៅពេលរៀបចំ ឬធ្វើម្ហូប, អ្នកនឹងត្រូវអនុវត្តតាម **'ការប្រមូលអាហារមកវិញ'** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម]។
- អ្នកត្រូវរក្សាកំណត់ត្រាអំពីពេលដែលមានបញ្ហាកើតឡើង។ លោកអ្នក ត្រូវរក្សាទុកកំណត់ត្រារយៈពេលយ៉ាងហោចណាស់ ៤ឆ្នាំ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ចាត់វិធានការជាបន្ទាន់ នៅពេលរកឃើញបញ្ហាដែលប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាព និង/ឬភាពសមរម្យរបស់អាហារ។ កត់ត្រាសកម្មភាពដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិកបានធ្វើ។
- ប្រសិនបើមានបញ្ហាអ្វីកើតឡើង ត្រូវរកឲ្យឃើញថា តើបញ្ហានេះចាប់ផ្តើមពីកន្លែងណា ហើយតើវាបានកើតឡើងប៉ុន្មានដងហើយ។ រកឲ្យឃើញថា តើមានអ្វីមិនបានដាក់បញ្ចូលក្នុងផែនការរបស់លោកអ្នកដែរឬទេ
- ប្រើកំណត់ត្រារបស់លោកអ្នកដើម្បីពិនិត្យមើលសកម្មភាពកាលពីសប្តាហ៍/ពីរបីថ្ងៃមុន។ ឧទាហរណ៍, កំណត់រកមើលថាតើមានកំហុសអ្វីកើតឡើងនៅក្នុងផែនការរបស់លោកដែរឬទេ ៖
    - សីតុណ្ហភាពទូរទឹកកកឡើងខ្ពស់ពេក
    - មានសញ្ញាថាមានសត្វឆ្លងមេរោគចូលមកក្នុងបរិវេណ
    - អាហារដែលបានទទួល វាមិនបានស្ថិតក្នុងកម្រិតសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ

D
ធ្វើ

- សាច់បសុបក្សីមិនបានចំអិនឲ្យដល់សីតុណ្ហភាពយ៉ាងហោចណាស់ 65°C ក្នុងរយៈពេល15 នាទី
- អាហារមិនបានកំដៅឡើងវិញឲ្យបានលើសពីសីតុណ្ហភាព 75°C
- ប្រើពេលយូរពេកក្នុងការធ្វើឲ្យអាហារត្រជាក់
- អាហារត្រូវបានដឹកជញ្ជូនក្នុងសីតុណ្ហភាពដែលមិនត្រឹមត្រូវ។

- តើអាហារដែលលោកអ្នកបានផលិត គ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនមានភាពសមរម្យ សម្រាប់បរិភោគដែរឬទេ? តើលោកអ្នកត្រូវប្រាប់អតិថិជនលោកអ្នកឬទេ? តើអ្នកបានធ្វើអ្វីខ្លះ ចំពោះអាហារដែលមិនមានសុវត្ថិភាព ឬមិនមានភាពសមរម្យ?
- ដោះស្រាយបញ្ហាដោយខ្លួនឯង ឬប្រាប់ដល់អ្នកទទួលខុសត្រូវនៅផ្នែកនោះអំពីបញ្ហាដែលបានកើតឡើង។ អ្នកអាចស្វែងរកជំនួយពីអ្នកជំនាញ ប្រសិនបើអ្នកមិនអាចដោះស្រាយវាដោយខ្លួនឯងបានទេ។
- ចាត់វិធានការទប់ស្កាត់កុំឲ្យបញ្ហាកើតមានសារជាថ្មីម្តងទៀត។
- រក្សាទុកកំណត់ត្រាច្បាស់លាស់, ត្រឹមត្រូវ និងពេញលេញ ឲ្យបានយ៉ាងហោចណាស់ចំនួន 4ឆ្នាំ។
- ជូនដំណឹងដល់អ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ ឲ្យបានដឹង ប្រសិនបើអាហារណាមួយរបស់លោកអ្នកក្លាយជាគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ នៅពេលលោកអ្នកបានអនុវត្តតាមនីតិវិធីនៅក្នុងផែនការរបស់លោកអ្នក។

S
បង្ហាញ

តើលោកអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញដល់អ្នកផ្សៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នក នូវកំណត់ត្រារបស់លោកអ្នក ចាប់ពីពេលដែលមានបញ្ហាកើតឡើង។
- ត្រូវបង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ នូវ**កំណត់ត្រា** អំពី ៖
  - បញ្ហាអ្វីដែលបានកើតឡើង
  - អ្វីដែលលោកអ្នកបានធ្វើ ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាជាបន្ទាន់
  - អ្វីដែលលោកអ្នកបានដូរ ដើម្បីបញ្ឈប់កុំឲ្យកើតមានបញ្ហានេះជាថ្មីទៀត
  - របៀបដែលលោកអ្នកបានធ្វើ ដើម្បីរក្សាទុកអាហារអោយមានសុវត្ថិភាព ឬដើម្បីធានាថាអ្នកមិនបានលក់អាហារដែលគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគដល់អតិថិជន។



ការដោះស្រាយបណ្តឹងរបស់អតិថិជន

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- លោកអ្នកត្រូវមានសមត្ថភាពរកឲ្យឃើញ ថាតើពាក្យបណ្តឹងនោះ គឺស្តីពីសុវត្ថិភាព ភាពសមរម្យ និងគុណភាពរបស់អាហារ មែនឬមិនមែន។
- ត្រូវដោះស្រាយបណ្តឹងរបស់អតិថិជន អំពីសុវត្ថិភាព និង/ឬភាពសមរម្យរបស់អាហារ ដែលអ្នកបានធ្វើ ឬលក់ ជាបន្ទាន់។
- ប្រសិនបើបណ្តឹងរបស់អតិថិជន ប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាព និង/ឬ ភាពសមរម្យរបស់ចំណីអាហារ អ្នកត្រូវប្រមូលអាហារនោះមកវិញ។ អនុវត្តតាមបញ្ញត្តិ នៅក្នុង **'ការប្រមូលអាហារមកវិញ'** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម]។
- លោកអ្នក ត្រូវរកនរណាម្នាក់ សម្រាប់ទទួលខុសត្រូវក្នុងការដោះស្រាយបណ្តឹងរបស់អតិថិជន។

D
ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- កំណត់ថា អ្នកណាជាអ្នកទទួលខុសត្រូវក្នុងការដោះស្រាយបណ្តឹង (ធីកឈ្មោះអ្នកដែលទទួលខុសត្រូវចំពោះផែនការរបស់អ្នក) ៖
  - ☐ អ្នកគ្រប់គ្រងកិច្ចការប្រចាំថ្ងៃ ឬ
  - ☐ ឈ្មោះ និង/ឬ មុខតំណែងរបស់បុគ្គលដែលបានទទួលសិទ្ធិអំណាច ៖

    _____
- កំណត់រកមើលថា តើពាក្យបណ្តឹងនោះ ជាពាក្យបណ្តឹងស្តីពីសុវត្ថិភាព, ភាពសមរម្យ និងគុណភាពអាហារ មែនឬទេ។
- ប្រសិនបើបណ្តឹងនោះ ប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាព និង/ឬ ភាពសមរម្យនៃអាហារក្នុងក្រុមមួយ ឬអាហារ/មុខទំនិញដាច់ដោយឡែក, អ្នកត្រូវតែ ៖
  - ដាក់អាហារដាច់ដោយឡែកពីគ្នា រហូតដល់មានការបញ្ជាក់ថា អាហារនោះមានសុវត្ថិភាព ឬចាក់អាហារដែលមិនមានសុវត្ថិភាព និងគ្រឿងផ្សំដែលពាក់ព័ន្ធ ចោល។

D
ធ្វើ

- ពិនិត្យមើលអាហារដែលបានស្ថិតនៅក្នុងកន្លែងជាមួយគ្នា ឬអាហារដែលបានរៀបចំនៅពេលជាមួយគ្នា
- កំណត់រកមើល ថាតើបញ្ហានោះបានចាប់ផ្តើមនៅកន្លែងណា
- ដោះស្រាយបញ្ហា
- ចាត់វិធានការទប់ស្កាត់កុំឲ្យបញ្ហាកើតមានសារជាថ្មីម្តងទៀត។

• ជូនដំណឹងដល់អ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ ៖
  - ថាតើមាននរណាម្នាក់បានបរិភោគអាហារនោះ ហើយធ្លាក់ខ្លួនឈឺ ដែរឬទេ ឬ
  - អ្នកនោះអាចធ្លាក់ខ្លួនឈឺដែរឬទេ ប្រសិនបើគេបរិភោគអាហាររបស់លោកអ្នក

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

• បង្ហាញដល់អ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ នូវ **កំណត់ត្រា** នូវចំណុចខាងក្រោមទាំងអស់ ប្រសិនបើពាក្យបណ្តឹងនោះ គឺស្តីអំពីស្តីពីសុវត្ថិភាព ឬភាពសមរម្យរបស់អាហារ ៖
  - ព័ត៌មានទំនាក់ទំនងលម្អិត របស់បុគ្គលដែលដាក់ពាក្យបណ្តឹង
  - កាលបរិច្ឆេទនិងពេលវេលា ដែលគេបានទិញអាហាររបស់លោកអ្នក
  - អាហាររបស់លោកអ្នកដែលមានបញ្ហា ដោយរួមទាំងលេខសំគាល់បាច់/លេខឡូត៍
  - តើពាក្យបណ្តឹងនោះគឺអំពីអ្វី
  - មូលហេតុនៃបញ្ហា
  - សកម្មភាពដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិកបានធ្វើភ្លាមៗ និងសកម្មភាពដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិកបានធ្វើដើម្បីការពារកុំឲ្យមានបញ្ហាប្រភេទនេះអាចកើតឡើងជាថ្មីម្តងទៀត។

ការតាមដានអាហាររបស់អ្នក

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ការតាមដាន គឺមានន័យថា អ្នកត្រូវតែអាចកំណត់អត្តសញ្ញាណ និងតាមដានអាហារ ដែលអ្នកលក់, ត្រលប់ទៅអ្នកផ្គត់ផ្គង់ និងស្វែងរកកន្លែងដែលវាស្ថិតនៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក។
- ប្រសិនបើអ្នកលក់អាហារទៅឱ្យអាជីវកម្មផ្សេងទៀត អ្នកនឹងត្រូវតាមដានអាហារដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ឱ្យពួកគេ។
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវតាមដានអាហារ និងគ្រឿងផ្សំរបស់អ្នក ប្រសិនបើផលិតផលដែលអ្នកបានធ្វើ និងលក់ក្លាយជាគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមស្របសម្រាប់បរិភោគ។
- លោកអ្នកមានជម្រើស 2 សម្រាប់តាមដានអាហាររបស់លោកអ្នក ៖
  1. **កត់ត្រា** ព័ត៌មានទាំងអស់ អំពីផលិតផលរបស់អ្នក ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចតាមដាន និងប្រមូលអាហារមកវិញ បានទាំងអស់ (បើចាំបាច់) ឬ
  2. **កត់ត្រា** តែព័ត៌មាន ក្នុងកម្រិតអប្បបរិមា តាមភាពចាំបាច់ ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចប្រមូលយកអាហារទាំងអស់មកវិញ ប្រសិនបើមានបញ្ហា។
- បុគ្គលិករបស់លោកអ្នក ត្រូវចេះអនុវត្តតាមផែនការ (ដូចជា **ការកត់ត្រា**ព័ត៌មានខាងលើ), ហើយនិងកន្លែងដែលត្រូវរកព័ត៌មាននេះ។
- ជម្រើសទី2 អាចចំណាយប្រាក់ច្រើន បើមានបញ្ហាលើសុវត្ថិភាពអាហារ, លោកអ្នកត្រូវប្រមូលមកវិញ ឬបោះចោលអាហារមិនល្អទាំងអស់ដែលធ្វើនៅក្នុងកន្លែងលោកអ្នក។
- សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម អំពីការប្រមូលអាហារមកវិញ, សូមអនុវត្តតាមបញ្ញត្តិនៅក្នុង **'ការប្រមូលអាហារមកវិញ'** [ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម]។
- លោកអ្នកត្រូវរក្សាទុកព័ត៌មានជាក់លាក់ស្តីពីអាហារដែលលោកអ្នកនាំចូលមក។

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- សម្រាប់អាហារទាំងអស់ សូមជ្រើសរើស (គូសធីកលើអ្វីដែលអ្នកនឹងធ្វើ) ៖
  - ☐ ជម្រើសទី 1 ៖ កត់ត្រាគ្រប់ព័ត៌មានទាំងអស់ ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចប្រមូលយកអាហារដែលមានបញ្ហាមកវិញ ឬ
  - ☐ ជម្រើស 2 ៖ កត់ត្រាព័ត៌មានក្នុងកម្រិតអប្បបរមា ហើយប្រមូលអាហារទាំងអស់ដែលអាចរងផលប៉ះពាល់ មកវិញ។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកជ្រើសយកជម្រើសទី 1 ៖
  - លោកអ្នកត្រូវមានផែនការជាលាយល័ក្ខអក្សរ ដើម្បីឲ្យអាចតាមដានអាហារ, គ្រឿងផ្សំ និង/ឬធាតុចូល ហើយប្រមូលយកមកវិញ ប្រសិនបើមានបញ្ហាលើសុវត្ថិភាពអាហារ ចំពោះអាហារ និង/ឬ គ្រឿងផ្សំណាមួយ ក្នុងអាហាររបស់អ្នក និង
  - អ្នកត្រូវតែរក្សា**កំណត់ត្រា** រួមទាំងព័ត៌មានលម្អិតរបស់អ្នកផ្គត់ផ្គង់, ម៉ាក និងលេខសម្គាល់ក្រុម, ប្រើល្អបំផុតមុនកាលបរិច្ឆេទ និងប្រើបានត្រឹមបរិច្ឆេទកំណត់ (ប្រសិនបើចាំបាច់)។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកជ្រើសយកជម្រើសទី 2 ៖
  - អ្នកត្រូវកត់ត្រាព័ត៌មានខាងក្រោម ៖
    - ឈ្មោះ និងព័ត៌មានទាក់ទងលម្អិត របស់ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់
    - ប្រភេទ និងបរិមាណអាហារ
    - សីតុណ្ហភាពអាហារ (ប្រសិនបើអាហារនោះ ត្រូវការរក្សានៅក្នុងសីតុណ្ហភាពជាក់លាក់ណាមួយ ដើម្បីធានាបានសុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ) និង
    - ប្រមូលមកវិញ ឬបោះចោលអាហារទាំងអស់ ដែលរងផលប៉ះពាល់។
- ប្រសិនបើអ្នកនាំចូលចំណីអាហារ អ្នកត្រូវតែរក្សាកំណត់ត្រាខាងក្រោម ៖
  - ឈ្មោះ និងព័ត៌មានទាក់ទងលម្អិត របស់ ៖
    - ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់របស់លោកអ្នក
    - ក្រុមហ៊ុនដែលផលិតអាហារនោះ
  - ការពិពណ៌នាអំពីអាហារ ដោយរួមទាំងគ្រឿងបរិភោគ, ម៉ាក និងលេខស៊េរី ឬលេខសំគាល់ក្រុមអាហារ
  - ព័ត៌មានណាដែលអាចជួយក្នុងការតាមដានអាហារបាន ដូចជា ៖

D
ធ្វើ

S
បង្ហាញ

- ពីក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ ទៅក្រុមហ៊ុននាំចូលដែលបានចុះបញ្ជីការត្រឹមត្រូវ
- ក្នុងពេលទំនិញនៅក្រោមការកាន់កាប់របស់ក្រុមហ៊ុននាំចូលដែលបានចុះបញ្ជីការរួចរាល់
- ដល់អ្នកបន្ទាប់ ដែលអាហារត្រូវបានផ្ទេរឲ្យ (ក្រៅពីអតិថិជនចុងក្រោយ)។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- កំណត់ត្រាព័ត៌មានទាំងអស់ ដែលមានបង្ហសញនៅក្នុង **ធ្វើ** ប្រសិនបើលោកអ្នកនាំចូលអាហារ។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកជ្រើសយកជម្រើសទី 1, គឺត្រូវមាន**កំណត់ត្រា** នៃព័ត៌មានទាំងអស់ស្តីពីលេខក្រុម/លេខឡូត៍។
- ប្រសិនលោកអ្នកជ្រើសយកជម្រើសទី 2, គឺត្រូវមាន**កំណត់ត្រា**ព័ត៌មាន ក្នុងកម្រិតអប្បបរមា។



ការប្រមូលអាហាររបស់អ្នកមកប់វិញ

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អាហារដែលគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ អាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺបាន។
- ប្រសិនបើមានកំហុសអ្វីកើតឡើង ចំពោះផលិតផលអាហាររបស់អ្នក, អ្នកត្រូវប្រមូលវាមកវិញ។
- មានការប្រមូលអាហារយកមកវិញចំនួន 2 ប្រភេទ ៖
  1. កម្រិតអ្នកប្រើប្រាស់ – ដែលពាក់ព័ន្ធនឹងការដកផលិតផលដែលរងផលប៉ះពាល់ចេញពីសង្វាក់ផ្គត់ផ្គង់ ហើយធ្វើការទំនាក់ទំនងទៅអ្នកប្រើប្រាស់, ឬ
  2. កម្រិតពាណិជ្ជកម្ម - ដែលពាក់ព័ន្ធនឹងការដកផលិតផលដែលរងផលប៉ះពាល់ចេញពីសង្វាក់ផ្គត់ផ្គង់។
- មានមូលហេតុ 2 យ៉ាង សម្រាប់ការប្រមូលអាហារមកវិញ ៖
  - អ្នកផ្គត់ផ្គង់របស់អ្នក អាចប្រមូលយកវិញ ៖
    1. ផលិតផលអាហារ ឬការវេចខ្ចប់ដែលអ្នកប្រើ ឬ
    2. អ្នកត្រូវប្រមូលអាហារដែលអ្នកបានធ្វើ ពីអតិថិជនរបស់អ្នក ដោយសារតែមានបញ្ហាកើតឡើង ធ្វើឲ្យអាហាររបស់អ្នកក្លាយជាគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។
- អ្នកមិនបាច់ប្រមូលអាហារមកវិញទេ ប្រសិនបើ អាហារនោះ ត្រូវបានបរិភោគភ្លាមៗ (ឧ. នំផាយក្តៅៗចេញពីហាងដុតនំ ឬអាហារដែលញ៉ាំនៅតាមហាងកាហ្វេ)។ ប្រសិនបើមានបញ្ហាសុវត្ថិភាព ឬភាពមិនសមរម្យ នៃអាហារ, គឺអ្នកត្រូវដកអាហារចេញពីការលក់ ហើយចាក់ចោល ឬយកវាទៅទុកដោយឡែក ហើយដាក់ស្លាកយ៉ាងច្បាស់ថា មិនអាចហូបបានឡើយ។
- កំណត់ត្រាដែលលោកអ្នកបានរក្សាទុក អាចជួយលោកអ្នកបាន ប្រសិនបើមានករណីត្រូវប្រមូលយកអាហារមកវិញ។

K
ដឹង

- មានព័ត៌មានដែលមានប្រយោជន៍ អំពីការប្រមូលអាហារមកវិញ នៅលើគេហទំព័រ MPI ៖ www.mpi.govt.nz/food-business/food-recalls/food-recall-guidance-for-businesses/
- ព័ត៌មានដែលមានប្រយោជន៍ អំពីការធ្វើត្រាប់ (ធ្វើសាកល្បង) ចំពោះការប្រមូលអាហារមកវិញ គឺមាននៅទីនេះ ៖ www.mpi.govt.nz/food-business/food-recalls/doing-food-recall/

ហេតុអ្វីបានជាវាសំខាន់ក្នុងការមានកំណត់ត្រាល្អ និងនីតិវិធីក្នុងការប្រមូលអាហារមកវិញ?

- ការរក្សាកំណត់ត្រាល្អ មានន័យថា ការប្រមូលអាហារមកវិញ អាចប្រព្រឹត្តទៅបានលឿន និងមានប្រសិទ្ធភាពជាងមុន ដោយកាត់បន្ថយការចំណាយ និងផលប៉ះពាល់ចំពោះកេរ្តិ៍ឈ្មោះរបស់អ្នក។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក បានដឹងថា អាហារដែលមានលក់ នៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក ត្រូវបានអ្នកផ្គត់ផ្គង់ប្រមូលត្រឡប់វិញ អ្នកត្រូវតែ ៖
  - អាចកំណត់បានថា អាហារលោកអ្នកបានរងការប៉ះពាល់ដែរឬទេ
  - អាចដឹងថា តើអាហារដែលត្រូវប្រមូលមកវិញ មានដាក់លក់, មានក្នុងស្តុក ឬបានប្រើជាគ្រឿងផ្សំក្នុងអាហារផ្សេងទៀត ដែរឬទេ
  - រកមើលថាតើ អាហារដែលត្រូវប្រមូលមកវិញនោះ បានយកមកប្រើនៅក្នុងអាជីវកម្មអាហារ របស់លោកអ្នកដែរឬទេ
  - យកអាហារ ដែលត្រូវប្រមូលមកវិញដាច់ពីគេ ហើយដាក់ស្លាក 'អាហារប្រមូលត្រឡប់វិញ-កុំយកវាទៅប្រើ'
  - ប្រាប់ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ទំនិញរបស់លោកអ្នកឲ្យបានដឹងថា តើផលិតផលខូចគុណភាពរបស់ពួកគេមាននៅសល់ប៉ុន្មាននៅក្នុងអាជីវកម្មអាហាររបស់លោកអ្នក
  - រៀបចំទៅទទួលយកផលិតផលដែងរងការប៉ះពាល់ និង/ឬយកវាទៅចាក់ចោល។

- ប្រសិនបើលោកអ្នក និងបុគ្គលិក បានធ្វើ ហើយលក់អាហារដែលគ្មានសុវត្ថិភាព ឬអាហារមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ លោកអ្នកត្រូវអនុវត្តចំណុចទាំងអស់ខាងក្រោម ៖
  - ប្រមូលព័ត៌មាន, ស្វែងយល់ពីបញ្ហា។
  - រកមើលថាតើផលិតផល និងក្រុមមួយណា ដែល (ឬអាច) រងផលប៉ះពាល់។
  - រកមើលទីកន្លែង របស់ផលិតផលដែលរងផលប៉ះពាល់។
  - រក្សាទុកផលិតផលដែលរងផលប៉ះពាល់ មួយអន្លើ។
  - ជូនដំណឹងដល់អ្នកផ្គៀងផ្គាត់របស់អ្នក អំពីបញ្ហា ឬទូរស័ព្ទទៅលេខ 0800 00 83 33 រួចសុំជួបអ្នកសម្របសម្រួលអាហារ ឬផ្ញើអ៊ីមែលទៅ Food.Recalls@mpi.govt.nz ។
  - ធ្វើការវាយតម្លៃហានិភ័យ។ សម្រេចអំពីចំណាត់ការ។ បំពេញទម្រង់វាយតម្លៃហានិភ័យចំពោះអាហារដែលបានប្រមូលមកវិញ (មាននៅទីនេះ ៖ www.mpi.govt.nz/food-business/food-recalls/food-recall-documents/) ហើយផ្ញើអ៊ីមែលទៅ New Zealand Food Safety (NZFS) Food.Recalls@mpi.govt.nz ។
  - អ្នកត្រូវរាយការណ៍ទៅកាន់ NZFS អំពីការសម្រេចចិត្តរបស់អ្នក ក្នុងការប្រមូលអាហារមកវិញ ក្នុងរយៈពេល 24 ម៉ោង, ផ្ញើអ៊ីមែលអំពីការវាយតម្លៃហានិភ័យអាហារ របស់អ្នកទៅ Food.Recalls@mpi.govt.nz ឬទូរស័ព្ទទៅលេខ 0800 00 83 33 ហើយសុំជួបអ្នកសម្របសម្រួលអាហារ។
  - រៀបចំ និងចែកចាយសេចក្តីជូនដំណឹងអំពីចំណុចលក់អាហារ (ការប្រមូលអាហារមកវិញ ក្នុងកម្រិតអ្នកបរិភោគ)។
  - ជូនដំណឹងដល់ អ្នកប្រកបអាជីវកម្ម ដែលប្រើផលិតផលរបស់អ្នក (អ្នកបរិភោគ និងអ្នកប្រកបអាជីវកម្ម)។
  - ជូនដំណឹងដល់អ្នកបរិភោគ។
  - ពិនិត្យមើលថាតើផលិតផលចំនួនប៉ុន្មាន ដែលបានប្រគល់មកអ្នកវិញ។
  - ពិនិត្យ និងរកមើលសកម្មភាព ដែលត្រូវកែតម្រូវ/បង្ការ។
  - ជូនដំណឹងដល់មន្ត្រីទទួលបន្ទុកកិច្ចការអនុវត្តច្បាប់របស់ NZFS ថាតើការប្រមូលអាហារមកវិញបានដំណើរការយ៉ាដូចម្តេច។

D
ធ្វើ

- **ធ្វើត្រាប់ ឬសាកល្បងការប្រមូលអាហារវិញ ៖** គិតត្រឹមថ្ងៃទី 1 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2023, អ្នកត្រូវតែសាកល្បងនីតិវិធីនៃការប្រមូលអាហារមកវិញ របស់អ្នក ដោយប្រើសេណារីយ៉ូដែលអាចនឹងកើតឡើងមែនទែន, រៀងរាល់ 12 ខែម្តង។
- ពិនិត្យមើលប្រសិទ្ធភាពនៃការធ្វើត្រាប់ ចំពោះសកម្មភាពប្រមូលអាហារវិញ ហើយរកមើលចំណុចដែលត្រូវកែលំអ។
- ប្រសិនបើអ្នកបានបញ្ចប់ការប្រមូលអាហារមកវិញពិតប្រាកដ ក្នុងរយៈពេល 12 ខែ ហើយសកម្មភាពនោះ មានប្រសិទ្ធភាព នោះអ្នកមិនបាច់ ធ្វើត្រាប់ ឬសាកល្បងសកម្មភាពប្រមូលអាហារមកវិញ ឲ្យចប់ចុងចប់ដើមឡើយ។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើអាហាររបស់ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់អាហារឲ្យអ្នក ត្រូវបានប្រមូលមកវិញ លោកអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នូវ **កំណត់ត្រា**ស្តីពី ៖
  - សកម្មភាពដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកបានធ្វើ ដើម្បីយកអាហារនោះចេញពីអាជីវកម្មរបស់អ្នក។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវប្រមូលអាហារមកវិញ, លោកអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នូវ **កំណត់ត្រា**ស្តីពី ៖
  - សកម្មភាពដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកបានធ្វើ ដើម្បីយកអាហារនោះចេញពីអាជីវកម្មរបស់អ្នក។
  - ទម្រង់វាយតម្លៃដែលបានបំពេញហើយអំពីហានិភ័យនៃការប្រមូលអាហារមកវិញ
  - សំណៅនៃកំណត់ហេតុ ចំពោះ**កំណត់ត្រា** ការប្រមូលអាហារមកវិញ
- ចាប់ពីថ្ងៃទី 1 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2023, ការធ្វើត្រាប់ (សាកល្បង) សកម្មភាពប្រមូលអាហារមកវិញ ប្រចាំឆ្នាំរបស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកអាចមានអាហារដែលត្រូវប្រមូលមកវិញ (ឧ. នំដុត, សាច់កក ។ល។)។



ការធ្វើស៊ូស៊ី

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- លោកអ្នកអាចធ្វើស៊ូស៊ី ពីបាយដែលមាន ឬមិនមានបន្ថែមជាតិជូរ។ ស៊ូស៊ី ដែលធ្វើពីបាយដែលមិនមានបន្ថែមជាតិជូរ ទុកមិនបានយូរ ដូចជាស៊ូស៊ី ដែលធ្វើពីបាយដែលមានបន្ថែមជាតិជូរ ឡើយ។
- ថែមទឹកខ្មេះក្នុងបាយធ្វើឲ្យបាយមានសារធាតុអាស៊ីត។ មេរោគគ្រោះថ្នាក់មិនអាចលូតលាស់ ក្នុងបាយដែលមានបន្ថែមជាតិជូរ ឡើយ។
- លោកអ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវរាស់កម្រិត pH ក្នុងបាយឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកុំឲ្យវាបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អតិថិជន (ឧ. ប្រសិនបើបាយមានជាតិអាស៊ីតច្រើនពេក (កម្រិត pH តិចជាង 3.0) វាអាចធ្វើអោយរលាកបំពង់កអ្នកបរិភោគបាន តែបើវាមិនមានជាតិអាស៊ីតគ្រប់គ្រាន់វិញ (ឧ. មានកម្រិតខ្ពស់ជាង 4.3, អាចធ្វើឲ្យមេរោគអាក្រក់លូតលាស់)។
- បាយអង្ករសម្រូប មិនអាចបន្ថែមជាតិជូរបានទេ ដោយសារតែសំបករឹងដែលស្រោបគ្រាប់បាយនោះ ការពារមិនអោយទឹកខ្មេះ ជ្រាបចូលក្នុងគ្រាប់បាយ។
- មានបទបញ្ញត្តិ ស្តីអំពីរយៈពេលដែលគេអាចទុកស៊ូស៊ី ខាងក្រៅកន្លែងគ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាព (រវាង 5°C ទៅ 60°C)។ បទបញ្ញត្តិ 2 ម៉ោង/4 ម៉ោង មិនអាចប្រើបានចំពោះ ស៊ូស៊ី ដែលធ្វើពីបាយដែលមានជាតិជូរ ឡើយ។

ហេតុអ្វីបានជាមានរយៈពេលខុសគ្នា ក្នុងការដាក់បង្ហាញស៊ូស៊ី ៖

- យកបាយដែលមានជាតិអាស៊ីត រុំជុំវិញគ្រឿងផ្សំ (ឧ. ដុំណូរី) គឺជួយកាត់បន្ថយផ្នែខាងក្រៅរបស់អាហារ មិនឲ្យប្រឈមនឹងមេរោគ។ គ្រឿងផ្សំ ដែលដាក់ពីលើបាយដែលមានជាតិអាស៊ីត (ឧ. នីហ្គីរី) អាចប្រឈមខ្លាំងជាមួយនឹងមេរោគ ដូច្នេះយើងមិនអាច ដាក់បង្ហាញ ក្នុងរយៈពេលដូចគ្នាបានឡើយ។
- គ្រឿងផ្សំដែលប្រើសម្រាប់ធ្វើស៊ូស៊ី (ឧ. សាច់មាន់) ត្រូវតែធ្វើ និងរក្សាទុកតាមភាពតម្រូវជាក់លាក់ (ឧ. សាច់មាន់ត្រូវតែចម្អិន តាម **'ការចម្អិនសាច់បសុបក្សី, សាច់ម៉ត់ និងថ្លើមសត្វ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី] និង **'ការធ្វើឲ្យអាហារចម្អិនថ្មីៗ ត្រជាក់'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី]) ។

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

ធ្វើបាយដែលគ្មានថែមជាតិជូរ ដោយប្រើអង្ករសម្រិត ឬសម្លុប

- អនុវត្តតាម **'ការធ្វើឲ្យអាហារចម្អិនថ្មីៗត្រជាក់'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី] ដើម្បីធ្វើឲ្យបាយដាំឆ្អិនត្រជាក់។
- មិនត្រូវទុកដាក់ស៊ូស៊ី និង/ឬអូនីគីរី ក្នុងសីតុណ្ហភាពខ្ពស់ជាង 5°C ក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោង ឡើយ។

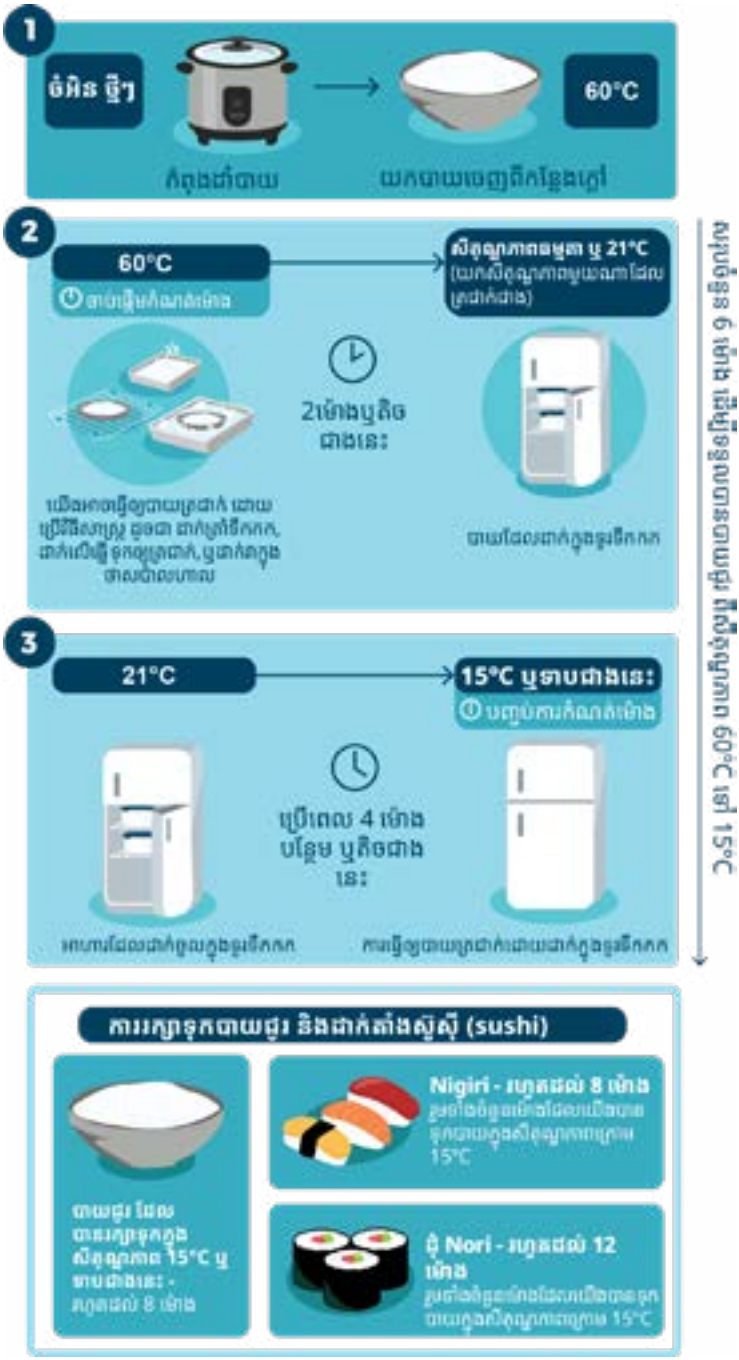
ធ្វើបាយឲ្យមានជាតិជូរ

- លោកអ្នកអាចបន្ថែមជាតិជូរតែក្នុងបាយដាំពីអង្ករសម្រិតតែប៉ុណ្ណោះ។
- ដាំបាយឲ្យឆ្អិន ហើយដាក់ទឹកខ្មេះចូលក្នុងបាយនោះភ្លាមៗ។ លោកអ្នកត្រូវកត់ត្រាអំពីបរិមាណនៃទឹកខ្មេះដែលលោកអ្នកប្រើ។
- 30 នាទី បន្ទាប់ពីថែមជាតិជូរក្នុងបាយ លោកអ្នកត្រូវធ្វើតេស្តកម្រិត pH ដោយលាយទឹកស្អាត 1 ភាគ ជាមួយនឹងបាយដែលអ្នកបានដាក់ជាតិជូរ ចំនួន 3 ភាគ (ឧ. ទឹកស្អាត1/4 ពែង លាយជាមួយបាយមានជាតិជូរ ចំនួន 3/4 នៃពែង)។
- ធ្វើតេស្តកម្រិត pH នៃល្បាយបាយ ដែលមានជាតិជូរ ដោយប្រើ ឧបករណ៍វាស់ pH ដែលបានក្រិតតាមខ្នាត។
- ក្រុមនីមួយៗ នៃបាយ ត្រូវមានកម្រិត pH ក្នុងចន្លោះពី 3.0 ទៅ4.3។
- លោកអ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវវាស់ក្រុមបាយនិមួយៗ ដែលលោកអ្នក បានថែមជាតិជូរ ប្រសិនបើ អ្នកមិនអាចបញ្ជាក់បានថា វិធីដែលលោកអ្នកថែមជាតិជូរ ទៅក្នុងបាយ មានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល។ សូមមើល**'កាបញ្ជាក់ថាវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើមានប្រសិទ្ធភាពរាល់ពេល'**[ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។
- លោកអ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវធ្វើឲ្យបាយដែលមានជាតិជូរ ត្រជាក់ចុះពី 60°C ទៅសីតុណ្ហភាពធម្មតា ឬ 21°C (យកសីតុណ្ហភាពណាដែលត្រជាក់ជាង) ក្នុងរយៈពេល 2 ម៉ោង, ហើយចុះដល់ 15°C ឬទាបជាងនេះ ក្នុងរយៈពេល4 ម៉ោង បន្ថែមទៀត។
- លោកអ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវរក្សាទុកបាយដែលមានជាតិជូរ ដែលអាចយកទៅប្រើក្នុងការផលិតស៊ូស៊ី ក្នុងសីតុណ្ហភាពចន្លោះពី 5°C ទៅ 15°C មិនឲ្យលើសពី 8 ម៉ោង, ក្រោយពីរយៈពេលនេះទៅ អ្នកត្រូវចាក់បាយនេះចោល។
- លោកអ្នក និងបុគ្គលិក មិនត្រូវយកបាយដែលនៅសល់ លាយជាមួយបាយដែលទើបចម្អិនថ្មីៗឡើយ។

ត្រូវដាក់តាំង ស៊ូស៊ី ដែលធ្វើពីបាយមានបន្ថែមជាតិជូរ ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព

- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវតែរក្សាទុក ៖
    - ដុំនីហ្គីរី (nigiri) នៅក្នុងចន្លោះសីតុណ្ហភាព 5°C ទៅ 15°C មិនឲ្យលើសពី 8 ម៉ោង បន្ទាប់ពីនោះ ត្រូវចាក់វាចោល
    - ដុំណូរី (nori) ត្រូវរក្សាទុកក្នុងចន្លោះសីតុណ្ហភាព 5°C ទៅ 15°C មិនឲ្យលើសពី 8 ម៉ោង បន្ទាប់ពីនោះ ត្រូវចាក់វាចោល។

(ពេលវេលាខាងលើ មិនបានរាប់បញ្ចូលរយៈពេល សម្រាប់ធ្វើឲ្យបាយចុះត្រជាក់ឡើយ នៅពេលដែលបាយនោះ មានសីតុណ្ហភាពខ្ពស់ជាង 15°C។ ពេលវេលាទាំងនេះ ចាប់ផ្តើមគិតតែក្នុងពេលដែល បាយនោះ មានសីតុណ្ហភាពចុះដល់ 15°C ឬទាបជាងនេះ)។


1
ចំអិន ថ្មីៗ
60°C
កំពុងដាំបាយ
យកបាយចេញពីកន្លែងក្តៅ
2
60°C
ចាប់ផ្តើមកំណត់ម៉ោង
សីតុណ្ហភាពធម្មតា ឬ 21°C
(យកសីតុណ្ហភាពមួយណាដែលត្រជាក់ជាង)
2ម៉ោងឬតិចជាងនេះ
បើងអាចធ្វើឲ្យបាយត្រជាក់ ដោយប្រើវិធីសាស្ត្រ ដូចជា ដាក់ស្រាំទឹកកក, ដាក់ជើងធ្វើ ទុកឲ្យត្រជាក់, ឬដាក់ក្នុងចានស្រាលៗ
បាយដែលដាក់ក្នុងទូរទឹកកក
3
21°C
15°C ឬទាបជាងនេះ
បញ្ចប់ការកំណត់ម៉ោង
ប្រើពេល 4 ម៉ោង បន្ថែម ឬតិចជាងនេះ
អាហារដែលដាក់ចូលក្នុងទូរទឹកកក
ការធ្វើឲ្យបាយត្រជាក់ដោយដាក់ក្នុងទូរទឹកកក
សរុបចំនួន 6 ម៉ោង ដើម្បីបង្កើនពេលវេលាទុកបាយក្នុងសីតុណ្ហភាព 60°C ទៅ 15°C
ការរក្សាទុកបាយជូរ និងដាក់តាំងស៊ូស៊ី (sushi)
បាយជូរ ដែលបានរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាព 15°C ឬទាបជាងនេះ - រហូតដល់ 8 ម៉ោង
Nigiri - រហូតដល់ 8 ម៉ោង
ខ្លួនចាំបាច់ចូលម៉ោងដែលបើងបានទុកបាយក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រជាក់ 15°C
ជុំ Nori - រហូតដល់ 12 ម៉ោង
ខ្លួនចាំបាច់ចូលម៉ោងដែលបើងបានទុកបាយក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រជាក់ 15°C

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់នូវ ៖
  - វិធីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីធ្វើ ស៊ូស៊ី ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ដោយប្រើបាយដែលគ្មានបន្ថែមជាតិជូរ
  - វិធីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីធ្វើស៊ូស៊ី ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ដោយប្រើបាយដែលមានបន្ថែមជាតិជូរ ៖
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីផលិតទឹកខ្មេះ
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើ ដើម្បីវាស់កម្រិត pH នៅក្នុងបាយរបស់លោកអ្នក
    - **កំណត់ត្រា** នៃការវាស់កម្រិត pH នៅក្នុងបាយរបស់លោកអ្នក
    - **កំណត់ត្រា** អំពីរបៀបដែលអ្នកធ្វើឱ្យបាយដែលមានជាតិអាស៊ីត ក្នុងក្រុមនីមួយៗ ត្រជាក់ ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។
- វិធីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិកប្រើ ដើម្បីដាក់តាំងស៊ូស៊ី ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។
- ប្រសិនបើអ្នក អាចបញ្ជាក់ថាវិធីធ្វើឲ្យបាយមានជាតិជូរ មានប្រសិទ្ធិភាព, សូមបង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នូវកំណត់ត្រា ដែលជាភាពតម្រូវរបស់ **'ការបញ្ជាក់ថាវិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីសម្លាប់មេរោគមានប្រសិទ្ធិភាពរាល់ពេល'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។



ការធ្វើទាខ្វៃតាមរបៀបចិន

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- មេរោគគ្រោះថ្នាក់អាចលូតលាស់យ៉ាងឆាប់រហ័សក្នុងតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់។
- ទឹកពុះសម្លាប់មេរោគ។ ទឹកខ្មេះជួយបញ្ឈប់មេរោគកុំឲ្យលូតលាស់ នៅពេលយើងកំពុងសម្ងួតទា។
- ការរក្សាទុកកុំឲ្យស្បែកទារហែក អាចជួយបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យឆ្លងទៅក្នុង និងលូតលាស់នៅក្នុងសាច់ទា។

D
ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

ការរៀបចំ

- រំលាយទឹកកកពីទាកកឲ្យបានសព្វកន្លែង។
- ជ្រលក់ទាក្នុងទឹកដាំពុះ, ទឹកខ្មេះ និងគ្រឿងផ្សំផ្សេងៗទៀត (ដូចដែលអ្នកប្រើក្នុងក្បួនធ្វើម្ហូបរបស់លោកអ្នក)។
- ព្យួរទាឲ្យស្ងួតក្នុងកន្លែងត្រជាក់ មិនឲ្យលើសពី 6 ម៉ោង។
- ពិនិត្យសីតុណ្ហភាពទា ដោយប្រើឧបករណ៍វាស់សីតុណ្ហភាព ដែលបានក្រិតតាមខ្នាតត្រឹមត្រូវ នៅពេលចាប់ផ្តើមធ្វើ រហូតពាក់កណ្តាលផ្លូវ នៃដំណើរការសម្ងួត។ សីតុណ្ហភាពខាងក្នុងមិនត្រូវលើសពី 25°C.។

ការចំអិន

- ទាត្រូវតែខ្វៃ។ (សូមអាន'ប័ណ្ណស្តីពី **'ការចំអិនសាច់បសុបក្សី, សាច់ម៉ត់ និងថ្លើមសត្វ'**[ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម])។

ការដាក់តាំង/ការទុកដាក់

- ប្រើទំពក់ដើម្បីព្យួរទា។ មិនត្រូវប៉ះពាល់ទាដោយផ្ទាល់ទេ។
- ធ្វើយ៉ាងណាកុំឲ្យស្បែកទារហែក។ ស្បែកទាមិនត្រូវរហែកពេលដាក់តាំង និងពេលរក្សាទុកឡើយ។ ប្រសិនបើស្បែកទារហែក យើងត្រូវកាប់សាច់វាជាដុំតូចៗ និងរក្សាទុកក្នុងកម្រិតសីតុណ្ហភាពលើសពី 60°C រហូតដល់ពេលយកទៅបម្រើភ្ញៀវ។

- ដាក់តាំង និងទុកដាក់ទា តែក្នុងកន្លែងមួយដែលមានខ្យល់ចេញចូលល្អ, ត្រជាក់ និងស្ងួត ប៉ុណ្ណោះ ដើម្បីការពារកុំឲ្យកើតមានសំណើម (ឧ. មិនត្រូវទុកទារក្នុងទូរកញ្ចក់បិទជិតឡើយ)។
- កុំឲ្យទាប៉ះគ្នា ឬប៉ះផលិតផលផ្សេងៗ នៅពេលដាក់តាំង ឬទុក។
- ប្រសិនបើជាចៃដន្យទាបានប៉ះគ្នាក្នុងរយៈពេលយូរ លោកអ្នកត្រូវកាប់វាជាដុំតូចៗ ហើយកំដៅសាច់ទាឡើងវិញដល់សីតុណ្ហភាព 75°C។ បន្ទាប់មកអ្នកអាច ៖
  - រក្សាទុកសាច់ទាក្នុងសីតុណ្ហភាព 60°C ឬខ្ពស់ជាងនេះ រហូតដល់ពេលត្រូវយកវាទៅបម្រើភ្ញៀវ ឬ
  - អនុវត្តតាម **'ការធ្វើឲ្យអាហារចម្អិនថ្មីៗត្រជាក់'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម] ដើម្បីធ្វើឲ្យសាច់ទាត្រជាក់។
- មិនត្រូវដាក់តាំងទាដែលបានខ្ចប់រួចលើសពី 5 ម៉ោងឡើយ។
- យកចេញ ហើយបោះចោល ទាណាដែលបានដាក់តាំងលើសពី 22 ម៉ោង។

ការសម្អួត

លោកអ្នកត្រូវតែ ៖

- ដាំទឹកដែលប្រើជ្រលក់ទាឲ្យពុះឡើងវិញ ប្រសិនបើល្បាយទឹកនោះចុះត្រជាក់
- យកទាណាដែលមានសីតុណ្ហភាពលើសពី 25°C ក្នុងដំណើរការសម្អួត ទៅដាក់ក្នុងទូរក្លាស់សេ រហូតដល់តែសីតុណ្ហភាពចុះមកក្រោម 25°C,
- បោះចោលទាណាដែលបានព្យួរឲ្យស្ងួតអស់រយៈពេលយូរជាង 6 ម៉ោង។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ **កំណត់ត្រា**លាយល័ក្ខអក្សរ នៃ ៖
  - សីតុណ្ហភាពទានិមួយៗ នៅពេលព្យួរសម្អួតជាមួយគ្នា និងពេលវេលាដែលការសម្អួតបានចាប់ផ្តើម
  - សីតុណ្ហភាពទា ពេលសម្អួតបានពាក់កណ្តាលនៃដំណើរការសម្អួត និងអ្វីដែលលោកអ្នកបានធ្វើ ដើម្បីបន្ថយសីតុណ្ហភាព បើសីតុណ្ហភាពបានឡើងខ្ពស់ជាង 25°C
  - ពេលវេលាដែលអ្នកបានយកទាចេញពីកន្លែងសម្អួត ទៅចំអិន។

ការធ្វើកេបាបសាច់ចៀម (Doner Kebabs)

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- សាច់សម្រាប់ធ្វើ doner kebab ឆៅ អាចមានមេរោគដែលអាចឆ្លងដល់អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាម។
- លោកអ្នកត្រូវចំអិនសាច់ឲ្យឆ្អិនសព្វកន្លែង ដើម្បីសម្លាប់មេរោគ។
- អ្នកអាចកាត់តែសាច់ពីកាបាប (kebab) បង្វិលអាំង ដែលត្រូវបានចម្អិនឆ្អិនល្អប៉ុណ្ណោះ ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

ការរៀបចំចង្ក្រានអាំងសាច់ kebab

- សូមប្រើតែសាច់ស្រស់ មកពីក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ដែលគួរទុកចិត្តបាន។
- ត្រូវរក្សាទុកសាច់ក្នុងសីតុណ្ហភាពទាបជាង 5°C រហូតដល់ពេលត្រូវការយកមកប្រើ។
- រៀបចំសាច់ដាក់ចង្កាក់ឲ្យឆ្ងាយពីកន្លែងរក្សាទុក សាឡាដ (បន្លែ), គ្រឿងជ្រលក់, ទឹកជ្រលក់ និងអាហារឆ្អិន។
- ប្រើតែសាច់ដែលហាន់ស្តើងៗ នៅពេលរៀបសាច់ដាក់ចង្កាក់ ដើម្បីអាំង។
- ការពារសាច់ដែលដោតចង្កាក់រួចរាល់ កុំឲ្យប្រឡាក់ធូលី និងភាពកខ្វក់ផ្សេងទៀត។
- ប្រវែងនៃចង្កាក់សាច់ដែលដោតរួច មិនត្រូវវែងជាងប្រវែងចង្ក្រានឡើយ។

ការចំអិន និងការបម្រើ

- សាច់ Doner kebab ដែលចំអិននៅលើចង្ក្រានបញ្ឈរ ត្រូវតែចំអិន មុនពេលយកទៅបម្រើភ្ញៀវ។
- ផ្នែកខាងក្រៅនៃសាច់ doner kebab ត្រូវតែចំអិនឲ្យសព្វ មុននឹងជៀរសាច់ជាចំណិតស្តើងៗចេញពីស្រទាប់ខាងក្រៅ។
- សាច់ដែលជៀរត្រូវតែប្រមូលយក មុននឹងវាធ្លាក់ចូលថាសត្រង។
- ត្រូវទុកចង្ក្រានអាំងឲ្យឆេះស្មើ មិនត្រូវបន្ថយកំដៅឡើយ នៅពេលអ្នកចាប់ផ្តើមចំអិនសាច់ doner kebab។

- នៅពេលសាច់ម៉ត់ដោតត្រនួចត្រូវចំអិនពីចំណុចកក, សាច់ដែលជៀរចេញមក ត្រូវយកទៅចំអិនបន្ថែមទៀតនៅលើបន្ទះសំប៉ែត/ចង្ក្រាន មុនពេលបរិភោគ។
- សាច់ជៀរណាដែលមិនទាន់ឆ្អិនសព្វ ត្រូវចំអិនបន្ថែមដោយប្រើថាសក្តៅ ឬចង្ក្រានអាំង។
- ប្រសិនបើសាច់ doner kebab ដែលអាំងឆ្អិន ហើយបរិភោគមិនអស់ លោកអ្នកត្រូវ ៖
  - បោះចោល ឬ
  - ជៀរសាច់ឆ្អិនចេញពីចង្កាក់ឲ្យអស់។ ចំអិនសាច់ចំណិតស្តើងៗនោះ លើចង្ក្រាន/ថាសក្តៅ។ ធ្វើឲ្យសាច់ឆ្អិនដែឡបានជៀរពីចង្កាក់ ចុះត្រជាក់, គ្រប និងទុកវាក្នុងទូរទឹកកក។ ថ្ងៃបន្ទាប់ អ្នកអាចយកសាច់នោះមកកំដៅឡើងវិញ និងបរិភោគបាន។
- សាច់ឆ្អិនដែលនៅសល់នឹងចង្កាក់ ត្រូវធ្វើវាឲ្យត្រជាក់ ដោយធ្វើតាម **'ការធ្វើឲ្យអាហារដែលទើបចម្អិនថ្មីៗត្រជាក់'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយខ្ចី]។

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញ ឬរៀបរាប់ប្រាប់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នូវ ៖
  - វិធីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីធ្វើឲ្យអាហារក្តៅឲ្យត្រជាក់បានលឿន
  - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើ ដើម្បីអាចដឹងថាតើ អាហារដែលលោកអ្នកយកមកកំដៅឡើងវិញមានសីតុណ្ហភាពលើសពី 75°C,
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីរក្សាអាហារឲ្យនៅក្តៅ
  - វិធីដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើដើម្បីវាស់សីតុណ្ហភាពអាហារ
- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ នូវ ៖
  - **កំណត់ត្រា** ជាលាយល័ក្ខអក្សរ ស្តីពីវិធីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិកប្រើដើម្បីចំអិនសាច់សត្វ ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ដោយរាប់បញ្ចូលទាំង ៖
    - អាហារ
    - កាលបរិច្ឆេទចម្អិន



ការចម្អិនដែលប្រើវិធីចម្អិនដោយដាក់អាហារក្នុងស្បោងគ្មានខ្យល់ ហើយចម្អិនក្នុងឆ្នាំងមានទឹកទៅតាមសីតុណ្ហភាពត្រូវការ (sous vide)

K
ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- វិធី sous vide ដើម្បីចំអិនអាហារក្នុងសីតុណ្ហភាពដែលស្ថិតក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ (ក្នុងសីតុណ្ហភាព 60 60°C ឬទាបជាងនេះ)។ អាចចំអិនបែបនេះបានឲ្យមានសុវត្ថិភាព – ប៉ុន្តែទាល់តែយើងគ្រប់គ្រងដំណើរការនេះដោយផ្ចិតផ្ចង់ណាស់។ បើមានកំហុសក្នុងពេលចំអិន វាអាចនាំឲ្យអ្នកបរិភោគឈឺ ឬស្លាប់បាន។
- ការចំអិនអាហារនៅសីតុណ្ហភាពទាបត្រូវចំណាយពេលយូរដើម្បីសម្លាប់មេរោគ។
- ប្រសិនបើសីតុណ្ហភាពសម្រាប់ចំអិនវាទាបពេក គឺយើងមិនអាចសម្លាប់មេរោគនៅក្នុងអាហារបានទេ។
- មេរោគគ្រោះថ្នាក់នឹងអាចរស់បាន ហើយលូតលាស់ ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនធ្វើតាមពេលវេលា និងសីតុណ្ហភាពដូចខាងក្រោម។
- ដំណើការនេះ មានប្រសិទ្ធិភាពសម្រាប់តែសាច់ និងសាច់បសុបក្សីដែឡបានកាត់ជាដុំៗ ប៉ុណ្ណោះ។
- ដំណើរការនេះមិនអាចប្រើបាន ចំពោះការចម្អិនបសុសក្សីទ (ឧ.មាន់, ទា), ត្រីទាំងមូល ដែលចំអិននៅក្នុងឡ sous vide ឬការចម្អិនក្នុងសីតុណ្ហភាព ទាបជាង 55°C ឡើយ។ សូមទាក់ទងមកក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើម តាម (foodactinfo@mpi.govt.nz) ដើម្បីសុំជំនួយ។
- សន្ទះបិទបើកមិនត្រូវខូចនៅពេលវាស់សីតុណ្ហភាពខាងក្នុងនៃសាច់ ឬសាច់បសុបក្សី កំឡុងពេលចម្អិន។ ដាក់បន្ទះបង់ស្អិតលាយស្នោដែលក្រាស់ នៅខាងក្រៅស្បោង, ហើយបិទព័ត៌មានបញ្ជាក់សីតុណ្ហភាពតាមរយៈនេះ អាចជួយបញ្ឈប់ការបែកបាក់ណាមួយ។

D
ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- នៅពេលរៀបចំសាច់ និងកាប់សាច់បសុបក្សីជាដុំៗ ដើម្បីចម្អិនដោយប្រើកំដៅឧណ្ហៗ, អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកត្រូវ ៖
  - រក្សាអាហារឆៅ និងអាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាម ដោយឡែកពីគ្នាដោយ ៖ (គូសធីកយកចំណុចមួយណាដែលសមស្រប)

- ☐ មិនត្រូវប្រើម៉ាស៊ីនខ្ចប់គ្មានខ្យល់ សម្រាប់ខ្ចាប់អាហារបរិភោគបានភ្លាមឡើយ ប្រសិនបើម៉ាស៊ីននោះបានប្រើសម្រាប់ខ្ចប់សាច់ឆៅ ឬ
- ☐ ការលាងសម្អាត និងធ្វើអនាម័យម៉ាស៊ីនខ្ចប់គ្មានខ្យល់របស់លោកអ្នក ក្នុងចន្លោះពេលប្រើវាសម្រាប់វេចខ្ចប់អាហារដែលបរិភោគបានភ្លាម

◦ កាត់សាច់ និងសាច់បសុបក្សី ជាដុំប៉ុនៗៗគ្នា ដើម្បីឲ្យវាមានទំហំ, ទម្ងន់ និងទ្រង់ទ្រាយដូចគ្នា

◦ ទុកសាច់ដែលបានខ្ចប់ក្នុងថង់គ្មានខ្យល់ ដែលបានរៀបចំសម្រាប់ចំអិនតាមរបៀប sous vide នៅក្នុងទូទឹកកក រហូតដល់ពេលយកវាទៅប្រើប្រាស់។

• ពេលរៀបចំផើងទឹក សម្រាប់ចំអិន លោកអ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវតែ ៖

◦ ធ្វើការក្រិតតាមខ្នាត នូវផើងទឹក សម្រាប់ចំអិនអាហារយ៉ាងតិចណាស់មួយខែម្តង

◦ ត្រូវធានាថាទឹកអាចមានចលនានៅក្នុងផើង បានដោយសេរី

◦ ប្រើតែឧបករណ៍ចំអិន ដែលអាចគ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាពបានត្រឹមត្រូវ និងនៅថេរ

◦ កំដៅផើងទឹករបស់លោកអ្នកជាមុន ឲ្យដល់សីតុណ្ហភាពយ៉ាងតិច 55°C សម្រាប់ចំអិនសាច់ និង 60°C សម្រាប់ចំអិនសាច់បសុបក្សី

◦ លំហូរទឹកបានល្អ នៅក្នុងផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារ

◦ ដូរទឹកក្នុងផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារចេញ បន្ទាប់ពីចំអិនអាហារ មួយក្រុមៗ រួចរាល់។

• នៅពេលចំអិនដោយប្រើវិធី sous vide លោកអ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវតែ ៖

◦ ជ្រមុជកញ្ចប់ឲ្យលិចទាំងស្រុងក្នុងទឹករាល់ពេល និងត្រូវធានាថាកញ្ចប់ទាំងនោះ លិចក្នុងទឹកបានសព្វកន្លែង

◦ កត់ត្រាសីតុណ្ហភាពផើងទឹក សម្រាប់ចំអិនអាហារឲ្យបានទៀងទាត់ ឬប្រើម៉ាស៊ីនវាស់ និងកត់ត្រាទិន្នន័យដែលមាននៅក្នុងផើងនេះស្រាប់

◦ ជានិច្চកាល ត្រូវរក្សាសីតុណ្ហភាពផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអហារឲ្យលើសពី 55°C នៅពេលចំអិនសាច់ក្រហម និងលើស 60 °C នៅពេលចំអិនសាច់បសុបក្សី គ្រប់ពេលទាំងអស់

◦ សាច់ក្រហម ឬសាច់បសុបក្សី ត្រូវមានសីតុណ្ហភាពឡើងស្មើនឹងសីតុណ្ហភាពផើងទឹក ក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោង, ប្រសិនបើត្រូវប្រើពេលយូរជាងនេះ សូមបោះអាហារនោះចោលទៅ។

- ជានិច្ចកាល ត្រូវធ្វើតេស្តសីតុណ្ហភាពសាច់ក្រហម និងសាច់បសុបក្សី ដោយប្រើប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាព ដែលបានក្រិតតាមខ្នាតត្រឹមត្រូវ ដោយប្រើម្ជុលសម្រាប់បញ្ជាក់សីតុណ្ហភាព ត្រង់បរិវេណសាច់ដែលក្រាស់ជាងគេ
- ជានិច្ចកាល យើងត្រូវធ្វើតេស្តសីតុណ្ហភាពសាច់ក្រហម និងសាច់បសុបក្សី ដែលស្ថិតនៅត្រង់កន្លែងដែលត្រជាក់ជាងគេ នៃផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារ
- ពិនិត្យមើលសីតុណ្ហភាពនៃដុំសាច់ក្រហម ឬសាច់បសុបក្សី ដែលក្រាស់ជាងគេ ៖
  - នៅពេលចាប់ផ្តើមចំអិន ចំពោះក្រុមនៃអាហារ និង
  - មុនពេលការចាប់ផ្តើមនៃរយៈពេលរក្សាសីតុណ្ហភាពតាមការកំណត់ និង
  - នៅចុងបញ្ចប់នៃការចំអិនអាហារមួយក្រុមៗ
- ពិនិត្យមើលថាមាត់ថង់ដែលបិទដោយគ្មានខ្យល់ចូល មិនដាច់រហែកក្រោយពេលវាស់សីតុណ្ហភាពរួច
- ជានិច្ចកាល ត្រូវបញ្ចប់ការចំអិនសាច់មួយក្រុមសិន មុនពេលដាក់អាហារត្រជាក់ចូលទៅក្នុងផើងទឹកសម្រាប់ចំអិន។

- នៅពេលដែលសាច់ក្រហម និងសាច់បសុបក្សីបានឆ្អិនហើយ, លោកអ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវរក្សាទុកវាក្នុងថង់រហូតដល់ពេលត្រូវប្រើប្រាស់ ឬក៏ ៖
  - បម្រើភ្ញៀវទាំងមានថង់បិទជិត
  - យកវាចេញពីថង់, ដុតកំដៅវា (ឬចំអិនវាតាមវិធីផ្សេងទៀត) និងបម្រើភ្ញៀវភ្លាម
  - រក្សាទុកវាក្នុងថង់, ធ្វើវាឲ្យចុះត្រជាក់លឿនដោយអនុវត្តតាមប័ណ្ណស្តីពី **'ការធ្វើឲ្យអាហារចំអិនថ្មីៗចុះត្រជាក់'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម] និងរក្សាវាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពក្រោម 5°C រហូតដល់ 2 ថ្ងៃ (សម្រាប់តែក្នុងករណីដែលលោកអ្នកប្រើវិធី ចំអិន-បម្រើ ប៉ុណ្ណោះ)
  - រក្សាវាទុកក្នុងថង់, ធ្វើឲ្យវាចុះត្រជាក់លឿន និងរក្សាវាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពក្រោម 5°C រហូតដល់ 5 ថ្ងៃ (តែក្នុងករណីដែលលោកអ្នកប្រើវិធី ចំអិន-ក្លាស់សេ ប៉ុណ្ណោះ)។

លោកអ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវប្រើតែបន្សំនៃពេលវេលា និងសីតុណ្ហភាពដូចខាងក្រោមប៉ុណ្ណោះ ៖ (រយៈពេលក្រោម និងរយៈពេលរក្សាសីតុណ្ហភាពតាមការកំណត់, គឺចាប់ផ្តើមតែនៅពេលដែលអាហាររបស់លោកអ្នកឡើងដល់សីតុណ្ហភាពកំណត់)

សីតុណ្ហភាពខាងក្នុង និងរយៈពេលរក្សាសីតុណ្ហភាព				
សីតុណ្ហភាពខាងក្នុងអាហារ °C		ចំអិន-បម្រើ ៖ បម្រើភ្លាម ឬក៏ភ្លាសេភ្លាម និងយកមកប្រើប្រាស់ ក្នុងអំឡុងពេល 2 ថ្ងៃ ដែលបានចំអិនរួច		ចំអិន-ភ្លាសេ ៖ បម្រើភ្លាម ឬក៏ភ្លាសេភ្លាម និងយកមកប្រើប្រាស់ ក្នុងអំឡុងពេល 5 ថ្ងៃ ដែលបានចំអិនរួច
		សាច់ទាំងអស់ លើកលែងតែរយៈពេលចំអិនសាច់បសុបក្សី (នាទី/ម៉ោង)	រយៈពេលសម្រាប់ចំអិនសាច់បសុបក្សី (នាទី/ម៉ោង)	រយៈពេលសម្រាប់ចំអិនសាច់ក្រហម និងសាច់បសុបក្សី (នាទី/ម៉ោង)
តំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់	55	420 នាទី/ 7 ម៉ោង	សាច់បសុបក្សីមិនត្រូវចំអិនតាមវិធី sous vide ក្នុងសីតុណ្ហភាពទាបជាង 60°C ឡើយ	ប្រសិនបើអ្នកទុកសាច់ក្រហម ឬសាច់បសុបក្សីដែលចំអិនដោយវិធី sous vide យូរជាង 2 ថ្ងៃ សូមកុំចំអិនសាច់នោះក្នុងសីតុណ្ហភាពដែលទាបជាង 60°C
	56	296 នាទី /4 ម៉ោង 56 នាទី		
	57	208 នាទី / 3 ម៉ោង 28 នាទី		
	58	147 នាទី / 2 ម៉ោង 27 នាទី		
	59	104 នាទី / 1 ម៉ោង 44 នាទី		
60		73 នាទី / 1 ម៉ោង 13 នាទី	56 នាទី	91 នាទី /1 ម៉ោង 31នាទី
61		52 នាទី	40 នាទី	63 នាទី / 1 ម៉ោង 3 នាទី
62		36 នាទី	29 នាទី	44 នាទី
63		26 នាទី	21 នាទី	30 នាទី
64		18 នាទី	15 នាទី	21 នាទី
65		13 នាទី	11 នាទី	15 នាទី
66		9 នាទី	8 នាទី	10 នាទី
67		7 នាទី	6 នាទី	7 នាទី

ពេលវេលាខាងលើ គឺជាពេលវេលាអប្បរមា សម្រាប់រក្សាសីតុណ្ហភាព នៅពេលដែលផលិតផលឈានដល់សីតុណ្ហភាពដែលបានបញ្ជាក់។

D
ធ្វើ

- លោកអ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវបិទស្លាកលើអាហារដែលបានចំអិនរួច ដោយមានកាលបរិច្ឆេទ និងពេលវេលាដែលបានចំអិន, ប្រភេទអាហារ, តើអាហារនេះចំអិនដោយប្រើវិធី ចំអិន-បម្រើ ឬចំអិន-ក្លាស់សេ, និងកាលបរិច្ឆទត្រូវបោះវាចោល។
- ប្រសិនបើអ្នក កំដៅដុំសាច់ និងដុំសាច់បសុបក្សី ដែលបានចម្អិនដោយប្រើវិធីកំដៅឧណ្ណៗ, សូមកំដៅវាឡើងវិញ ដោយប្រើសីតុណ្ហភាពខ្ពស់ជាង 55°C សម្រាប់សាច់ក្រហម និងលើសពី 60°C សម្រាសាច់បសុបក្សី មុនពេលដាក់ឲ្យភ្ញៀវបរិភោគភ្លាមៗ។ សាច់ក្រហម ឬសាច់បសុបក្សី ដែលបានកំដៅឡើងវិញដែលនៅសល់ ហើយបរិភោគមិនអស់ភ្លាមៗ សូមបោះវាចោល។

ការបញ្ជាក់ពីវិធីរបស់លោកអ្នក

- ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនចង់វាស់សីតុណ្ហភាពគ្រប់ក្រុមអាហារ ដែលអ្នកចម្អិន, សូមបញ្ជាក់ឲ្យបានថា វិធីសាស្ត្រចំអិនរបស់លោកអ្នកមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល។ សូមមើល**'កាបញ្ជាក់ថាវិធីសាស្ត្រដែលអ្នកប្រើមានប្រសិទ្ធភាពរាល់ពេល'**[ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្នាត់នូវ ៖
  - វិធីដែលលោកអ្នក និងបុគ្គលិក ធ្វើការក្រិតតាមខ្នាតនូវធើ្វងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារយ៉ាងតិចណាស់មួយខែម្តង
  - **កំណត់ត្រា**នៃ ៖
    - សីតុណ្ហភាពធើ្វងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារ មុនពេលបន្ថែមអាហារចូលទៅក្នុងទឹក
    - រយៈពេលត្រូវការសម្រាប់ឲ្យអាហារឡើងដល់កម្រិតសីតុណ្ហភាពខាងក្នុងដែលបានជ្រើសរើសរួច
    - ចំរវេលានៃការរក្សាសីតុណ្ហភាពតាមការកំណត់ នៅពេលដែលអាហារឡើងដល់សីតុណ្ហភាពអាហារដែលបានជ្រើសរើសរួច
    - សីតុណ្ហភាពខាងក្នុងអាហារនៅពេលចាប់ផ្តើម និងចុងបញ្ចប់នៃរយៈពេលរក្សាសីតុណ្ហភាពតាមការកំណត់

- រយៈពេលចុះត្រជាក់ (សម្រាប់ផលិតផលត្រជាក់ និងទុកសម្រាប់លក់លើកក្រោយ)។

◦ ប្រសិនបើអ្នក អាចបញ្ជាក់ថាការចម្អិនអាហាររបស់អ្នក ដោយប្រើវិធី sous vide ថាមានប្រសិទ្ធិភាព, សូមបង្ហាញអ្នកផ្សៀងផ្គាត់ នូវ**កំណត់ត្រា** ដែលជាភាពតម្រូវរបស់ **'ការបញ្ជាក់ថាវិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីសម្លាប់មេរោគមានប្រសិទ្ធិភាពរាល់ពេល'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]។



ការរៀបចំសាច់ក្រហមសម្រាប់កិនឲ្យម៉ត់ និងការបម្រើសាច់ស្ទើរឆ្អិន ឬឆៅ

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ដំណើរការនេះប្រើបានតែចំពោះសាច់ក្រហម – សាច់គោ, សាច់ចៀម, សាច់ក្តាន់ ប៉ុណ្ណោះ។ ដំណើរការនេះមិនអាចប្រើបានចំពោះសាច់ជ្រូក, សាច់មាន់, សាច់ទា ឬ ថ្លើមសត្វ ឡើយ។
- ដំណើរការនេះត្រូវអនុវត្តតាម តែនៅពេលដែលអ្នកជ្រើសរើសបម្រើសាច់ក្រហម ស្ទើរឆ្អិន ឬឆៅប៉ុណ្ណោះទេ។
- គេរកឃើញមេរោគ នៅផ្នែខាងក្រៅ នៃសាច់ដែលបានាត់ជាដុំ។ ការកិនសាច់ឲ្យម៉ត់ គឺអាំចពង្រាយមេរោគពីផ្នែខាងក្រៅនៃសាច់ ទៅពេញសាច់កិនទាំងអស់។
- មនុស្សអាចឈឺ ទោះមានមេរោគតិចតួចចូលក្នុងខ្លួន។
- វិធីតែមួយប៉ុណ្ណោះដែលធ្វើឲ្យសាច់មានសុវត្ថិភាព ដើម្បីបម្រើនៅស្ទើរឆ្អិន ឬឆៅ គឺ សម្លាប់មេរោគនៅផ្នែខាងក្រៅនៃសាច់ នៅមុនពេលកិន។
- មានវិធី 3យ៉ាង ដើម្បីកាត់បន្ថយចំនួនមេរោគនៅខាងក្រៅសាច់– កម្លោច, ស្រុស, ឬធ្វើអនាម័យ។
- មេរោគអាចលាក់ខ្លួននៅក្រោមក្លែប, ក្នុងប្រហោង និងនៅចន្លោះថ្នេរសាច់ដែលកាត់ជាដុំ។ ធ្វើផ្នែកខាងក្រៅសាច់ ឲ្យរាបស្មើ ដោយកាត់ចេញនូវផ្នែកដែលធ្វើឲ្យយើងមិនអាចកម្លោច, ស្រុស, ឬធ្វើអនាម័យដោយប្រើល្បាយទឹក ដើម្បីសម្លាប់មេរោគបាន។
- គ្រឿងផ្សំបន្ថែមដែលប្រើប្រាស់ជាមួយសាច់ក្រហម ដែលមានអនាម័យល្អ (ឧ. ដាក់គ្រឿងគ្រៅ សារធាតុលាយផ្សេងៗ ។ល។) ត្រូវតែរក្សាឲ្យមានសុវត្ថិភាព និងភាពសមស្របសម្រាប់បរិភោគ។
- អ្នក និងបុគ្គលិក មិនចាំបាច់អនុវត្តតាមបញ្ញត្តិ ស្តីពីការចម្អិនសាច់ក្រហម ដែលកិនម៉ត់ នៅក្នុងប័ណ្ណស្តីពី **'ការចម្អិនសាច់បសុបក្សី, សាច់កិនម៉ត់ និងថ្លើមសត្វ'** [ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយលាយក្រហម]ឡើយ ប្រសិនបើអ្នកអនុវត្តតាមនីតិវិធីនេះ។

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- អ្នកត្រូវតែជ្រើសរើសវិធីមួយក្នុងចំណោមវិធីខាងក្រោម ៖
  - ការកម្លោច ឬ
  - ការស្រុស ឬ
  - ការប្រើសូលុយស្យុងសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់
- អ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ត្រូវប្រើតែដុំសាច់ ដែលមានផ្នែរាបស្មើ (ឧ. ដុំសាច់កាត់បានល្អ ដូចជា sirloin, rump, បន្ទះក្រាស់, បន្ទះទទឹងសាច់, បន្ទះបណ្តោយសាច់)។
- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវតែ ៖
  - តម្រឹមថ្នេរសាច់, ក្លែបធំៗ និង/ឬប្រហោងសាច់ នៅមុនពេលកម្លោច, ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យ ដើម្បីឲ្យអាចសម្លាប់មេរោគនៅលើផ្ទៃខាងក្រៅនៃសាច់បានស្មើ ឬ
  - កាត់ ឬកាតតម្រឹមសាច់ជាដុំតូចៗ (ដូចជា មិនឲ្យមានក្លែប ឬប្រហោង) នៅមុនពេលកម្លោច, ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យ ដើម្បីឲ្យអាចសម្លាប់មេរោគនៅលើផ្ទៃខាងក្រៅនៃសាច់បានស្មើ។

ការកម្លោចសាច់

- នៅពេលកម្លោចសាច់ ផ្ទៃខាងក្រៅសាច់ទាំងអស់ (ដោយរាប់បញ្ចូលទាំងស្រទាប់ខ្លាញ់) ត្រូវតែដាក់ឲ្យប៉ះនឹងចានក្តៅដែលមានខ្លាញ់ ចង្អើរ ឬឆ្នាំង។

ការស្រុសសាច់

- នៅពេលស្រុសសាច់ អ្នកអាចជ្រើសរើសស្រុសសាច់ដោយមិនបាច់ខ្ចប់ ឬក៏ខ្ចប់ក្នុងស្បោងបិទខ្យល់ជិត។ ប្រសិនបើអ្នកប្រើស្បោងបិទខ្យល់ជិត ផ្ទៃខាងក្រៅនៃសាច់ត្រូវតែដាក់ឲ្យប៉ះផ្ទាល់ទៅនឹងស្បោង។
- ដាក់សាច់ឲ្យលិចទឹកបានល្អ ឬទឹកស៊ុបពុះគ្រុកៗឲ្យលិចសាច់ទាំងស្រុង ឲ្យបានយ៉ាងហោចណាស់ ៖
  - 30 វិនាទី ប្រសិនបើសាច់មិនបានដាក់ក្នុងស្បោង ឬ
  - 60 វិនាទី ប្រសិនបើសាច់ដាក់ក្នុងស្បោងបិទខ្យល់ជិត។

សម្រាប់កម្លោចផង និងស្រុសផង

- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវក្លាសេ សាច់ដែលបានកម្លោច ឬស្រុស ជាបន្ទាន់ ដោយ ៖
  - ដាក់សាច់នៅក្នុងទឹកកកម៉ត់ ឬ
  - ដាក់សាច់ទៅក្នុងទូរទឹកក ឬ
  - ដាក់សាច់នៅក្នុងទូរកក

ការប្រើប្រាស់សូលុយស្យុងសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់

- នៅពេលអនុវត្តវិធីអនាម័យសាច់ អ្នកត្រូវតែប្រើសារធាតុគីមី មួយប្រភេទ ក្នុងចំណោមសារធាតុគីមីដូចខាងក្រោម ៖ (សូមគូសធីក យកចំណុចមួយណា ដែលសមស្រប)
  - ☐ អាស៊ីតឡាក់ទិច
  - ☐ អាស៊ីតពែអុកស៊ីអាសេទិច (POAA)
- អ្នក និងបុគ្គលិក មិនត្រូវប្រើសូលុយស្យុង ដែលមានកំហាប់ទាប ឬកំហាប់ខ្ពស់ពេក សម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់ ឡើយ។
- ដុំសាច់ទាំងមូលត្រូវដាក់ឲ្យលិចក្នុងសូលុយស្យុង សម្រាប់ធ្វើអនាម័យ។ ផ្នែខាងក្រៅសាច់ទាំងអស់ ត្រូវដាក់ឲ្យប៉ះផ្ទាល់នឹងសូលុយស្យុងសម្រាប់ធ្វើអនាម័យ។
- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវប្រើសូលុយស្យុងថ្មី សម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់មួយដុំៗ។

ការប្រើប្រាស់អាស៊ីតឡាក់ទិច

- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវប្រើសូលុយស្យុងអាស៊ីតឡាក់ទិច ដែលមានកំហាប់ក្នុងចន្លោះពី 2—5%។
- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវជ្រលក់ដុំសាច់ទាំងមូលនៅក្នុងសូលុយស្យុងអាស៊ីតឡាក់ទិច ឲ្យបាន 9 វិនាទី។ អ្នកត្រូវប្រើសូលុយស្យុងនៅក្នុងសីតុណ្ហភាព 55°C។

ការប្រើប្រាស់អាស៊ីតពែអុកស៊ីអាសេទិច (POAA)

- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវប្រើអាស៊ីតពែអុកស៊ីអាសេទិច ដែលមានកំហាប់ពីរវាង150—220 ផ្នែកក្នុងមួយភាគលាន។
- កំហាប់អាស៊ីតពែអុកស៊ីត អ៊ីតដ្រូសែន ត្រូវមាន 75 ផ្នែកក្នុងមួយភាគលាន ឬតិចជាង (ចំណាំ ៖ ប្រសិនប្រើកំហាប់ដែលបានលាយរួចជាស្រេច, អ្នកមិនបាច់ ធ្វើបែបនេះទេ)។

D
ធ្វើ

- អ្នក និងបុគ្គលិក ត្រូវជ្រលក់ដុំសាច់ទាំងមូលនៅក្នុងសូលុយស្យុង ឲ្យបានពី 10—15 វិនាទី (មិនឲ្យលើស 30 វិនាទី) នៅក្នុងសីតុណ្ហភាពធម្មតា។

សម្រាប់វិធីទាំងអស់

- សាច់ទាំងអស់ដែលបានកម្លោច, ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យហើយ ត្រូវតែប្រើប្រាស់ មិនឲ្យយូរជាង 48 ម៉ោងឡើយ។
- សាច់ប៉ាតេដុំ ត្រូវតែប្រើក្នុងរយៈពេល 24 ម៉ោង ឬក៏បង្កកវាភ្លាមសម្រាប់ប្រើលើកក្រោយ។
- សាច់ប៉ាតេ ដែលរលាយទឹកកកហើយ ត្រូវតែប្រើក្នុងរយៈពេល 24 ម៉ោង។
- សាច់ដែលបានកម្លោច, ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យហើយ ត្រូវរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាព 5°C ឬក៏ទាបជាងនេះ នៅពេលមិនបានប្រើប្រាស់ ឬធ្វើអាហារ

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញ ឬរៀបរាប់ប្រាប់អ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ នូវ ៖
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិក បានជ្រើសរើស គឺបានអនុវត្តតាម យ៉ាងត្រឹមត្រូវគ្រប់ពេល
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើ ដើម្បីសម្លាប់មេរោគនៅលើផ្នែកខាងក្រៅនៃសាច់ដែលកាត់ជាដុំ
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើ ដើម្បីចាត់ចែងសាច់ បន្ទាប់ពីបានកម្លោច, ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យរួចរាល់
- របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើ ដើម្បីធានាថា សាច់ដែលបានកម្លោច, ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យរួចហើយ ត្រូវតែយកទៅប្រើក្នុងរយៈពេ 48 ម៉ោង
- របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិក ប្រើ ដើម្បីកិនសាច់ក្រហមឲ្យម៉ត់ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ហើយត្រូវតែប្រើសាច់ម៉ត់នោះ ក្នុងរយៈពេល 24 ម៉ោង
- របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក ប្រើដើម្បីកិនសាច់ឲ្យម៉ត់ ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព

វិធីប្រើប្រាស់សូលុយស្យុងសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់

- បង្ហាញ ឬរៀបរាប់ប្រាប់អ្នកផ្សៀងផ្ទាត់ នូវ ៖
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក រៀបចំ និងប្រើសូលុយស្យុង សម្រាប់ធ្វើអនាម័យ
  - របៀបដែលអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នក អាចដឹងថាអ្នកបានប្រើត្រឹមត្រូវនូវ ៖
    - សារធាតុគីមី និង
    - កំហាប់សូលុយស្យុង និង
    - សីតុណ្ហភាព និង
    - រយៈពេលដែលប្រើដើម្បីសម្លាប់មេរោគ។