New Zealand Food Safety
Ministry for Primary Industries
Manatū Ahu Matua

បែបបទគំរូសម្រាប់ផែនការគ្រប់គ្រងចំណីអាហារ

– គ្រាន់តែសម្រាប់ធានាឲ្យមានសុវត្ថិភាព & ភាពសមរម្យ

លោកអ្នកអាចប្រើបែបបទគំរូនេះ ប្រសិនបើលោកអ្នកជា៖

- ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មលក់រាយចំណីអហាររាយដែលរៀបចំ ឬធ្វើ និងលក់ចំណីអាហារ - ដូចជាហាងលក់សាច់ ហាងលក់ត្រី ហាងលក់នំ (លក់រាយ) ហាងលក់ម្ហូបចំអិនស្រាប់ ឬផ្សារទំនើប
- ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មសេវាកម្មអាហារ ដូចជាភោជនីយដ្ឋាន ហាងកាហ្វេ ហាងលក់អាហារសម្រាប់ខ្ចប់ទៅបរិភោគខាងក្រៅ ឬក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់អាហារនៅក្នុង ឬក្រៅហាង
- អ្នកបើកមជ្ឈមណ្ឌលថែទាំ រួមមានមន្ទីរពេទ្យ មន្ទីពេទ្យមើលថែអ្នកជំងឺក្នុងដំណាក់កាលចុងក្រោយ មណ្ឌលថែទាំមនុស្សចាស់ ពន្ធនាគារ និងគ្រឹស្ថានអប់រំនានា

នេះជាឯកសារផ្នែកច្បាប់។
លោកអ្នកមិនត្រូវបន្ថែមនិតិវិធីផ្សេងទៀតចូលក្នុងផែនការនេះទេ។

Khmer/Cambodian

S39-00002

ខួបនៃថ្ងៃ

ការចាប់ផ្ដើម
ការបិទ
នៅពេលមានបញ្ហាអ្វីមួយ
ត្រូវអនុវត្តតាមដំណាក់កាលទាំងអស់
ការរៀបចំ
ការបម្រើ
ការធ្វើ + ការចំអិន

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

ខ្ទឹមសារ

ប័ណ្ណពណ៌ខៀវចាស់៖ របៀបរៀបចំចាត់ចែង

ខួបនៃថ្ងៃ

ព័ត៌មានពាណិជ្ជកម្មលម្អិត

គម្រោងពាណិជ្ជកម្ម

ការពិនិត្យមើលថាផែនការមានដំណើរការល្អ

ការបណ្តុះបណ្តាល និងសមត្ថភាព

ការផ្គត់ផ្គង់ទឹក
ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ដែលបានចុះបញ្ជីរួច

ការផ្គត់ផ្គង់ទឹក៖
ទឹកពីដំបូល និងទឹកលើដី
ឬទឹកក្រោមដី

ប័ណ្ណពណ៌ខៀវ៖ ការចាប់ផ្តើម

លាងដៃ

ការពារអាហារពីការចម្លងមេរោគពីបុគ្គលិក

ការរក្សាអាហារឲ្យត្រជាក់

ការពិនិត្យមើលសត្វចម្លងមេរោគ

ប័ណ្ណពណ៌បៃតង៖ ការរៀបចំ

ការដាក់អាហារឲ្យនៅដាច់ពីគ្នា

ការរៀបចំអាហារឲ្យមានសុវត្ថិភាព

ការរកប្រភពផ្គត់ផ្គង់ ទទួល
និងរក្សាទុកអាហារ

ប័ណ្ណពណ៌លឿង៖ ការធ្វើ + ការចំអិន

ការចំអិនអាហារ

ការចំអិនសាច់បសុបក្សី សាច់ម៉ត់
និងថ្លើមមាន់

ការបញ្ជាក់ឲ្យឃើញថាវិធីដែលអ្នកប្រើ
ដើម្បីសម្លាប់មេរោគមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេលវេលា

ការកំដៅអាហារឡើងវិញ

ការធ្វើឲ្យអាហារដែលចំអិនថ្មីៗឲ្យត្រជាក់

ការរំលាយទឹកកកពីអាហារ

ការប្រើសកម្មភាពទឹក អាស៊ីត ឬការធ្វើឲ្យក្តៅដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

ខ្ទឹមសារ

ប័ណ្ណពណ៌ទឹកក្រូច៖ ការបម្រើ + ការលក់

ការរក្សាអាហារឲ្យក្តៅ

ការដឹកជញ្ជូនអាហាររបស់អ្នក

ការដាក់តាំងបង្ហាញអាហារ និងអតិថិជនបម្រើដោយខ្លួនឯង

ការដឹងថាមានអ្វីនៅក្នុងអាហាររបស់អ្នក

ការខ្ចប់ និងដាក់ស្លាកអាហាររបស់លោកអ្នក

ការលក់អាហារទៅឲ្យអាជីវកម្មផ្សេង

ប័ណ្ណពណ៌ស្វាយ៖ ការបិទហាង

ការលាងសម្អាតហាង

ការថែទាំឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ និងហាង

ប័ណ្ណពណ៌ក្រហម៖ ការដោះស្រាយបញ្ហា

នៅពេលមានបញ្ហាអ្វីមួយ

ការដោះស្រាយបណ្តឹងរបស់អតិថិជន

ការតាមដានអាហាររបស់អ្នក

ការប្រមូលអាហាររបស់លោកអ្នកត្រឡប់មកប់វិញ

ប័ណ្ណពណ៌ទឹកសមុទ្រ៖ អ្នកឯកទេស

ការធ្វើស៊ុសស៊ី (sushi) ដោយប្រើបាយមានថែមជាតិជូរ

ការធ្វើទាខ្វៃតាមរបៀបចិន

ការធ្វើកេបាបសាច់ចៀម (Doner Kebabs)

ការចំអិនដែលប្រើវិធីចំអិនដោយដាក់អាហារក្នុងស្បោងគ្មានខ្យល់ ហើយចំអិនក្នុងឆ្នាំងមានទឹកទៅតាមសីតុណ្ហភាពត្រូវការ (sous vide)

ការរៀបចំសាច់ក្រហមសម្រាប់កិនឲ្យម៉ត់ និងការបម្រើសាច់ស្ទើរឆ្អិន ឬឆៅ

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

ព័ត៌មានពាណិជ្ជកម្មលម្អិត

សូមបំពេញព័ត៌មានពាណិជ្ជកម្មលម្អិតរបស់អ្នកនៅខាងក្រោម

ព័ត៌មានពាណិជ្ជកម្មលម្អិត	
ឈ្មោះតាមផ្លូវច្បាប់	
ឈ្មោះធ្វើអាជីវកម្ម	
សកម្មភាព [គូសយកចំណុចណាដែលសមស្រប]	
សេវាអាហារ៖ ☐ បរិភោគក្នុងហាង ☐ យកបរិភោគខាងក្រៅហាង ☐ ផ្គត់ផ្គង់អាហារនៅក្នុងហាង ☐ ផ្គត់ផ្គង់អាហារនៅក្រៅហាង ☐ ផ្សេងៗ [សូមបញ្ជាក់]៖ ______ **ហាងលក់អាហារ៖** ☐ ហាងលក់សាច់ ☐ ហាងលក់អហារចំអិនសម្រាប់ ☐ ហាងលក់នំ ☐ ហាងលក់ត្រី ☐ ហាងលក់កសិផលស្រស់ ☐ ហាងលក់គ្រឿងទេស ☐ ដឹកជញ្ជូន/ប្រគល់ឲ្យ ☐ សេវាអាហារចល័ត ឬហាងលក់រាយ ☐ ដឹកជញ្ជូន/ការផ្គត់ផ្គង់ ☐ ផ្សេងៗ [សូមបញ្ជាក់]៖ ______	
អាសយដ្ឋានផ្ញើសំបុត្រ	
ទូរស័ព្ទ	
អ៊ីម៉េល	
ទីកន្លែង	
អាសយដ្ឋានផ្ទះ (1) (អាគារដែលក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហារធ្វើប្រតិបត្តិការ)	
ការផ្គត់ផ្គង់ទឹក	

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

តំបន់បន្ថែម [បន្តនៅក្រដាសដោយឡែក ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវការ ហើយភ្ជាប់មកជាមួយ] ខាងក្រោមនេះ សូមរាយឈ្មោះអាគារណាផ្សេងទៀតដែលប្រើប្រាស់ទាក់ទិននឹងក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហារ (ឧទាហរណ៍ដូចជាអាគារប្រើប្រាស់សម្រាប់រក្សាទុក ឬរៀបចំអាហារ)។ សកម្មភាព និងតំបន់ទាំងនេះនឹងត្រូវគ្របដណ្តប់ដោយផែនការត្រួតពិនិត្យអាហារ (FCP) នេះ។ ប្រសិនបើទឹកត្រូវបានប្រើសម្រាប់គោលបំណងធ្វើអាហារ សូមកំណត់ប្រភពនៃការផ្គត់ផ្គង់ទឹក។	
អាសយដ្ឋានផ្ទះ (2)	
សកម្មភាព/ ប្រភពផ្គត់ផ្គង់ទឹក	
អាសយដ្ឋានផ្ទះ (3)	
សកម្មភាព/ ប្រភពផ្គត់ផ្គង់ទឹក	
អាសយដ្ឋានផ្ទះ (4)	
សកម្មភាព/ ប្រភពផ្គត់ផ្គង់ទឹក	
អ្នកគ្រប់គ្រងជំនួញ៖ អ្នកគ្រប់គ្រងជំនួញគឺជាម្ចាស់ ឬមនុស្សផ្សេងដែលកាន់កាប់ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហារ។ ប្រសិនបើផែនការត្រួតពិនិត្យអាហារអនុវត្តចំពោះក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហារច្រើនជាងមួយ អ្នកធ្វើប្រតិបត្តិការពាណិជ្ជកម្មគឺជាអ្នកទទួលខុសត្រូវសម្រាប់ផែនការត្រួតពិនិត្យអាហារ*	
ឈ្មោះ	
អាសយដ្ឋានពិតប្រាកដ (ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្ម ឬលំនៅដ្ឋាន)	
ទូរស័ព្ទ	
អ៊ីម៉េល	

***អ្នកគ្រប់គ្រងក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហារនិមួយៗ** (ប្រសិនបើផែនការអនុវត្តចំពោះក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហារច្រើនជាងមួយ) សូមថែមជួរបន្ថែមតាមការចាំបាច់។	
ឈ្មោះ	
អាសយដ្ឋានពិតប្រាកដ (ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្ម ឬលំនៅដ្ឋាន)	
ទូរស័ព្ទ	
អ៊ីម៉េល	

អ្នកគ្រប់គ្រងប្រចាំថ្ងៃ [សូមសរសេរ 'ដូចខាងលើ' ប្រសិនបើអ្នកគ្រប់គ្រងប្រចាំថ្ងៃជាអ្នកគ្រប់គ្រងជំនួញ] អ្នកគ្រប់គ្រងប្រចាំថ្ងៃគឺជាអ្នកដែលមានការទទួលខុសត្រូវទូទៅដើម្បីធានាថាផែនការត្រួតពិនិត្យអាហារត្រូវបានតាមដាន និងពិនិត្យបានសមស្រប ហើយបំពេញកំណត់ត្រាចប់សព្វគ្រប់ កំណត់ត្រា និងផែនការរបស់អ្នកត្រូវរក្សាទុកយ៉ាងហោចណាស់រយៈពេល 4ឆ្នាំ។ កំណត់ត្រាទាំងអស់ត្រូវតែសរសេរជាភាសាអង់គ្លេស ហើយមានលក្ខណៈងាយស្រួលអាន។ កំណត់ត្រាទាំងអស់ត្រូវតែដាក់បញ្ចូលកាលបរិច្ឆេទ និងឈ្មោះអ្នកដែលបំពេញកិច្ចការ។	
ឈ្មោះ និង/ឬតួនាទី	
ទូរស័ព្ទ	

អាជ្ញាធរចុះបញ្ជី (អាជ្ញាធរនេះនឹងក្លាយជាក្រុមប្រឹក្សាប្រចាំតំបន់របស់លោកអ្នកលុះត្រាតែផែនការត្រួតពិនិត្យអាហាររបស់លោកអ្នកគ្របដណ្ដប់អាគារដែលមានទីតាំងនៅក្នុងយុត្តាធិការរបស់ក្រុមប្រឹក្សាច្រើនជាងមួយ ឬមានអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ជាភាគីទីបី ដែលក្នុងករណីនេះក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមនឹងក្លាយជាអាជ្ញាធរចុះបញ្ជីវិញ	
អាជ្ញាធរចុះបញ្ជី	☐ ក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើម ☐ ក្រុមប្រឹក្សា [ឈ្មោះក្រុមប្រឹក្សា]: ________
អ្នកទាក់ទង	
អាសយដ្ឋាន	
ទូរស័ព្ទ	
អ៊ីម៉េល	
អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ (ប្រសិនបើមិនមែនជាក្រុមប្រឹក្សាប្រចាំតំបន់ទេ)	
ទីភ្នាក់ងារផ្ទៀងផ្ទាត់	
អ្នកទាក់ទង	
អាសយដ្ឋាន	
ទូរស័ព្ទ	
អ៊ីម៉េល	

គម្រោងក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្ម

លោកអ្នកត្រូវធានាឲ្យបានថាគំរូប្លង់ និងទីកន្លែងរបស់ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហាររបស់លោកអ្នក អនុញ្ញាតឲ្យលោកអ្នកធ្វើអាហារមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ។

- លោកអ្នកត្រូវគូរផែនទី និងផែនការនៅខាងក្នុងអាគារដែលរាប់បញ្ចូល៖
  - អាគាររបស់លោកអ្នក
  - អាគារដែលនៅជុំវិញវា
  - អ្វីដែលកើតមានឡើងនៅកន្លែងផ្សេងៗគ្នានៅលើផែនទីរបស់លោកអ្នក ដោយរួមមានកន្លែងរៀបចំអាហាររបស់លោកអ្នក (ឧទាហរណ៍ដូចជា ចង្ក្រានបាយរបស់លោកអ្នក)
  - អ្វីដែលកើតមាននៅក្នុងអាគាររបស់លោកអ្នក ដោយរួមមានសកម្មភាពក្រៅពីការធ្វើអាហារ
  - អ្វីដែលកើតមាននៅកន្លែងផ្សេងៗនៃអាគារ
  - សកម្មភាពក្រៅពីការធ្វើអាហារមួយចំនួនដែលប្រព្រឹត្តឡើងនៅកន្លែងដូចគ្នា ឬអាគារជិតខាង/ផ្ទះដែលអាចប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាពអាហារអាចត្រូវដាក់បញ្ចូលក្នុងផែនទីនៃក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មរបស់លោកអ្នក។

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

គម្រោង — ខាងក្នុងក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្ម

*គម្រោងនេះអាចជាប្លង់គូរដោយដៃ ឬរូបថត។

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

គម្រោង — ខាងក្រៅក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្ម

*គម្រោងនេះអាចជាប្លង់គូរដោយដៃ ឬរូបថត។

ការគ្រប់គ្រងហានិភ័យនៅជិតក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មរបស់លោកអ្នក

សូមកត់ទុកនៅទីនេះនូវសកម្មភាពក្រៅពីការធ្វើអាហារដែលធ្វើប្រតិបត្តិការនៅក្នុងអាគាររបស់លោកអ្នក ឬអាគារ/ផ្ទះជិតខាងដែលអាចប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាពអាហារ ឬភាពសមរម្យនៅក្នុងក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មរបស់លោកអ្នក ហើយនិងអ្វីផ្សេងទៀតដែលលោកអ្នកធ្វើដើម្បីគ្រប់គ្រងហានិភ័យ។

ហានិភ័យចំពោះសុវត្ថិភាពអាហារ	តើយើងគ្រប់គ្រងហានិភ័យយ៉ាងដូចម្តេច?
ឧទាហរណ៍៖ ធូលីហុយចេញពីមជ្ឈមណ្ឌលសួនឧទ្យាននៅជិតនោះ (ជាពិសេសមកពីគំនរជីកំប៉ុស្ត) អាចនាំមកនូវមេរោគដែលឆ្លងដល់អាហារ និងធ្វើឲ្យវាគ្មានសុវត្ថិភាព។	ឧទាហរណ៍៖ រក្សាបង្អួច/ទ្វារបិទជិតជានិច្ចនៅផ្នែកនៃអាគារបែរទៅខាងមជ្ឈមណ្ឌលសួនឧទ្យាន។ ការរៀបចំអាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ និងកន្លែងផ្តល់សេវាអាហារឲ្យស្ថិតនៅឆ្ងាយពីច្រកចូលនៃកន្លែងផ្តល់សេវាកម្ម (ដែលនៅផ្នែកនៃអាគារបែរទៅខាងសួនឧទ្យាន) តាមដែលអាចធ្វើទៅបាន។

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

ការពិនិត្យមើលថាផែនការមានដំណើរការល្អ

K

ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- វាជាការទទួលខុសត្រូវរបស់អ្នកដើម្បីពិនិត្យមើលថាសុវត្ថិភាព និងភាពសមស្របនៃអាហារមានការគ្រប់គ្រងបានល្អនៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក។
- អ្វីដែលត្រូវពិនិត្យ ហើយត្រូវពិនិត្យមើលញឹកញាប់ប៉ុណ្ណាអាស្រ័យទៅលើផលប៉ះពាល់នៃអ្វីមួយដែលមានបញ្ហានៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក។ អ្នកគួរពិនិត្យមើលរបស់ដែលសំខាន់ជាងគេបំផុត (ឧទាហរណ៍ដូចជាឧបករណ៍ស្ទង់សីតុណ្ហភាព) ឲ្យមានញឹកញាប់បំផុត។
- សវនកម្មដែលធ្វើឡើងដោយក្រុមហ៊ុនមួយដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់ក៏ចាត់ទុកថាជាការពិនិត្យផ្ទៃក្នុងមួយដែរ ប៉ុន្តែអ្នកនៅតែត្រូវធ្វើការពិនិត្យឲ្យបានទៀតទាត់ដោយខ្លួនអ្នកផ្ទាល់។
- អ្នកគួរពិនិត្យមើល៖
    - ថាបុគ្គលិកធ្វើអ្វីដែលពួកគេត្រូវធ្វើ
    - បុគ្គលិកអនុវត្តតាមនីតិវិធីដែលអ្នកបានដាក់ឲ្យអនុវត្ត ហើយថាតើនីតិវិធីទាំងនេះមានប្រសិទ្ធភាពដែរឬទេ
    - ហាង និងឧបករណ៍របស់អ្នកមានលក្ខណៈសមស្របសម្រាប់សកម្មភាពផលិតអាហារនៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នក។
- អ្នក ឬបុគ្គលិករបស់អ្នកម្នាក់ត្រូវតែធ្វើជាអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ខាងក្នុងរបស់អ្នកផ្ទាល់ (ស្វ័យសវនករ)។

ហេតុអ្វីបានជាស្វ័យសវនកម្មមានសារៈសំខាន់?

- អ្នកទទួលខុសត្រូវចំពោះអាជីវកម្មរបស់អ្នក ហើយនិងអាហារដែលអ្នកផលិត។ ប្រសិនបើអ្នករង់ចាំឲ្យអ្នកផ្សេងប្រាប់អ្នកថាមានបញ្ហាអ្វីមួយបានកើតមានឡើង នោះវាអាចធ្វើឲ្យអ្នកខាតបង់ថវិកាច្រើន ហើយអាហាររបស់អ្នកអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ។

K

ដឹង

- ពិនិត្យមើលថាផែនការមានដំណើរការល្អ ដោយ (ឧទាហរណ៍)៖
  - ពិនិត្យមើលថាបុគ្គលិកអនុវត្តតាមនីតិវិធីស្តីពីសុវត្ថិភាពអាហារសំខាន់ៗ (ឧទាហរណ៍ដូចជា ការលាងដៃ ។ល។)
  - ការពិនិត្យមើលកំណត់ត្រាបំពេញរួច ហើយរក្សាទុកបានល្អ
  - ការពិនិត្យមើលកំណត់ត្រាដើម្បីពិនិត្យថាកិច្ចការនានាមានដំណើរការដូចការរំពឹងទុក
  - ការពិនិត្យឡើងវិញ ព័ត៌មានស្តីពី **'នៅពេលអ្វីមួយមានបញ្ហា'** និងពិនិត្យមើលជំហានដែលបានធ្វើដើម្បីទប់ស្កាត់បញ្ហាកុំឲ្យកើតឡើងម្តងទៀត
  - សួរសំណួរទាក់ទងនឹងសុវត្ថិភាពអាហារដល់បុគ្គលិក
  - ការប្រើប្រាស់ផ្នែក **'បង្ហាញ'** នៅក្នុងគំរូនេះដើម្បីសួរសំណួរដូចគ្នា ឬពិនិត្យមើលកិច្ចការដូចគ្នាដែលអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់នឹងសួរ ឬនឹងពិនិត្យមើល
  - ការធ្វើតេស្តបរិស្ថាន ឬអាហារដើម្បីរកមេរោគ ឬជាតិគីមីជាក់លាក់ ដើម្បីបង្ហាញថានីតិវិធីនានារបស់អ្នក (ឧទាហរណ៍ដូចជា ការសម្អាត និងអនាម័យ) មានប្រសិទ្ធភាព។

កំណត់ត្រាខ្លះស្តីពីការធ្វើតេស្ត៖

- មានតម្រូវការជាក់លាក់សម្រាប់ធ្វើតេស្តនៅក្នុងស្ថានភាពមួយចំនួន (ឧទាហរណ៍ដូចជា ការផ្គត់ផ្គង់ទឹកដោយខ្លួនឯង)។ ក៏មានបទដ្ឋាននានាផងដែរស្តីអំពីកម្រិតជាក់លាក់សម្រាប់មេរោគ ឬជាតិគីមីនៅក្នុងក្រមស្តង់ដារអាហាររបស់ប្រទេសណូវែលហ្សីឡង់ និងអូស្ត្រាលី www.foodstandards.govt.nz/code/Pages/default.aspx។ កម្រិតមិនមែនមានន័យថាអ្នកត្រូវតែធ្វើតេស្តអាហាររកមេរោគ ឬជាតិគីមីនោះគ្រប់ពេលទេ។ ប្រសិនបើអ្នកគិតពីការប្រើប្រាស់ការជ្រើសរើសសំណាក និងការធ្វើតេស្តដើម្បីបង្ហាញថាផែនការរបស់អ្នកមានដំណើរការល្អ ការធ្វើបែបនេះមិនមែនជាការពិនិត្យមើលតែមួយដែលអ្នកធ្វើនោះទេ។ វាមិនអាចធ្វើតេស្តវិធីរបស់អ្នកដើម្បីឈានទៅសម្រេចឲ្យបាននូវសុវត្ថិភាពអាហារបានទេ។
- ការធ្វើតេស្តអាចជាឧបករណ៍មានប្រយោជន៍មួយ តែវាមានកម្រិត។ ប្រសិនបើឧទាហរណ៍ លទ្ធផលតេស្តរកឃើញមេរោគបង្កគ្រោះថ្នាក់ គឺអាចមានន័យថាផ្នែកខ្លះនៃដំណើរការរមិនប្រព្រឹត្តទៅបានល្អទេ។

K

ដឹង

- លទ្ធផលអវិជ្ជមានអាចមិនបង្ហាញថាផែនការរបស់អ្នកប្រព្រឹត្តទៅបានល្អឥតខ្ចោះនោះទេ (ឬថាអាហារមានសុវត្ថិភាពឡើយ)។ ជាពិសេស មេរោគជាធម្មតាមិនបែងចែកស្មើគ្នានៅក្នុងអាហារនោះទេ។ យើងអាចធ្វើតេស្តអាហារមួយចំនួន ហើយទទួលបានលទ្ធផលអវិជ្ជមាន នៅពេលផ្នែកមួយទៀតនៃអាហារក្នុងក្រុមដូចគ្នាមានមេរោគដែលបង្កការគ្រោះថ្នាក់កម្រិតខ្ពស់។
- ប្រសិនបើអ្នកចង់ដាក់បញ្ចូលការធ្វើតេស្តជាផ្នែកមួយនៃការពិនិត្យមើលរបស់អ្នក ជាញឹកញាប់ការធ្វើតេស្តបរិស្ថានមានប្រសិទ្ធភាពជាងការធ្វើតេស្តអាហារចុងក្រោយ។
- ប្រសិនបើអ្នកប្រើការជ្រើសរើសសំណាក និងការធ្វើតេស្តជាផ្នែកមួយនៃនីតិវិធីសម្រាប់ពិនិត្យ យើងផ្តល់អនុសាសន៍ថាអ្នកគួររកអ្នកជំនាញឲ្យធ្វើផែនការធ្វើតេស្ត។ ប្រសិនបើអ្នកមិនមានអ្នកជំនាញនៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់អ្នកទេ ទីប្រឹក្សាអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ ឬក៏ក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមអាចផ្តល់ព័ត៌មានអំពីការតាក់តែងផែនការការជ្រើសរើសសំណាក និងការធ្វើតេស្ត។

D

ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- អ្នកត្រូវរៀបចំនីតិវិធីនានាសម្រាប់ត្រួតពិនិត្យជាប្រចាំថាអ្នក និងបុគ្គលិករបស់អ្នកផលិតអាហារដែលមានសុវត្ថិភាព និងសមស្រប ហើយនិងឆ្លើយតបទៅនឹងតម្រូវការ និងការទទួលខុសត្រូវនានានៅក្នុង ***ច្បាប់ស្តីពីអាហារឆ្នាំ 2014***។
- អនុវត្តតាមនីតិវិធីស្តីពី **‘នៅពេលអ្វីមួយមានបញ្ហា’** ប្រសិនបើការពិនិត្យដោយខ្លួនឯងកំណត់រកឃើញកំហុស ឬសកម្មភាពដែលអាចធ្វើឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមស្រប។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់នូវ៖
  - វិធីដែលអ្នកពិនិត្យមើលឲ្យដឹងថាតើនីតិវិធីរបស់អ្នកមានដំណើរការល្អ
  - លទ្ធផលនៃការពិនិត្យនានាដែលអ្នកបានធ្វើ

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

ការបណ្តុះបណ្តាល និងសមត្ថភាព

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- បុគ្គលិកមានតម្រូវការបណ្តុះបណ្តាលផ្សេងៗគ្នា។ លោកអ្នកត្រូវតែដឹងថាតើការបណ្តុះបណ្តាលអ្វីដែលបុគ្គលិក និងភ្ញៀវត្រូវការដើម្បីសម្រេចឲ្យបាននូវអាហារមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ។
- បុគ្គលិកនិងភ្ញៀវទាំងអស់ត្រូវតែយល់អំពីការបណ្តុះបណ្តាលដែលពួកគេទទួល។
- បុគ្គលិកទាំងអស់ត្រូវតែមានទំនុកចិត្តថាពួកគេដឹងច្បាស់នូវអ្វីដែលត្រូវធ្វើ និងអនុវត្តតាមផែនការដើម្បីធានាថាត្រូវផលិតអាហារដែលមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ចាត់តាំងអ្នកណាម្នាក់ដែលទទួលខុសត្រូវដើម្បីធានាថាបុគ្គលិកអនុវត្តតាមផែនការ (គូសយកចំណុចសមស្រប)

  ☐ អ្នកគ្រប់គ្រងប្រចាំថ្ងៃ ឬ

  ☐ អ្នកមានសិទ្ធិសម្រេច ។

  ឈ្មោះ ______________________

- ☐ អ្នកគ្រប់គ្រងប្រចាំថ្ងៃ ឬ ☐ អ្នកមានសិទ្ធិសម្រេច (ជ្រើសយកចំណុចសមស្រប) ត្រូវធានាថាបុគ្គលិក និងភ្ញៀវទាំងអស់បានទទួលការបណ្តុះបណ្តាល ដើម្បីឲ្យពួកគេដឹងថាត្រូវធ្វើអ្វីដើម្បីឆ្លើយតបតាមបទដ្ឋានស្តីអំពី៖
  - ការលាងសម្អាតដៃ
  - ការស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ស្អាត
  - ការរាយការណ៍នៅពេលមានជំងឺ
  - ការដោះស្រាយបញ្ហាអាហារដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ
  - ការលាងសម្អាត និងធ្វើអនាម័យ

D

ធ្វើ

- ការរក្សាអាហារឲ្យនៅដាច់ពីគ្នានៅក្នុងកន្លែងរៀបចំអាហារ (ដោយរួមមានការគ្រប់គ្រងអ្វីដែលបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី រក្សាអាហារឆៅ/មិនទាន់ចំអិនឲ្យឆ្ងាយពីអាហារឆ្អិន និងគ្រប់គ្រងជាតិគីមី និងថ្នាំពុល)
- និតិវិធីផ្សេងទៀតដែលជាក់លាក់សម្រាប់ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហាររបស់លោកអ្នក
- តើត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះនៅពេលមានបញ្ហាអ្វីមួយ

- បណ្តុះបណ្តាលបុគ្គលិក៖
  - មុនពេលពួកគេចាប់ផ្តើមធ្វើការនៅក្នុងក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហាររបស់លោកអ្នក
  - នៅពេលមានការដាក់ឲ្យប្រើប្រាស់ ឬកែប្រែនិតិវិធីណាមួយ។
- ភ្ញៀវទាំងអស់ (ឧទាហរណ៍អ្នកប្រគល់ទំនិញ អ្នកម៉ៅការ ។ល។) ត្រូវតែរក្សាអាហារឲ្យមានសុវត្ថិភាពក្នុងខណៈពួកគេស្ថិតក្នុងក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហាររបស់លោកអ្នក។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវការបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
  - **កំណត់ត្រា** នៃវិធី និងពេលដែលបុគ្គលិកបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាលឲ្យអនុវត្តតាមផែនការ។ រួមមាន៖
    - អ្នកណាខ្លះដែលបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាល
    - ពេលណា
    - តើអ្នកបានគ្របដណ្តប់លើផ្នែកណានៃផែនការ
    - ហត្ថលេខាពីគ្រូបណ្តុះបណ្តាល និងសិក្ខាកាម។

រៀបរៀបចំចាត់ចែង

ការផ្គត់ផ្គង់ទឹក ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ដែលចុះបញ្ជីរួច

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ទឹកអាចនាំមកនូវមេរោគដែលមានគ្រោះថ្នាក់ និងជាតិគីមីដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ។ លោកអ្នកត្រូវតែប្រើទឹកស្អាត និងគ្មានមេរោគតែប៉ុណ្ណោះសម្រាប់រៀបចំអាហារ។
- ទឹកអាចមានមេរោគនៅពេលរក្សាទុកនៅក្នុងក្រុមហ៊ុន និងចែកចាយនៅជុំវិញកន្លែងផលិតអាហារ។
- លោកអ្នកត្រូវតែមានទឹកស្អាតគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីលាងកន្លែងរៀបចំអាហាររបស់លោកអ្នក ឧបករណ៍ និងរបស់ប្រើប្រាស់ធ្វើអាហារ។
- លោកអ្នកត្រូវតែមានទឹកស្អាតសម្រាប់ឲ្យបុគ្គលិកលាងសំអាតដៃ។
- ទឹកអាចឆ្លងមេរោគនៅកន្លែងប្រភពផ្គត់ផ្គង់។
វាជាការចាំបាច់ត្រូវអនុវត្តតាមឱវាទរបស់ក្រុមប្រឹក្សាប្រចាំតំបន់របស់អ្នក។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ផ្តល់ឈ្មោះក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់របស់អ្នកដែលបានចុះបញ្ជីរួច។

  ឈ្មោះក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ ______________________________

- ជានិច្ចកាល ត្រូវប្រើទឹកដែលមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់រៀបចំអាហារ សម្អាត និងលាងសម្អាតដៃ។ ប្រសិនបើក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ទឹករបស់លោកអ្នកផ្តល់ឱវាទថាទឹកមិនមានសុវត្ថិភាពទេ លោកអ្នកត្រូវតែ៖
  - មិនប្រើទឹកនេះទេ ឬ
  - ដាំទឹកឲ្យពុះយ៉ាងហោចណាស់ 1នាទីមុនពេលប្រើប្រាស់ ឬ
  - សម្លាប់មេរោគដោយប្រើជាតិក្លរ ឬ
  - ប្រើការផ្គង់ផ្គង់ទឹកមួយផ្សេងទៀតដែលលោកអ្នកដឹងច្បាស់ថាមានសុវត្ថិភាព (ឧទាហរណ៍ ទឹកដប)។

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

D

ធ្វើ

- ជានិច្ចកាលបោះចោលអាហារណាដែលបានឆ្លងមេរោគពីទឹកដែលមិនស្អាត។
- ប្រើប្រាស់តែទឹកក្នុងធុង ទុយយោ និងក្បាលម៉ាស៊ីនទឹកនៃការផ្គត់ផ្គង់ទឹកនៅក្នុងក្រុមហ៊ុនដែលសមស្របសម្រាប់ការផលិតអាហារ លាងសម្អាតដៃ និងសម្អាតកន្លែងធ្វើអាហារ។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវការបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
  - **កំណត់ត្រា** នៃការថែទាំដែលលោកអ្នកបានធ្វើ (សូមអាន **ប័ណ្ណ 'ការថែទាំឧបករណ៍ និងអាគារ'**)។

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

ការផ្គត់ផ្គង់ទឹក៖ ទឹកពីដំបូល និងទឹកលើ ឬក្រោមដី

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ទឹកអាចនាំមកនូវមេរោគដែលមានគ្រោះថ្នាក់ និងជាតិគីមីដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ។ លោកអ្នកត្រូវប្រើតែទឹកស្អាត និងគ្មានមេរោគតែប៉ុណ្ណោះសម្រាប់រៀបចំអាហារ។
- ទឹកអាចមានមេរោគនៅពេលរក្សាទុកនៅក្នុងក្រុមហ៊ុន និងចែកចាយនៅជុំវិញកន្លែងផលិតអាហារ។
- លោកអ្នកត្រូវតែមានទឹកស្អាតគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីលាងសម្អាតកន្លែងរៀបចំអាហារ ឧបករណ៍ និងរបស់ប្រើប្រាស់ធ្វើអាហារ។
- លោកអ្នកត្រូវតែមានទឹកស្អាតសម្រាប់ឲ្យបុគ្គលិកលាងសម្អាតដៃ។
- មានព័ត៌មានលើគេហទំព័ររបស់ក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមនិយាយអំពីមន្ទីរពិសោធន៍ដែលមានការទទួលស្គាល់ត្រឹមត្រូវ។
- ការផ្គត់ផ្គង់ទឹករបស់លោកអ្នកអាចអាស្រ័យទៅតាមច្បាប់ផ្សេងទៀត។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ជានិច្ចកាល ត្រូវប្រើទឹកដែលមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់រៀបចំអាហារ សម្អាត និងលាងសម្អាតដៃ។ ប្រសិនបើការផ្គត់ផ្គង់ទឹករបស់លោកអ្នកមិនមានសុវត្ថិភាព លោកអ្នកត្រូវតែ៖
    - ឈប់ប្រើទឹកនោះ ឬ
    - ដាំទឹកឲ្យពុះយ៉ាងហោចណាស់ 1នាទីមុនពេលប្រើប្រាស់ ឬ
    - សម្លាប់មេរោគដោយប្រើជាតិក្លរ ឬ
    - ប្រើការផ្គង់ផ្គង់ទឹកផ្សេងទៀតដែលលោកអ្នកដឹងថាវាមានសុវត្ថិភាព (ឧទាហរណ៍ ទឹកដប)។

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

D

ធ្វើ

- ជានិច្ចកាលត្រូវបោះចោលអាហារណាដែលបានឆ្លងមេរោគពីទឹកមិនស្អាត។
- ជ្រើសរើសកន្លែងដែល លោកអ្នកយកទឹកមកពី៖
  - ☐ ការផ្គត់ផ្គង់ទឹកពីដំបូល
  - ☐ ការផ្គត់ផ្គង់ទឹកលើដី ឬការផ្គត់ផ្គង់ទឹកក្រោមដីដែលគ្មានស្ថេរភាព
  - ☐ ធានាការផ្គត់ផ្គង់ទឹកក្រោមដីឲ្យជាប់លាប់ (ជាការផ្គត់ផ្គង់ណាមួយដែលអាចឆ្លើយតបនឹងនិយមន័យនៃពាក្យ 'មិនខ្វះខាត' គឺនៅក្នុងស្តង់ដារទឹកបរិភោគសម្រាប់ប្រទេសនូវ៉ែលហ្សេឡង់)*
  - ☐ ការផ្គត់ផ្គង់ដែលបច្ចុប្បន្នអាស្រ័យទៅលើកម្មវិធីគ្រប់គ្រងហានិភ័យសុខភាពសាធារណៈ*

*លោកអ្នកមិនចាំបាច់ត្រូវធ្វើអ្វីបន្ថែមទេ ប្រសិនបើលោកអ្នកជ្រើសរើសប្រើកម្មវិធីមួយក្នុងចំណោមកម្មវិធីទាំងនេះ។

- ប្រសិនបើលោកអ្នកជ្រើសរើសផ្គត់ផ្គង់ទឹកស្អាតដោយខ្លួនឯង លោកអ្នកនឹងត្រូវធ្វើតេស្តវាយ៉ាងហោចណាស់មួយឆ្នាំម្តងដើម្បីធានាបានថាវាមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ប្រើប្រាស់។ លោកអ្នកត្រូវតែធ្វើតេស្តទឹក៖
  - មុនពេលចាប់ផ្តើមក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មថ្មី ឬ
  - ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនមានកំណត់ត្រាស្តីពីការធ្វើតេស្តទឹកដែលផ្គត់ផ្គង់ដោយខ្លួនឯង។
- ទឹករបស់លោកអ្នកត្រូវតែឆ្លើយតបទៅនឹងកម្រិតកំណត់ទាំងអស់នៅក្នុងតារាងខាងក្រោម៖

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

* *បាក់តេរីអេកូលី* ការធ្វើតេស្តត្រូវធ្វើឡើងដោយមន្ទីរពិសោធន៍ដែលមានការទទួលស្គាល់ត្រឹមត្រូវ

របៀបរៀបចំចាត់ចែង

D

ធ្វើ

- លោកអ្នកត្រូវតែធ្វើតេស្តទឹកឡើងវិញមិនឲ្យយឺតជាង 1សប្តាហ៍បន្ទាប់ពី៖
    - យកទឹកចេញពីប្រភពផ្គត់ផ្គង់ដោយខ្លួនឯងថ្មីមួយ ឬ
    - ដឹងពីការប្រែប្រួលក្នុងបរិស្ថាន ឬសកម្មភាពដែលអាចប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាព និងភាពសមរម្យនៃទឹក។
- លោកអ្នកត្រូវតែប្រើប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកដើម្បីធានាថាទឹកសម្រាប់ផលិតអាហារ លាងសម្អាតដៃ និងលាងសម្អាតនានា ជាទឹកស្អាតនៅកន្លែងប្រើ។ ជ្រើសរើសយកមួយណាដែលលោកអ្នកប្រើ៖

    ☐ ចំរោះ

    ☐ ដាក់ក្លរ

    ☐ សម្លាប់មេរោគដោយប្រើកាំរស្មី UV

    ☐ ផ្សេងទៀត ______________________

- លោកអ្នកត្រូវតែដាក់សញ្ញាឲ្យច្បាស់លើក្បាលម៉ាស៊ីនទឹក ធុង និងទុយយោដែលមិនមានទឹកស្អាត។ ទឹកនៅកន្លែងទាំងនេះមិនត្រូវប្រើសម្រាប់ផលិតអាហារ លាងសម្អាតដៃ និងលាងសម្អាតផ្សេងៗ ឡើយ។

សម្រាប់ទឹកនៅលើដី និងការបូមយកទឹកក្រោមដី (ដែលគ្មានស្ថេរភាព) ត្រូវតែ៖

- យ៉ាងហោចណាស់នៅឆ្ងាយ 10ម៉ែត្រពីកន្លែងចិញ្ចឹមសត្វ
- យ៉ាងហោចណាស់នៅឆ្ងាយ 50ម៉ែត្រពីប្រភពដែលអាចមានមេរោគ ដោយរួមមានគំនរចំបើង រណ្តៅកប់គ្រឿងក្នុងសត្វ កន្លែងកាកសំណល់សត្វ និងមនុស្ស កន្លែងឬធុងដែលអាចមានសារធាតុគីមី (ដូចជាធុងប្រេងឥន្ធនៈ)។

- លោកអ្នកត្រូវតែដឹង និងរាយបញ្ជីនូវគ្រប់សកម្មភាព និងជាតិគីមីដែលកើតមានពីធម្មជាតិដែលនាំឲ្យឆ្លងមេរោគដល់ការផ្គត់ផ្គង់ទឹករបស់លោកអ្នក។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវការបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ**កំណត់ត្រា** អំពី៖
    - លទ្ធផលការធ្វើតេស្តទឹកដំបូង ឬប្រចាំឆ្នាំរបស់លោកអ្នក
    - បញ្ជីនៃសកម្មភាពនៅក្បែរទាំងអស់ដែលអាចប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាពទឹករបស់លោកអ្នក។
- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវវិធីដែលលោកអ្នកដឹងថាប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹករបស់លោកអ្នកមានដំណើរត្រឹមត្រូវ។

ការចាប់ផ្តើម

លាងសម្អាតដៃ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ការលាងសម្អាតដៃរបស់លោកអ្នកអាចជួយទប់មេរោគមិនឲ្យចូលចង្ក្រានបាយបាន។ ការលាងសម្អាតដៃទៀងទាត់ជួយទប់ស្កាត់ការឆ្លងមេរោគដល់អាហាររបស់លោកអ្នក។
- ស្នាមមុត និងដំបៅចំហរអាចចម្លងមេរោគ និងធ្វើឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- លាងសម្អាតដៃលោកអ្នកដោយប្រើទឹកសាប៊ូរយៈពេល 20វិនាទី បន្ទាប់មកសម្ងួតឲ្យស្ងួតល្អដោយប្រើក្រដាសជូតដៃ ក្រណាត់ប្រើម្តងបោះចោល ឬប្រដាប់សម្ងួតប្រើខ្យល់។
- ជានិច្ចកាលដាក់ឲ្យមានសាប៊ូ និងក្រដាសជូតដៃ ក្រណាត់ប្រើម្តងបោះចោល ឬប្រដាប់សម្ងួតប្រើខ្យល់នៅក្បែរផើងលាងដៃ។
- លោកអ្នកត្រូវតែរក្សាកន្លែងលាងដៃរបស់លោកអ្នកឲ្យស្អាត។
- លោកអ្នកត្រូវតែលាងសម្អាតដៃរបស់លោកអ្នកៈ
  - នៅពេលចូលចង្ក្រានបាយ
  - មុនពេលធ្វើអាហារ
  - បន្ទាប់ពីក្អក ឬកណ្តាស់
  - ក្រោយចេញពីបង្គន់
  - បន្ទាប់ពីប្រើទូរស័ព្ទ
  - បន្ទាប់ពីយកសម្រាមបោះចោល
  - បន្ទាប់ពីប៉ះរបស់អ្វីមួយដែលលោកអ្នកគិតថាកខ្វក់។

ការចាប់ផ្ដើម

D

ធ្វើ

- លោកអ្នកត្រូវតែគ្រប់គ្រងស្នាមមុត ឬដំបៅដោយ៖
(គូសយកវិធីសមស្រប)
  - ☐ បិទបង់ទៅលើស្នាមមុត និងដំបៅ ឬ
  - ☐ មិនធ្វើអាហារ ប្រសិនបើស្នាមមុត និងដំបៅមានហូរទឹករងៃ ឬក្លាយ និងមិនអាចបិទបង់បានទាំងស្រុង។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវការបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- សូមប្រាប់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់លោកអ្នកថានរណាជាអ្នកទទួលខុសត្រូវធានាថាកន្លែងលាងសម្អាតដៃរបស់លោកអ្នកមានប្រដាប់ប្រើប្រាស់គ្រប់គ្រាន់ និងស្អាត។
- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកអាចពិនិត្យមើលថាបុគ្គលិកទាំងអស់បានលាងដៃនៅពេលពួកគេត្រូវតែលាងដៃរឬទេ។
- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនឹងលាងសម្អាតដៃរបស់ពួកគេនៅពេលចូលក្នុងក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មរបស់លោកអ្នក ដោយពិនិត្យមើលថារបស់របរដែលពួកគេត្រូវការទាំងអស់មាននៅទីនោះ។

ការចាប់ផ្ដើម

ការពារអាហារពីការចម្លងមេរោគដោយសារបុគ្គលិក

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អាហារអាចក្លាយទៅជាគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យ ប្រសិនបើវាឆ្លងមេរោគដោយសារមនុស្សឈឺ ឬសំលៀកបំពាក់កខ្វក់។
- មេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់អាចឆ្លងទៅអាហារតាមរយៈលាមក កំអួត និងសារធាតុរាវនៃរាងកាយរបស់អ្នកជំងឺ (ឧទាហរណ៍ ឈាម សំបោរ)។
- ស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ស្អាត (ដោយរាប់បញ្ចូលទាំងអាវអៀម។ល។) ជួយរក្សាកុំឲ្យមេរោគចូលក្នុងអាហារ ឧបករណ៍ និងកន្លែងរៀបចំអាហារ។
- សម្លៀកពាក់កខ្វក់អាចចម្លងមេរោគដល់អាហារ ផ្ទៃខាងក្រៅ និងឧបករណ៍ធ្វើអាហារ។
- ប្រសិនបើបុគ្គលិកដែលឈឺចម្លងមេរោគដល់អាហារ លោកអ្នកអាចត្រូវប្រមូលអាហារដែលបានលក់ចេញមកវិញទាំងអស់។ សូមអាន **‘ការប្រមូលអាហាររបស់លោកអ្នកត្រឡប់មកវិញ’**។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

គ្រប់គ្រងបុគ្គលិកដែលមានជំងឺ

- បុគ្គលិក ឬភ្ញៀវណា (ដោយរាប់ទាំងអ្នកម៉ៅការ) ដែលបានក្អួត ឬរាគក្នុងរយៈពេល 48ម៉ោង មុនពេលចូលក្នុងកន្លែងធ្វើអាហារត្រូវប្រាប់ទៅ៖ (គូសយកចំណុចសមស្រប)។

  ☐ អ្នកគ្រប់គ្រងប្រចាំថ្ងៃ ឬ

  ☐ អ្នកមានសិទ្ធិសម្រេច

  ឈ្មោះ ______________________

D

ធ្វើ

- អ្នកធ្វើអាហារដែលបានក្អួត ឬរាគក្នុងរយៈពេល 48ម៉ោងមុនពេលចូលក្នុងកន្លែងធ្វើអាហារ ឬនៅក្នុងកន្លែងធ្វើអាហារ ត្រូវប្រាប់ទៅ

  ☐ អ្នកគ្រប់គ្រងប្រចាំថ្ងៃ ឬ

  ☐ អ្នកមានសិទ្ធិសម្រេច (គូសយកចំណុចសមស្រប)
  ឈ្មោះ៖ ______________________
  ឲ្យបានដឹងភ្លាម និងទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតដើម្បីសុំយោបល់ ប្រសិនបើវាកើតឡើង 2 ឬច្រើនដង។
- បុគ្គលិកត្រូវតែនៅឲ្យឆ្ងាយពីកន្លែងធ្វើអាហារ រហូតដល់ពួកគេជាសះស្បើយឡើងវិញ ប្រសិនបើពួកគេមានជំងឺ ពួកគេអាចចម្លងទៅអ្នកដទៃបាន។
- បុគ្គលិកមានជំងឺអាចធ្វើកិច្ចការណាដែលមិនប៉ះពាល់ផ្ទាល់នឹងអាហារ ឬកន្លែងរៀបចំអាហារ។

ស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ស្អាត

- សម្លៀកបំពាក់ស្អាត (ឧទាហរណ៍ អាវអៀម។ល។) ត្រូវពាក់មុននឹងចាប់ផ្តើមធ្វើអាហារ ឬចូលកន្លែងរៀបចំអាហារ (នេះក៏ត្រូវអនុវត្តចំពោះអ្នកម៉ៅការ និងភ្ញៀវដែរ)។
- លោកអ្នកត្រូវធានាបាននូវកិច្ចការមួយនៃកិច្ចការដូចខាងក្រោមណាមួយ (គូសយកចំណុចសមស្រប)

  ☐ បុគ្គលិកស្លៀកសម្លៀកបំពាក់ស្អាតរបស់ពួកគេផ្ទាល់ ឬ

  ☐ ខ្ញុំផ្តល់សម្លៀកបំពាក់ស្អាតឲ្យបុគ្គលិក
- ដោះសម្លៀកបំពាក់ការពារខាងក្រៅចេញ (ឧទាហរណ៍ អាវអៀម។ល។) មុនពេលចាកចេញពីកន្លែងរៀបចំអាហារ (ឧទាហរណ៍ ទៅបង្គន់ ទៅខាងក្រៅ។ល។)

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវការបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកអាចសុំឲ្យលោកអ្នកពន្យល់ពីវិធីគ្រប់គ្រងបុគ្គលិកដែលមានជំងឺ។
- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នកនូវ៖
    - **កំណត់ត្រា** ជាលាយលក្ខអក្សរ ស្តីពីបុគ្គលិកដែលមានជំងឺ
    - ថា រាល់អ្នកធ្វើអាហារបានស្លៀកសម្លៀកបំពាក់/អាវអៀមស្អាតនៅពេលចាប់ផ្តើម (តាមតម្រូវការក្នុង) វេនធ្វើការនិមួយៗ
    - អំពីវិធីដែលលោកអ្នកធ្វើដើម្បីធានាថាសម្លៀកបំពាក់បុគ្គលិកទាំងអស់ស្អាត។
- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកក៏អាចសួរអំពីបទដ្ឋានរបស់លោកអ្នកជុំវិញសម្លៀកបំពាក់ស្អាត ឬបញ្ហាណាដែលលោកអ្នកមានទាក់ទងនឹងបទដ្ឋានរបស់លោកអ្នក។

ការចាប់ផ្តើម

រក្សាអាហារឲ្យត្រជាក់

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ការរក្សាអាហារទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពដែលត្រឹមត្រូវ គឺអាចការពារមិនឲ្យមេរោគកើនឡើងលឿន។
- អាហារមួយចំនួនត្រូវតែរក្សាឲ្យត្រជាក់ (ត្រជាក់ ឬកក) ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យកើនឡើង។
- លោកអ្នកត្រូវដឹងភាពខុសគ្នារវាង៖
    - អាហារដែលលោកអ្នកត្រូវរក្សាឲ្យត្រជាក់ដើម្បីឲ្យវាមានសុវត្ថិភាព (ឧទាហរណ៍ ទឹកដោះគោ) និង
    - អាហារដែលលោកអ្នកអាចរក្សាឲ្យត្រជាក់ដើម្បីឲ្យអតិថិជនបរិភោគបានឆ្ងាញ់ពិសារ (ឧទាហរណ៍ ស្រាបៀរ)។
- លោកអ្នកត្រូវដឹងថាអាហារប្រភេទណាត្រូវរក្សាឲ្យត្រជាក់។ ស្វែងយល់ពីក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់របស់លោកអ្នក និងស្លាកអាហារ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ពិនិត្យមើលរាល់ថ្ងៃថាអាហារនៅក្នុងទូរទឹកកករបស់លោកអ្នករក្សានៅក្នុងសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ ឬទាបជាងនេះ។
- ពិនិត្យសីតុណ្ហភាពនៃអាហារនៅក្នុងទូរទឹកកករបស់លោកអ្នកដោយ៖(គូសយកចំណុចសមស្រប)

  ☐ ការប្រើប្រាស់ប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាពដើម្បីស្ទង់សីតុណ្ហភាពអាហារ ឬសារធាតុផ្សេងទៀត (ឧទាហរណ៍ ថូទឹក) ឬ

ការចាប់ផ្ដើម

D

ធ្វើ

- ☐ ការប្រើប្រាស់ប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាពដោយប្រើរលកពន្លឺ ដើម្បីវាស់សីតុណ្ហភាពផ្ទៃខាងក្រៅនៃអាហារ ឬ
- ☐ ការប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធស្វ័យប្រវត្តិដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពខាងក្នុង ឬផ្ទៃខាងក្រៅនៃអាហារ។

- ពិនិត្យថាអាហារនៅក្នុងទូកក វាស្ថិតនៅក្នុងសភាពកកដដែល។ លោកអ្នកមិនចាំបាច់កត់ត្រាសីតុណ្ហភាពនៃអាហារកកទេ។
- អនុវត្តតាមបទដ្ឋាន 2-ម៉ោង/4-ម៉ោង ដូចបង្ហាញនៅក្នុងដ្យាក្រាមខាងក្រោម។

រយៈពេលសរុបដែលអាហារត្រូវរក្សាមានសីតុណ្ហភាពចន្លោះ 5 - 60អង្សាសេ

ការចាប់ផ្ដើម

D

ធ្វើ

- ប្រសិនបើដឹកជញ្ជូនចំណីអាហារត្រជាក់ ជានិច្ចកាលលោកអ្នកត្រូវប្រើ៖ (រើសយកចំណុចសមស្រប)

  ☐ ទូកក/យានយន្តដែលមានទូទឹកកក

  ☐ ធុងទឹកកកដែលមានដាក់ដុំទឹកកកនៅខាងក្នុង

  ☐ ធុងដែលមានទ្រនាប់ការពារកំដៅ

  ☐ ផ្សេងទៀត ______________________

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវការបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
  - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពអាហារ ឬសីតុណ្ហភាពខាងក្នុងទូទឹកកករបស់លោកអ្នក
  - **កំណត់ត្រា**អំពីការពិនិត្យសីតុណ្ហភាពរបស់លោកអ្នក។

ការចាប់ផ្ដើម

ពិនិត្យមើលសត្វចម្លងមេរោគ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- សត្វចម្លងមេរោគដូចជាកណ្ដុរ បក្សាបក្សី និងសត្វល្អិតអាចចម្លងជំងឺ។ សត្វទាំងនេះអាចចម្លងមេរោគដោយនាំមកនូវមេរោគពីវត្ថុកខ្វក់ដូចជាកាកសំណល់ និងចម្លងមេរោគទាំងនេះទៅក្នុងអាហារ និងឧបករណ៍ធ្វើអាហារ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ពិនិត្យមើល និងលុបបំបាត់សញ្ញាថាមានសត្វចម្លងមេរោគរាល់ថ្ងៃ (ឧទាហរណ៍ អាហារជ្រុះ យកសត្វចេញពីអង្គប់ សត្វល្អិតងាប់)។
- សម្អាត និងធ្វើអនាម័យដល់ឧបករណ៍ និងកន្លែងដែលប៉ះពាល់ដល់អាហារ។
- អនុវត្តតាមនិតិវិធីលើអ្វីដែលត្រូវធ្វើ **'នៅពេលមានបញ្ហាអ្វីមួយ'** ប្រសិនបើលោកអ្នកឃើញមានសញ្ញាថាមានសត្វចម្លងមេរោគនៅក្នុងកន្លែងធ្វើអាហាររបស់លោកអ្នក។

S

បង្ហាញ

តើលោកអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកពីវិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីពិនិត្យរកមើលសត្វចម្លងមេរោគ។

ការរៀបចំ

ការដាក់អាហារឲ្យនៅដាច់ពីគ្នា

K

ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- រក្សាអាហារឆៅ/អាហារមិនទាន់ចម្អិនឲ្យនៅដាច់ពីអាហារឆ្អិន/អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ (ឧទាហរណ៍ សាឡាដ) វានឹងអាចជួយបញ្ឈប់ការចម្លងមេរោគបាន។
- មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីនៅក្នុងអាហារទូទៅចំនួន 11ប្រភេទដែលអ្នកត្រូវដឹង។ ជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីទាំងនេះគឺ អំបិលមានអាស៊ីតស្ពាន់ធ័រ (sulphites) ធញ្ញជាតិដែលមានគ្លុយទីន (gluten) (ឧទាហរណ៍ស្រូវសាឡី) សត្វទឹកដែលមានសំបក (shellfish) ស៊ុត ត្រី ទឹកដោះគោ គ្រាប់សណ្តែកដី គ្រាប់សណ្តែកសៀង គ្រាប់ល្ង គ្រាប់ផ្លែឈើ និង គ្រាប់សណ្តែក។
- អាហារ/គ្រឿងផ្សំមួយចំនួនអាចបង្កឲ្យមានប្រតិកម្មអាលែកហ្ស៊ី។ ការរក្សាអាហារដែលគ្មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីឲ្យនៅដាច់ពីអាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីដូចមានក្នុងបញ្ជីខាងលើនឹងអាចបញ្ឈប់មនុស្សកុំឲ្យឈឺ និងអាចស្លាប់បាន។
- ត្រូវដឹងថាអ្វីជាជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីនៅក្នុងអាហារដែលអ្នកលក់ - អ្នកត្រូវតែប្រាប់អតិថិជន ប្រសិនបើពួកគេសួរ ឬមួយអ្នកអាចដាក់បញ្ចូលព័ត៌មាននៅលើកញ្ចប់អាហារ។
- ជាតិពុល និងជាតិគីមីគ្រោះថ្នាក់អាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ ប្រសិនបើវាធ្លាក់ចូលក្នុងអាហារ។

D

ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- អ្នកត្រូវតែជ្រើសរើសយកវិធីមួយក្នុងចំណោមវិធីខាងក្រោម នៅពេលរៀបចំ៖(រើសយកវិធីដែលសមស្រប)
    - អាហារឆៅ និងឆ្អិន/អាហារអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ
    - អាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីដែលមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងផ្នែក**ដឹង** និងអាហារដែលគ្មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី

D

ធ្វើ

- ☐ ប្រើកន្លែង និងឧបករណ៍ផ្សេងៗគ្នា (ជ្រុញ កាំបិត និងប្រដាប់ប្រើសម្រាប់ធ្វើអាហារ) ឬ
- ☐ ផលិតនៅពេលខុសៗគ្នា (សម្អាតក្នុងចន្លោះពេល) និង/ឬ
- ☐ សម្អាត និងសម្លាប់មេរោគលើផ្ទៃខាងក្រៅ ជ្រុញ កាំបិត និងប្រដាប់ប្រើធ្វើអាហារផ្សេងៗទៀតឲ្យស្អាតមែនទែន។

- លាងសម្អាតដៃរបស់អ្នក ហើយបើវាចាំបាច់ សូមប្តូរសម្លៀកបំពាក់ការពារ (ឧទាហរណ៍ ដូរអាវអៀម) នៅចន្លោះពេលចាត់ចែង៖
  - អាហារឆៅ និងឆ្អិន/អាហារអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ
  - អាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីដូចមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងផ្នែក **ដឹង** និងអាហារដែលគ្មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី
  - ជាតិគីមីគ្រោះថ្នាក់ ឬជាតិពុល និងអាហារ។
- រក្សាផលិតផលទាំងអស់ដែលមិនមែនសម្រាប់ឲ្យមនុស្សបរិភោគ (ឧទាហរណ៍ចំណីសត្វ) ឲ្យនៅឆ្ងាយពីអាហារ និងកន្លែងរៀបចំអាហារសម្រាប់មនុស្សបរិភោគ។
- ដាក់ស្លាកជាតិពុល និងគីមីគ្រោះថ្នាក់ឲ្យច្បាស់ រក្សាវាទុកឲ្យនៅឲ្យឆ្ងាយពីអាហារ និងត្រូវធានាថា ចំណីអាហារត្រូវបានការពារល្អនៅពេលប្រើប្រាស់វា។
- ដាក់ស្លាក និងរក្សាទុកអាហារទាំងអស់ដែលអាចបង្កប្រតិកម្មអាលែកហ្ស៊ីឲ្យនៅដាច់ពីគេ។
- ប្រាប់អតិថិជនរបស់អ្នកឲ្យបានដឹងថា តើអាហារណាដែលអ្នកធ្វើ ឬលក់មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី ប្រសិនបើពួកគេសួរ។

D

ធ្វើ

- នៅពេលដឹកជញ្ជូនចំណីអាហារ ត្រូវដាក់ឲ្យនៅដាច់ពីគ្នានូវ៖
  - អាហារឆៅ និងឆ្អិន/អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ
  - អាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីដែលមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងផ្នែក**ដឹង** និងអាហារដែលគ្មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នក អាចសួរបុគ្គលិកអ្នកឲ្យពន្យល់ពីវិធីដែលពួកគេដឹងថាអាហារមួយណាដែលអ្នកធ្វើ ឬបម្រើមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី។
- បង្ហាញដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នកថាអាហារណាដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីណាមួយដូចមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងផ្នែក **ដឹង** និងជាតិពុល និងជាតិគីមីគ្រោះថ្នាក់ត្រូវបានដាក់ស្លាកឲ្យបានច្បាស់ ហើយរក្សាទុកឲ្យនៅឆ្ងាយពីអាហារ។
- បង្ហាញ ឬពន្យល់ដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នកពីវិធីដែលអ្នកដាក់ឲ្យនៅដាច់ពីគ្នានូវ៖
  - អាហារឆៅ និងឆ្អិន/អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ ឬ
  - អាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីដូចមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងវគ្គ **ដឹង** និងអាហារដែលគ្មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី
  - ជាតិគីមីគ្រោះថ្នាក់ ឬជាតិពុល និងអាហារ។

ការរៀបចំអាហារឲ្យមានសុវត្ថិភាព

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- មេរោគគ្រោះថ្នាក់ពីអាហារ និងជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីអាចឆ្លងដោយសារអាហារកខ្វក់ ភាពកខ្វក់ ដៃ សម្លៀកបំពាក់ និងផ្ទៃខាងក្រៅ។ កន្លែងរៀបចំអាហារដែលចាត់ចែងមិនបានល្អ ឬកខ្វក់ វាអាចធ្វើឲ្យមានមេរោគកើនឡើង និងឆ្លងយ៉ាងលឿន ហើយឆ្លងបានយ៉ាងងាយ។
- មានបទដ្ឋាននៅក្នុងក្រមស្តង់ដារអាហារនៃប្រទេសអូស្ត្រាលី និងនូវ៉ែលហ្ស៊ីឡង់ (ក្រម) ស្តីពីប្រភេទនៃគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ (ឧទាហរណ៍ ថ្នាំបង្ការមិនឲ្យអាហារខូច) ដែលលោកអ្នកអាចដាក់ក្នុងអាហារមួយចំនួនបាន។ ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មសេវាចំណីអាហារត្រូវតែដឹងអំពីបទដ្ឋានទាំងនេះ។ ប្រសិនបើលោកអ្នកប្រើគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ ពិនិត្យមើលក្រម ឬសុំព័ត៌មានបន្ថែមពីអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នក។
- មានបទដ្ឋានស្តីពីសមាសភាពនៅក្នុងក្រមដែលអនុវត្តចំពោះតែអាហារមួយចំនួនដែលលោកអ្នកអាចធ្វើបាន (ឧទាហរណ៍ សាច់ក្រក នំផាយដាក់សាច់ ។ល។)។ ពិនិត្យមើលក្រម ឬសុំព័ត៌មានបន្ថែមពីអ្នកផ្សៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នក។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- រៀបចំលំហូរការងាររបស់លោកអ្នកដើម្បីឲ្យលោកអ្នកអាចចល័តក្នុងកន្លែងលោកអ្នកបានដោយសុវត្ថិភាព (ឧទាហរណ៍ ដើម្បីឲ្យអ្នកមិនអាចយួរសាច់មាន់ឆៅឆ្លងកន្លែងដែលធ្វើអាហារឆ្អិន/អាហាអាចបរិភោគបានភ្លាម)។
- សម្អាត និងធ្វើអនាម័យដល់កន្លែងការងាររបស់លោកអ្នកនៅពេលលោកអ្នកធ្វើការងារ។
- ពិនិត្យមើលតម្រូវការនៃគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារនៅក្នុងក្រម ប្រសិនបើលោកអ្នកប្រើគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ (ឧទាហរណ៍ ថ្នាំបង្ការមិនឲ្យអាហារខូច) ដើម្បីធ្វើអាហាររបស់លោកអ្នក។
- ពិនិត្យមើលថាតើអ្នកបានធ្វើតាមតម្រូវការនៃសមាសភាពនៅក្នុងក្រមនេះហើយឬនៅ (ប្រសិនបើទាក់ទង)។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញ ឬពន្យល់ដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកពីវិធីដែលលោកអ្នកធ្វើការនៅក្នុងចង្ក្រានបាយដោយរាប់បញ្ចូលទាំង៖
    - វិធីដែលលោកអ្នកសម្អាតនៅពេលលោកអ្នកធ្វើការងារ
    - វិធីដែលកន្លែងរៀបចំអាហាររបស់លោកអ្នកមានដំណើរយ៉ាងរលូនដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគកុំឲ្យកើនឡើង និងរាលដាល
    - រូបមន្តធ្វើអាហារដើម្បីបង្ហាញពីវិធីដែលលោកអ្នកឆ្លើយតបទៅនឹងបទដ្ឋានគ្រឿងបន្ថែម និងសមាសភាពក្នុងអាហារ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវធ្វើតាមបទដ្ឋាននេះ។

ការរៀបចំ

រកប្រភព ទទួល និងរក្សាទុកអាហារ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ការចំអិនមិនមែនមានន័យថាអាហារទាំងអស់មានសុវត្ថិភាពទេ។
- អាហារមួយចំនួនត្រូវតែរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រជាក់ (ត្រជាក់ ឬកក) ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់។
- ម៉ាស៊ីនលក់អាហារត្រូវរក្សាទុកអាហារក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់។
- អាហារ ឬគ្រឿងផ្សំមិនត្រូវប្រើ ឬលក់បន្ទាប់ពី ‘ប្រើ-ឲ្យបានមុនកាលបរិច្ឆេទ’ (នេះរាប់បញ្ចូលអាហារចេញពីម៉ាស៊ីនលក់អាហារ)។
- រកប្រភពអាហារតែមកពីក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ដែលល្បីឈ្មោះ (ឧទាហរណ៍ ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហារដែលបានចុះបញ្ជីរួច)។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ទិញអាហារតែពីក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ដែលមានការអនុញ្ញាតត្រឹមត្រូវ។
- នៅពេលទទួលអាហារ ត្រូវកត់ត្រា៖
  - ឈ្មោះ និងព័ត៌មានទាក់ទងលម្អិតរបស់ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់
  - ប្រភេទ និងបរិមាណអាហារ
  - សីតុណ្ហភាពនៃអាហារ ប្រសិនបើវាត្រូវការរក្សានៅក្នុងសីតុណ្ហភាពជាក់លាក់មួយដើម្បីធានាថាវាមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ។
- នៅពេលប្រមូល ឬទទួលអាហារត្រជាក់ ត្រូវវាស់សីតុណ្ហភាពរបស់វាដោយប្រើប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាព។ លោកអ្នកត្រូវតែពិនិត្យមើលថា៖

ការរៀបចំ

D

ធ្វើ

- ◦ អាហារត្រជាក់នៅត្រជាក់
- ◦ អាហារកកនៅកក
- ◦ កញ្ចប់របស់វាមិនមានការខូចខាត ឬមិនកខ្វក់
- ◦ អាហារមិនហួសកាលបរិច្ឆេទកំណត់ឲ្យបរិភោគ។

- រក្សាទុកអាហារឲ្យមានសុវត្ថិភាព។ ជាដំបូងរៀបចំទុកដាក់អាហារត្រជាក់មុនគេ បន្ទាប់មកអាហារកក បន្ទាប់មកទៀតអាហារដែលអាចរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពក្នុងបន្ទប់បាន។
- រៀបចំទុកដាក់អាហាររបស់អ្នកដើម្បីឲ្យអាហារដែលជិតផុតពេលកំណត់ (ប្រើឲ្យបានមុនកាលបរិច្ឆេទ ឬគុណភាពល្អបំផុតនៅមុនកាលបរិច្ឆេទ) ជាងគេត្រូវយកមកប្រើប្រាស់មុនគេ។
- បោះចោលអាហារដល់ថ្ងៃផុតកំណត់របស់វា។
- រក្សាទុកអាហារដោយគ្របជិត និងដាក់ស្លាកឲ្យបានច្បាស់។
- អនុវត្តតាមបទដ្ឋាន 2-ម៉ោង/4-ម៉ោ ង ដូចមានបង្ហាញនៅក្នុងដ្យាក្រាមខាងក្រោម៖

រយៈពេលសរុបដែលអាហារត្រូវរក្សាទុកក្នុងចន្លោះ 5 - 60អង្សាសេ

0 ម៉ោង

អាហារត្រូវយកចេញពីទូទឹកកក។ អាហារត្រូវមានសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ ឬទាបជាងនេះ។

តិចជាង 2 ម៉ោង

- បម្រើអាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ ឬ
- ឬចំអិនអាហារដល់សីតុណ្ហភាព 75 អង្សាសេ ឬ
- ដាក់ចូលក្នុងទូទឹកកកវិញ ហើយភ្លាសសេឲ្យត្រជាក់ដល់សីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ ឬទាបជាង

រហូតដល់ 4 ម៉ោង

- បម្រើអាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ ឬ
- ចំអិនអាហារឲ្យដល់សីតុណ្ហភាព 75 អង្សាសេ

4 ម៉ោងជាង

បោះវាចោល

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនឹងពិនិត្យ៖
    - **កំណត់ត្រា** បញ្ជីក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ដែលមានការទទួលស្គាល់ត្រឹមត្រូវ និងការធានារបស់ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់
    - **កំណត់ត្រា** ស្ដីពី៖
        - ឈ្មោះ និងព័ត៌មានទាក់ទងលម្អិតរបស់ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់
        - ប្រភេទ និងបរិមាណអាហារ
        - សីតុណ្ហភាពនៃអាហារ ប្រសិនបើវាត្រូវការរក្សានៅក្នុងសីតុណ្ហភាពជាក់លាក់មួយដើម្បីធានាថាវាមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យ។
- បង្ហាញដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកថាអាហារត្រូវបានរក្សាទុក ដាក់ស្លាក និងគ្របជិត។

ការចំអិនអាហារ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អាហារមួយចំនួនទំនងជាអាចឆ្លងមេរោគដែលអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ ឬស្លាប់បាន។
- ការចំអិនគឺជាវិធីទូទៅមួយដើម្បីសម្លាប់មេរោគទាំងនេះ និងធ្វើឲ្យអាហារមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់បរិភោគ។
- អាហារដែលត្រូវចំអិនដើម្បីឲ្យមានសុវត្ថិភាពរួមមានសាច់បសុបក្សី និងសាច់ផ្សេងទៀត។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ចំអិនសាច់បសុបក្សី សាច់ម៉ត់ និងថ្លើមមាន់ដោយប្រើ **ប័ណ្ណស្ដីពី ‘ការចំអិនសាច់បសុបក្សី សាច់ម៉ត់ និងថ្លើមមាន់’។** សាច់ផ្សេងទៀតអាចបរិភោគឆៅបាន ប៉ុន្តែត្រូវតែដុតដោយកម្ដៅខ្លាំងហើយលឿនមុនពេលយកមកបរិភោគ។
- ត្រូវអនុវត្តតាមរាល់ការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិតស្ដីពីដំណើការចំអិនអាហារដែលត្រូវរៀបចំ និងអាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាម/គ្រឿងផ្សំ។
- ជានិច្ចកាល ពិនិត្យមើលរកចំណុចត្រជាក់របស់ម្ហូប វាត្រូវតែចំអិនឲ្យបានស្មើគ្នា និងសព្វកន្លែងទាំងអស់។
- ត្រូវកូរម្ហូបញឹកញាប់ដើម្បីកុំឲ្យមានចំណុចត្រជាក់។
- អាហារឆ្អិនដែលទុកចន្លោះសីតុណ្ហភាពពី 5 អង្សាសេ និង 60 អង្សាសេ អាចកម្ដៅវាឡើងវិញឲ្យឡើងដល់លើស 75 អង្សាសេ និងបរិភោគក្ដៅ (លើស 60 អង្សាសេ) ក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោង បើមិនដូច្នេះទេ យើងត្រូវបោះវាចោល។

D

ធ្វើ

- ពិនិត្យសីតុណ្ហភាពអាហាររបស់លោកអ្នកដោយ៖
  - ☐ ការប្រើប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាពដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពខាងក្នុងនៃអាហារ ឬ
  - ☐ ការប្រើប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាពដោយប្រើរលកពន្លឺដើម្បីវាស់សីតុណ្ហភាពផ្ទៃខាងក្រៅនៃអាហារ ឬ
  - ☐ ការប្រើប្រាស់ប្រព័ន្ធស្វ័យប្រវត្តិដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពខាងក្នុង ឬផ្ទៃខាងក្រៅនៃចំណីអាហារ។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកពីវិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីអាចដឹងបានថាអាហាររបស់លោកអ្នកចំអិនបានល្អជានិច្ច ដោយការ៖
  - វាស់សីតុណ្ហភាពអាហារនិមួយដែលលោកអ្នកចំអិន និង/ឬ
  - ប្រើប្រាស់សេចក្តីណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត។

ចំអិនសាច់បសុបក្សី សាច់ម៉ត់ និងថ្លើមមាន់

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ការចំអិនអាហារឲ្យបានឆ្អិនល្អអាចសម្លាប់មេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់បាន។
- អាហារមួយចំនួនត្រូវតែចំអិនឲ្យឆ្អិនល្អដើម្បីសម្លាប់មេរោគ។ លោកអ្នកត្រូវតែដឹងថាអាហារណាមួយដែលមានហានិភ័យខ្ពស់ និងត្រូវតែចំអិនឲ្យឆ្អិនល្អរាល់ពេល (ឧទាហរណ៍ សាច់មាន់)។
- ការកិនសាច់ឲ្យម៉ត់មានន័យថាមេរោគណាដែលនៅផ្ទៃខាងក្រៅអាចរាលដាលពេញអាហារទាំងមូល។ ផលិតផលសាច់ម៉ត់ត្រូវតែចំអិនឲ្យឆ្អិនល្អ។
- លោកអ្នកមិនចាំបាច់វាស់សីតុណ្ហភាពសាច់បសុបក្សីដែលបានកាត់ជាចំណិតស្តើងៗទេ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ចំអិនសាច់បសុបក្សី (ឧទាហរណ៍ សាច់មាន់ សាច់ទា ថ្លើមមាន់) និងសាច់ម៉ត់ ឬសាច់កិន (ឧទាហរណ៍ សាច់ក្រក សាច់ប៉ាតេ) ឲ្យដល់សីតុណ្ហភាពជាក់លាក់មួយសម្រាប់រយៈពេលកំណត់មួយដើម្បីធានាថាសាច់ទាំងនេះមានសុវត្ថិភាព។
- ជានិច្ចកាលត្រូវប្រើប្រាស់ការបន្សំនៃពេល/សីតុណ្ហភាព បើលោកអ្នកចំអិនសាច់បសុបក្សី សាច់ម៉ត់ ឬសាច់កិន ឬថ្លើមមាន់៖

សីតុណ្ហភាពខាងក្នុង	ពេលវេលាអប្បបរមានៅសីតុណ្ហភាព
65 អង្សាសេ	15 នាទី
70 អង្សាសេ	3 នាទី
75 អង្សាសេ	30 វិនាទី

D

ធ្វើ

- ប្រើប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាពដើម្បីពិនិត្យមើលថាចំណុចកណ្តាលនៃផ្នែកក្រាស់ជាងគេបំផុតនៃសាច់និង/ឬសាច់បសុបក្សីដែលក្រាស់ជាង 4 សម បានឈានដល់ពេល/សីតុណ្ហភាពមួយនៃបន្សំពេល/សីតុណ្ហភាពដូចបានចែងខាងលើ។
- លោកអ្នកត្រូវតែ៖
  - កត់ត្រាសីតុណ្ហភាពយ៉ាងហោចណាស់អាហារមួយដុំដែលយកចេញពីក្រុមនិមួយៗ ឬ
  - លោកអ្នកត្រូវតែធ្វើតេស្តក្រុមសាច់បសុបក្សីនិមួយៗ ឬសាច់ម៉ត់ដែលលោកអ្នកចំអិន លុះត្រាតែលោកអ្នកអាចបញ្ជាក់ថាវិធីចំអិនរបស់លោកមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល។ សូមអានវគ្គ **ប័ណ្ណស្តីពី 'ការបញ្ជាក់ពីវិធីដែលអ្នកប្រើដើម្បីសម្លាប់មេរោគមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល'**។

ដំណើរការចំអិន ខ្ញុំពិនិត្យរាល់ពេល៖	ដំណើរការចំអិន ខ្ញុំនឹង 'បញ្ជាក់'៖

- បោះចោលសាច់បសុបក្សី និងសាច់ម៉ត់ឆ្អិនណាដែលបានរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពពីរវាង 5 អង្សាសេ និង 60 អង្សាសេ ហើយកំដៅឡើងវិញដល់សីតុណ្ហភាពលើស 75 អង្សាសេ ប៉ុន្តែមិនបានបរិភោគក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោង។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នក **នូវកំណត់ត្រា** ស្តីពីវិធីចំអិនសាច់បសុបក្សី និងសាច់ម៉ត់ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។ **កំណត់ត្រា៖**
  - អាហារ
  - កាលបរិច្ឆេទដែលបានចំអិន
  - សីតុណ្ហភាព ដែលអាហារបានចំអិនដល់ និងរយៈពេលដែលអាហារនេះស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាពនេះ។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកអាចបញ្ជាក់ថាវិធីចំអិនរបស់លោកអ្នកមានប្រសិទ្ធិភាព សូមបង្ហាញដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវកំណត់ត្រាដែលតម្រូវឲ្យមាននៅក្នុង **ប័ណ្ណស្តីពី 'ការបញ្ជាក់ថាវិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីសម្លាប់មេរោគមានប្រសិទ្ធិភាពរាល់ពេល'**។

ការបញ្ជាក់ពីវិធីដែលអ្នកប្រើដើម្បីសម្លាប់មេរោគដែលមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើលោកអ្នកធ្វើ ឬចំអិនអាហារដូចខាងក្រោម លោកអ្នកអាចបញ្ជាក់ថាវិធីរបស់លោកអ្នកមានប្រសិទ្ធិភាពក្នុងការសម្លាប់មេរោគបានគ្រប់ពេល៖
    - សាច់បសុបក្សី (ឧទាហរណ៍ សាច់មាន់ ថ្លើម)
    - សាច់ម៉ត់ (ឧទាហរណ៍ សាច់ក្រក សាច់ប៉ាតេ)
    - ការសម្ងួត
    - សាច់និង/ឬបន្លែជ្រក់ ឬត្រាំទឹកអំបិល
    - សាច់ ឬគ្រឿងសមុទ្រឆ្អើរក្តៅ
    - សុស៊ី (ធ្វើពីបាយមានបន្ថែមជាតិជូរ)
    - ទាខ្វៃតាមរបៀបចិន
    - ចំអិនដោយដាក់សាច់ក្នុងថង់គ្មានខ្យល់ និងត្រាំក្នុងឆ្នាំងទឹកទៅតាមសីតុណ្ហភាពត្រូវការ (sous vide) (សាច់ ឬសាច់បសុបក្សី)។
- ការបញ្ជាក់ថាវិធីរបស់លោកអ្នកមានប្រសិទ្ធិភាព គឺមានន័យថាលោកអ្នកមិនចាំបាច់ត្រូវធ្វើតេស្តលើអាហារគ្រប់មុខ រាល់ពេលដែលលោកអ្នកធ្វើវានោះទេ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- កំណត់វិធីដែលលោកអ្នកនឹងបញ្ជាក់៖ (គូសយកតាមសមស្រប)
    - ☐ សាច់បសុបក្សី (ឧទាហរណ៍ សាច់មាន់ ថ្លើម)
    - ☐ សាច់ម៉ត់ (ឧទាហរណ៍ សាច់ក្រក សាច់ប៉ាតេ)
    - ☐ ការសម្ងួត
    - ☐ សាច់និង/ឬបន្លែជ្រក់ ឬត្រាំទឹកអំបិល

D

ធ្វើ

- ☐ សាច់ ឬគ្រឿងសមុទ្រឆ្អើរក្តៅ
- ☐ សុស៊ី (ធ្វើពីបាយមានបន្ថែមជាតិជូរ)
- ☐ ទាខ្វៃតាមរបៀបចិន
- ☐ ចំអិនដោយដាក់សាច់ក្នុងថង់គ្មានខ្យល់ និងត្រាំក្នុងឆ្នាំងទឹកទៅតាមសីតុណ្ហភាពត្រូវការ (sous vide) (សាច់ ឬសាច់បសុបក្សី)។

- លោកអ្នកត្រូវតែប្រើឧបករណ៍ដដែល និងគ្រឿងផ្សំដដែល (ប្រភេទ ទម្ងន់ ទំហំ ទឹកខ្ទះ ។ល។) នៅរាល់ពេលដែលលោកអ្នកធ្វើអាហារ។
- ធ្វើ ឬចំអិនអាហារ/ឧបករណ៍ចំអិនអាហារដោយប្រើនិតិវិធីស្តង់ដារយកពីប័ណ្ណពាក់ព័ន្ធ។
- ពិនិត្យ/ធ្វើតេស្តអាហារដើម្បីធានាថា វាអាចឆ្លើយតបទៅនឹងកម្រិតដែលតម្រូវឲ្យធ្វើតាម (ឧទាហរណ៍ ផលិតផលសាច់បសុបក្សី និងសាច់ម៉ត់ត្រូវចំអិនឲ្យដល់សីតុណ្ហភាព 75 អង្សាសេ ក្នុងរយៈពេលយ៉ាងហោចណាស់ 30 វិនាទី កម្រិត pH នៃបាយមានបន្ថែមជាតិជូរក្នុងកម្រិត 4.6 ឬក៏ទាបជាងនេះ ឆ្នាំងទឹកចំអិនស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវសម្រាប់ sous vide)។
- ប្រសិនបើវិធីតាមស្តង់ដាររបស់លោកអ្នកមិនឆ្លើយតបទៅនឹងសីតុណ្ហភាព/កម្រិតដែលតម្រូវឲ្យទេ លោកអ្នកត្រូវកែសម្រួលសីតុណ្ហភាព/គ្រឿងផ្សំរបស់លោកអ្នកដើម្បីធ្វើឲ្យវិធីរបស់លោកអ្នកមានប្រសិទ្ធិភាព។
- ពិនិត្យមើលថាវិធីរបស់លោកអ្នកមានប្រសិទ្ធិភាពចំនួន 3ដងទៅលើក្រុមអាហារប្រភេទផ្សេងៗគ្នាដើម្បីឲ្យលោកអ្នកអាចដឹងថាវាមានប្រសិទ្ធិភាព។
- កត់ត្រាវិធី និងការពិនិត្យរបស់លោកអ្នក។
- ពិនិត្យមើលថាវិធីរបស់លោកអ្នកមានប្រសិទ្ធិភាពរាល់សប្តាហ៍ដោយពិនិត្យមើលសីតុណ្ហភាពនៃអាហារមួយក្រុម។

S

បង្ហាញ

តើលោកអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ**កំណត់ត្រា** អំពី៖
  - វិធីរបស់លោកអ្នក
  - ការពិនិត្យក្រុមអាហារប្រចាំសប្តាហ៍របស់លោកអ្នក។

ការកំដៅអាហារឡើងវិញ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- លោកអ្នកត្រូវតែកំដៅអាហារឡើងវិញឲ្យមានសុវត្ថិភាពដើម្បីឲ្យដឹងថាវាមិនស្ថិតនៅក្នុងតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់ (5អង្សាសេ–60 អង្សាសេ)។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនកំដៅអាហារឡើងវិញឲ្យបានត្រឹមត្រូវទេ មេរោគនឹងលូតលាស់ ហើយធ្វើឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យ។
- ម៉ាស៊ីនលក់អាហារត្រូវកំដៅអាហារឡើងវិញឲ្យមានសុវត្ថិភាព។
- រទេះកំដៅអាហារ និងទូក្ដៅមិនកំដៅអាហារឡើងវិញទេ។ ឧបករណ៍ទាំងនេះអាចរក្សាអាហារឲ្យក្ដៅអ៊ុនៗ នៅពេលអាហារឆ្អិន ឬកំដៅឡើងវិញរួច។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ប្រើឧបករណ៍ត្រឹមត្រូវដើម្បីកំដៅអាហារឡើងវិញឲ្យបានលឿន៖ (គូសយកឧបករណ៍សមស្រប)
  - ☐ ឆ្នាំងកម្ដៅមីក្រូវ៉េវ (microwave)
  - ☐ ចង្ក្រាន (stovetop)
  - ☐ ឡ
  - ☐ ផ្សេងទៀត ______________________
- កំដៅអាហារឡើងវិញរហូតដល់ចេញចំហាយក្ដៅ (យ៉ាងហោចណាស់ក្នុងកម្រិត 75 អង្សាសេ) ក្នុងផ្នែកដែលត្រជាក់ជាងគេ (បើវាជាអាហាររាវ) ឬផ្នែកកណ្ដាល (បើវាជាអាហាររឹង) ហើយរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពលើសពី 60 អង្សាសេ រហូតដល់យកវាមកប្រើប្រាស់។

D

ធ្វើ

- អាហារកំដៅឡើងវិញដែលត្រូវបានរក្សាទុកក្នុងចន្លោះសីតុណ្ហភាពពី 5 អង្សាសេ និង 60 អង្សាសេ ត្រូវយកវាមកកំដៅឡើងវិញឲ្យដល់កម្រិតលើសពី 75 អង្សាសេ និង បរិភោគនៅពេលវាក្តៅ (លើស 60 អង្សាសេ) ក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោង បើមិនដូច្នេះទេ ត្រូវបោះវាចោល។
- ម៉ាស៊ីនលក់អាហារដែលអាចកំដៅអាហារឡើងវិញបានត្រូវកំដៅអាហារឡើងវិញឲ្យសីតុណ្ហភាពឡើងដល់យ៉ាងហោចណាស់ 75 អង្សាសេនៅក្នុងផ្នែកដែលត្រជាក់ជាងគេ និងរក្សាអាហារឲ្យនៅលើសពី 60 អង្សាសេរហូតដល់ពេលយកវាទៅប្រើ។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
  - របៀបដែលអ្នកប្រើក្នុងការកំដៅអាហារឡើងវិញក្នុងកម្រិតសីតុណ្ហភាពលើសពី 75 អង្សាសេ
  - វិធីដែលលោកអ្នកអាចដឹងបានថា អាហារដែលលោកអ្នកកំដៅវាឡើងមានសីតុណ្ហភាពលើសពី 75 អង្សាសេ
  - វិធីដែលលោកអ្នកអាចដឹងបានថា ម៉ាស៊ីនលក់អាហាររបស់លោកអ្នកអាចកំដៅអាហារឡើងវិញឲ្យមានសុវត្ថិភាព។

ការធ្វើ + ការចំអិន

ការធ្វើឲ្យអាហារដែលចំអិនថ្មីៗឲ្យត្រជាក់

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- លោកអ្នកត្រូវធ្វើអាហារឲ្យត្រជាក់ឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកុំឲ្យវាស្ថិតក្នុងតបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់ (5អង្សាសេ–60 អង្សាសេ) ដែលជារយៈពេលយូរល្មមសម្រាប់ឲ្យមេរោគលូតលាស់ដល់កម្រិតគ្មានសុវត្ថិភាព។
- បើលោកអ្នកមិនធ្វើឲ្យអាហារក្តៅត្រជាក់បានរហ័សទេ មេរោគនឹងលូតលាស់ ហើយវាធ្វើឲ្យអាហាររបស់លោកអ្នកគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ធ្វើឲ្យអាហារត្រជាក់បានរហ័ស ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់ ឬមិនឲ្យវាផលិតជាតិពុល។
- នៅពេលលោកអ្នកធ្វើឲ្យអាហារចម្អិនថ្មីៗត្រជាក់ វាត្រូវតែមានសីតុណ្ហភាពចាប់ពី៖
  - 60 អង្សាសេ ទៅ 5 អង្សាសេ (ឬទាបជាងនេះ) ក្នុងរយៈពេលតិចជាង 6 ម៉ោង បើមិនអញ្ចឹងទេយើងត្រូវបោះវាចោល
  - 60 អង្សា ដល់សីតុណ្ហភាពក្នុងបន្ទប់ ឬ 21 អង្សាសេ (យកមួយណាដែលត្រជាក់ជាង) ក្នុងរយៈពេលតិចជាង 2 ម៉ោង បន្ទាប់មកសីតុណ្ហភាពក្នុងបន្ទប់ ឬ 21 អង្សាសេ (យកមួយណាដែលត្រជាក់ជាង) ចុះដល់ 5 អង្សាសេ (ឬទាបជាងនេះ) ក្នុងរយៈពេលតិចជាង 4 ម៉ោង។
- ប្រើប្រាស់វិធីណាមួយ (ឬបន្សំ) នៃវិធីទាំងនេះ៖ (គូសយកវិធីសមស្រប)៖
  - ☐ ដាក់អាហាររបស់លោកអ្នកទៅក្នុងប្រដាប់ដាក់អាហាររាក់
  - ☐ ប្រើប្រាស់ផើងដាក់ទឹកកក

D
ធ្វើ

- ☐ ដាក់អាហាររបស់លោកអ្នកឲ្យនៅដាច់ពីគ្នាជាចំណែកតូចៗ។
- ☐ ដាក់អាហាររបស់លោកអ្នកទៅក្នុងម៉ាស៊ីនក្លាសសេបាញ់ខ្យល់ត្រជាក់ខ្លាំង (blast chiller)

- នៅពេលអាហាររបស់លោកអ្នកស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាពក្នុងបន្ទប់ ឬសីតុណ្ហភាព 21 អង្សាសេ (យកមួយណាដែលត្រជាក់ជាង) សូមយកវាទៅទុកនៅក្នុងទូទឹកកក ឬទូក្លាសសេ។
- ត្រូវពិនិត្យមើលថាបន្ទាប់ពី 4 ម៉ោង អាហារស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ ឬទាបជាងនេះ។
- បោះចោលអាហារណាដែលចំអិនថ្មីៗ ដែលបានស្ថិតក្នុងតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់យូរជាង 6 ម៉ោង។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញ ឬពិពណ៌នាប្រាប់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នក ពីវិធីដែលលោកអ្នកធ្វើអាហារដែលចំអិនថ្មីៗឲ្យត្រជាក់បានរហ័ស។
- បង្ហាញដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ **កំណត់ត្រា** ស្តីពីវិធីដែលលោកអ្នកទុកក្រុមអាហារដែលចំអិនថ្មីៗនិមួយៗឲ្យត្រជាក់ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព (គឺថា មានសីតុណ្ហភាព 60 អង្សាសេ ដល់សីតុណ្ហភាពក្នុងបន្ទប់ ឬ 21 អង្សាសេ (យកមួយណាដែលត្រជាក់ជាង) ក្នុងរយៈពេល 2 ម៉ោង, បន្ទាប់មកសីតុណ្ហភាពក្នុងបន្ទប់ ឬ 21 អង្សាសេ (យកមួយណាដែលត្រជាក់ជាង) ដល់ 5 អង្សាសេ (ឬក្រោមនេះ) ក្នុងរយៈពេលតិចជាង 4 ម៉ោង។
- កត់ត្រាទុក៖
  - អាហារ
  - កាលបរិច្ឆេទពេលអាហារត្រូវបានចំអិន
  - រយៈពេលដែលត្រូវការដើម្បីធ្វើឲ្យអាហារត្រជាក់។

ការរំលាយទឹកកកពីអាហារ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ទឹកហៀរចេញពីអាហារដែលបានរំលាយទឹកកកអាចមានមេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់។ ប្រសិនបើទឹកទាំងនេះប៉ះទៅលើអាហារ និងកន្លែងផ្សេងទៀត វាអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺបាន។
- ប្រសិនបើអាហារគ្រាន់តែបានរំលាយទឹកកកចេញតែមួយផ្នែកទេ វាអាចឡើងមិនដល់សីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវក្នុងអំឡុងពេលចំអិនដើម្បីសម្លាប់មេរោគឡើយ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ធ្វើផែនការជាមុន ប្រសិនបើប្រើអាហារកកដើម្បីឲ្យលោកអ្នកមានពេលគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីរំលាយទឹកកកចេញឲ្យមានសុវត្ថិភាព មិនថានៅក្នុងទូទឹកកកឬក៏ទូក្លាសសេឡើយ។
- នៅពេលទទួល ត្រូវរំលាយទឹកកកចេញពីផលិតផលដោយធ្វើតាមការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត។
- ត្រូវទុកអាហារដែលកំពុងរំលាយទឹកកកនៅក្នុងប្រដាប់ដាក់អាហារ និងក្បែរបាតទូទឹកកក/ទូក្លាសសេដើម្បីបញ្ឈប់កុំឲ្យហៀរទឹករាលដាលដល់ផ្ទៃលើ និងអាហារផ្សេងទៀត។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនអាចរំលាយទឹកកកចេញពីអាហារនៅក្នុងទូទឹកកក/ក្លាសសេបានទេ លោកអ្នកអាចប្រើវិធីណាមួយ (ឬបន្សំ)នៃវិធីទាំងនេះ៖ (គូសយកវិធីដែលសមស្រប)
  - ☐ រំលាយទឹកកកនៅក្នុងឆ្នាំងកម្តៅមីក្រូវ៉េវ (microwave) និងប្រើប្រាស់អាហារនោះភ្លាម។
  - ☐ រំលាយទឹកកកនៅក្នុងទឹកត្រជាក់ចេញពីក្បាលម៉ាស៊ីនទឹកនៅក្នុងប្រដាប់ដាក់អាហារដែលបិទជិត។

D

ធ្វើ

□ រំលាយទឹកកកចេញពីអាហារដោយទុកវានៅលើតុក្នុងរយៈពេលមិនឲ្យលើសពី 4 ម៉ោង

- នៅពេលទឹកកករលាយហើយ អាហារដែលធម្មតាត្រូវរក្សាឲ្យត្រជាក់ ឬរក្សាឲ្យនៅក្ដៅ ត្រូវតែដាក់ក្លាសសេឡើងវិញ ចំអិន ឬរក្សាវាឲ្យនៅក្ដៅ។
- អាហារត្រូវតែរលាយទឹកកកឲ្យអស់មុនពេលកំដៅ ឬចំអិន។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
  - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីរំលាយទឹកកកចេញពីអាហារ
  - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីរំលាយទឹកកកចេញពីអាហារឲ្យមានសុវត្ថិភាព។

ការធ្វើ + ការចំអិន

ការប្រើសកម្មភាពទឹក អាស៊ីត ឬឆ្អើរក្តៅដើម្បីគ្រប់គ្រងមេរោគ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- មេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ វាត្រូវការសំណើមដើម្បីរីកលូតលាស់។ កាត់បន្ថយបរិមាណសំណើម ចំនួន (សកម្មភាពទឹក) នៃអាហាររបស់លោកអ្នក នឹងជួយបញ្ឈប់ការលូតលាស់របស់មេរោគ
- មេរោគគ្រោះថ្នាក់ជាច្រើនមិនអាចលូតលាស់ ឬអាចលូតលាស់បានយ៉ាងយឺតៗ នៅក្នុងបរិស្ថានដែលមានជាតិអាស៊ីត (ដែលមានកម្រិត pH 4.6 ឬតិចជាង)។
- ដើម្បីសម្រេចលក្ខខណ្ឌខាងលើ (និមួយៗ) បាន៖
    - យកទឹកចេញ (សម្ងួត ឬ ប្រឡាក់ទឹកអំបិល) ដើម្បីសម្រេចឲ្យបានសកម្មភាពទឹក 0.85 ឬទាបជាងនេះ
    - បន្ទាបកម្រិត pH (ជ្រក់) ឲ្យដល់កម្រិត 4.6 ឬទាបជាងនេះ។
- ការឆ្អើរក្តៅអាចជួយបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់នៅក្នុងអាហារ ប៉ុន្តែវាអាចត្រូវការការកែច្នៃបន្ថែម ឬរក្សាទុកឲ្យត្រជាក់ដើម្បីធានាបានថាវាមានសុវត្ថិភាព។ វាអាចប្រើដើម្បីចំអិន ឬបន្ថែមរស់ជាតិដល់អាហារ។
- និតិវិធីនេះអនុវត្តចំពោះមនុស្សចូលចិត្តអាហារខាប់ និងស្ងួត។
- ក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមបានចងក្រងសៀវភៅណែនាំមួយដើម្បីជួយលោកអ្នកឲ្យគណនាជីវិតនៃអាហារដែលមាននៅ http://www.foodsafety.govt.nz/elibrary/industry/determine-shelf-life-of-food/
- មានបទដ្ឋាននៅក្នុងក្រមស្តង់ដារចំណីអាហារនៃប្រទេសអូស្ត្រាលី និងនូវ៉ែលហ្សឺឡង់ (ក្រម) ស្តីពីប្រភេទនៃគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ (ឧទាហរណ៍ ថ្នាំបង្ការមិនឲ្យអាហារខូច) ដែលលោកអ្នកអាចយកមកដាក់បន្ថែមក្នុងអាហារមួយចំនួនបាន។ សូមពិនិត្យមើលក្រម ឬសុំព័ត៌មានបន្ថែមពីអ្នកផ្គៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នក។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

កាត់បន្ថយសកម្មភាពទឹក

ការសម្ងួត

- ផលិតផលអាហារស្ងួតត្រូវតែមានសកម្មភាពទឹកក្នុងកម្រិត 0.85 ឬទាបជាងនេះ លើកលែងតែ វាអាច៖ (គូសយកចំណុចសមស្រប)
  - ☐ រក្សាទុកឲ្យត្រជាក់ក្នុងសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ ឬទាបជាងនេះ រហូតដល់ពេលត្រូវយកវាទៅប្រើប្រាស់
  - ☐ អាស្រ័យទៅលើវិធីផ្សេងទៀតដែលមានសុពលភាព ក្នុងការបង្ការអាហារមិនឲ្យខូច (ឧទាហរណ៍ ការកាត់បន្ថយកម្រិត pH)
- ឧបករណ៍សម្ងួតទាំងអស់ (ឧទាហរណ៍ ម៉ាស៊ីនកម្ដៅ កង្ហារ ម៉ាស៊ីនសំណើម) ត្រូវតែពិនិត្យជាទៀងទាត់ថាម៉ាស៊ីនទាំងនេះមានដំណើរត្រឹមត្រូវ។
- ការសម្ងួតត្រូវធ្វើឡើង៖ (គូសយកចំណុចសមស្រប)
  - ☐ ក្នុងកន្លែងដែលមានការគ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាព
  - ☐ ក្នុងសីតុណ្ហភាពខ្យល់ជុំវិញ។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកកំពុងធ្វើអាហារដោយប្រើសកម្មភាពទឹកក្នុងកម្រិត 0.85 ឬទាបជាងនេះ លោកអ្នកត្រូវតែធ្វើតេស្តដើម្បីធានាថាពួកគេសម្រេចបានគោលដៅនេះ។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកបានបញ្ជាក់ពីវិធីសម្រាប់សម្ងួតអាហាររបស់អ្នកដោយមានសកម្មភាពទឹកក្នុងកម្រិត 0.85 ឬទាបជាងនេះ លោកអ្នកត្រូវតែបញ្ជូនផលិតផល 3 ក្រុមទៅមន្ទីរពិសោធន៍ដែលមានការទទួលស្គាល់ត្រឹមត្រូវឲ្យធ្វើតេស្តសកម្មភាពទឹក។ ការធ្វើតេស្តនេះត្រូវតែធ្វើយ៉ាងហោចណាស់ម្ដងនៅពេលដំបូង ហើយបន្ទាប់មកលោកអ្នកអាចប្រើវិធីរបស់លោកអ្នកផ្ទាល់ដើម្បីគណនាសកម្មភាពទឹក (ឧទាហរណ៍ ការបាត់បង់ទម្ងន់)។ សូមអាន ប័ណ្ណ 'ការបញ្ជាក់ពីវិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីសម្លាប់មេរោគដែលមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល'។

ការត្រាំទឹកអំបិល

- ក្នុងអំឡុងពេលដាក់ត្រាំក្នុងទឹកអំបិល សាច់ត្រូវតែដាក់ត្រាំឲ្យលិចនៅក្នុងទឹកអំបិល។
- ចាក់ទឹកចោល ហើយសម្អាតធុងសម្រាប់ត្រាំទឹកអំបិលឲ្យបានទៀងទាត់។

D

ធ្វើ

- ពិនិត្យមើលឧបករណ៍ចាក់ មុនពេល និងក្រោយពេលប្រើប្រាស់ម្តងៗសម្រាប់ផ្នែកដែលបាក់បែក ឬបាត់។

ធ្វើឲ្យអាហារមានជាតិអាស៊ីត

- ផលិតផលជ្រក់ត្រូវតែមានកម្រិត pH 4.6 ឬទាបជាងនេះ។

ល្បាយទឹកអំបិល និងល្បាយទឹកសម្រាប់ធ្វើជ្រក់

- ប្រើតែគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារដែលត្រូវបានអនុញ្ញាត។ សូមអានបដ្ឋាននៅក្នុងក្រមសម្រាប់បញ្ជីរាយឈ្មោះគ្រឿងបន្ថែមដែលលោកអ្នកអាចប្រើបាន។
- ធ្វើ និងប្រើគ្រឿងសម្រាប់រៀបចំអាហារដោយអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិត ឬសាកល្បង និងធ្វើតេស្តដោយប្រើក្បួនរបស់ខ្លួនផ្ទាល់។
- កុំពង្រាវកំហាប់នៃគ្រឿងបន្ថែមក្នុងអាហារ (ឧទាហរណ៍ ជាតិនីទ្រីត) និងអំបិលដែលចាំបាច់ដើម្បីឲ្យអាចប្រឡាក់ និងធ្វើជ្រក់បាន
- រក្សាគ្រឿងសម្រាប់រៀបចំអាហារឲ្យត្រជាក់ក្នុងសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ ឬទាបជាងនេះ។ រក្សាទុកអាហារទាំងអស់ដោយគ្របឲ្យជិតរហូតដល់ពេលយកវាមកប្រើប្រាស់។
- ចាប់ផ្តើមប្រឡាក់ទឹកអំបិល និងធ្វើជ្រក់ក្នុងសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ ឬទាបជាងនេះ។
- បោះចោលនូវគ្រឿងសម្រាប់រៀបចំអាហារដែលប្រើឡើងវិញ ឬបង្វិលមកប្រើម្តងទៀត និងគ្រឿងសម្រាប់រៀបចំអាហារដែលអាចឆ្លងមេរោគ ដូចជាគ្រឿងដែលបានប្រើប្រាស់ក្នុងពេលចាក់នៅចុងបញ្ចប់នៃក្រុមអាហារនិមួយៗ ឬប្រតិបត្តិការប្រចាំថ្ងៃ។

ការឆ្អើរក្តៅ

- ប្រសិនបើឆ្អើរគ្រឿងសមុទ្រ សូមប្រើតែគ្រឿងសមុទ្រស្រស់។
- ប្រសិនបើការឆ្អើរជាផ្នែកមួយនៃលំនាំនៃការចំអិនផលិតផលសាច់ត្រូវចំអិនវាដល់កម្រិតសីតុណ្ហភាព 75អង្សាសេឲ្យបានយ៉ាងហោចណាស់ចំនួន 30 វិនាទី។ សូមអាន **ប័ណ្ណស្តីពី 'ចំអិនសាច់បសុបក្សី សាច់ម៉ត់ និងថ្លើមមាន់'**។
- ឧបករណ៍សម្រាប់ឆ្អើរទាំងអស់ (ឧទាហរណ៍ ម៉ាស៊ីនកំដៅ ម៉ាស៊ីនខ្យល់ កំទិចឈើ) ត្រូវតែមានសុវត្ថិភាព និងដំណើរការត្រឹមត្រូវ។

D

ធ្វើ

- ការឆ្អើរត្រូវតែធ្វើ៖ (គូសយកចំណុចសមស្រប)
  - ☐ ក្នុងកន្លែងដែលមានការគ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាព
  - ☐ ដោយមានសីតុណ្ហភាពសម្រាប់ឆ្អើរដែលគ្រប់គ្រងដោយមនុស្ស។
- ផលិតផលអាហារត្រូវតែដាក់ឲ្យឃ្លាតចេញពីគ្នាស្មើៗគ្នា ដើម្បីជួយឲ្យមានចរន្តខ្យល់ និងការឆ្អើរផលិតផលឲ្យបានស្មើ។
- អនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិតនៅពេលប្រើវត្ថុរាវក្នុងការឆ្អើរ។
- បន្ទាប់ពីអាហាររបស់លោកអ្នកបានឆ្អើររួចហើយ អាហារដែលត្រូវការរក្សាទុកឲ្យត្រជាក់ត្រូវរក្សាទុកក្នុងកម្រិតសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ ឬទាបជាងនេះ ហើយត្រូវតែ៖ (គូសយកចំណុចណាមួយដែលសមស្រប)
  - ☐ ដាក់កាលបរិច្ឆេទ និងម៉ោងដែលអាហារបានឆ្អើរ និងបន្ទាប់មកប្រើប្រាស់ ឬលក់ឲ្យគេទទួលទានក្នុងរយៈពេល 5 ថ្ងៃក្រោយការឆ្អើរ
  - ☐ ដាក់ស្លាក 'ប្រើឲ្យបានមុន (use-by)' កាលបរិច្ឆេទ។
- កំណត់ហេតុផលដែលលោកអ្នកត្រូវឆ្អើរក្តៅ។ ជ្រើសរើសមួយណាដែលពាក់ព័ន្ធ៖
  - ☐ ឆ្អើរក្តៅដើម្បីចំអិនអាហារ
  - ☐ ឆ្អើរក្តៅដើម្បីឲ្យចេញរសជាតិ។
- សម្រាប់ក្រុមអាហារនិមួយៗដែលលោកអ្នកឆ្អើរក្តៅ ជាផ្នែកមួយនៃលំនាំចំអិនអាហារ លោកអ្នកត្រូវតែកត់ត្រាដូចខាងក្រោម៖
  - ◦ សីតុណ្ហភាពខ្យល់ក្នុងកន្លែងឆ្អើរ
  - ◦ ពេលចាប់ផ្តើមឆ្អើរ
  - ◦ ពេលឆ្អើរចប់
  - ◦ សីតុណ្ហភាពសំខាន់របស់អាហារនៅចុងបញ្ចប់នៃអំឡុងពេលចំអិន។
  - ◦ ប្រសិនបើត្រូវការពេលបន្ថែមសម្រាប់ចំអិន។
- សម្រាប់ក្រុមអាហារនិមួយៗដែលលោកអ្នកឆ្អើរក្តៅ ដើម្បីបន្ថែមរសជាតិលើអាហាររបស់លោកអ្នក លោកអ្នកត្រូវតែកត់ត្រាដូចខាងក្រោម៖

D

ធ្វើ

- ◦ សីតុណ្ហភាពខ្យល់ក្នុងកន្លែងឆ្អើរ
- ◦ រយៈពេលនៃដំណើការឆ្អើរ។

ប្រសិនបើលោកអ្នកសម្ងួត ប្រឡាក់ទឹកអំបិល ធ្វើជ្រក់ ឬឆ្អើរក្តៅផលិតផលអាហារឲ្យបានទៀងទាត់ លោកអ្នកអាចបញ្ជាក់ពីវិធីរបស់លោកអ្នកដើម្បីឲ្យលោកអ្នកអាចពិនិត្យក្រុមអាហារប្រចាំសប្តាហ៍តែប៉ុណ្ណោះ។ សូមអាន **បណ្ណស្តីពី 'បញ្ជាក់ពីវិធីដែលអ្នកប្រើដើម្បីសម្លាប់មេរោគមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល'**។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

ការកាត់បន្ថយសកម្មភាពទឹក

បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នក

- ◦ លទ្ធផលរបស់មន្ទីរពិសោធន៍ណាមួយ ឬលទ្ធផលចេញពីវិធីរបស់លោកអ្នកផ្ទាល់ (ឧទាហរណ៍ ការបាត់ទម្ងន់) សម្រាប់ធ្វើតេស្តសកម្មភាពទឹក (ប្រសិនបើទាក់ទង)
- ◦ វិធីដែលលោកអ្នកសម្ងួត និងប្រឡាក់ទឹកអំបិលអាហាររបស់លោកអ្នកឲ្យមានសុវត្ថិភាព
- ◦ **កំណត់ត្រា** ជាលាយល័ក្ខអក្សរ ស្តីពីវិធីសម្ងួតអាហាររបស់លោកអ្នក
- ◦ **កំណត់ត្រា** ជាលាយល័ក្ខអក្សរស្តីពីក្បួនសម្រាប់ផលិតទឹកប្រឡាក់របស់លោកអ្នក។

ការកាត់បន្ថយកម្រិត pH

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
  - ◦ វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីសម្រេចបាន pH ក្នុងកម្រិតទាបជាង 4.6
  - ◦ **កំណត់ត្រា** ជាលាយល័ក្ខអក្សរស្តីពីរូបមន្តធ្វើទឹកធ្វើជ្រក់របស់លោកអ្នក។

ការឆ្អើរក្តៅ

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
  - ◦ វិធីដែលលោកអ្នកឆ្អើរក្តៅអាហារឲ្យមានសុវត្ថិភាព។
  - ◦ ប្រសិនបើការឆ្អើរក្តៅជាផ្នែកមួយនៃដំណើរការចំអិនអាហារ សូមសូមធ្វើកំណត់ត្រាជាលាយល័ក្ខអក្សរនូវ៖

S

បង្ហាញ

   - សីតុណ្ហភាពខ្យល់ក្នុងកន្លែងឆ្អើរ
   - ពេលចាប់ផ្ដើមឆ្អើរ
   - ពេលឆ្អើរចប់
   - សីតុណ្ហភាពសំខាន់របស់អាហារនៅចុងបញ្ចប់នៃអំឡុងពេលចំអិន។
   - ប្រសិនបើត្រូវការពេលបន្ថែមសម្រាប់ចំអិន។
- ប្រសិនបើការឆ្អើរក្ដៅដើម្បីបន្ថែមរសជាតិលើអាហារ សូមធ្វើ**កំណត់ត្រា**ជាលាយលក្ខអក្សរស្ដីពី៖
   - សីតុណ្ហភាពខ្យល់ក្នុងកន្លែងឆ្អើរ
   - រយៈពេលនៃដំណើរការឆ្អើរ។

ការបម្រើ + ការលក់

រក្សាអាហារឲ្យក្តៅ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- លោកអ្នកត្រូវតែរក្សាអាហារដែលជាធម្មតាត្រូវរក្សាឲ្យត្រជាក់ ឬក្តៅ នៅក្រៅតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់ (5 អង្សាសេ - 60 អង្សាសេ) ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់ និងធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺ។
- អាហារក្តៅត្រូវរក្សាទុកនៅសីតុណ្ហភាពលើសពី 60 អង្សាសេដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យលូតលាស់។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- អនុវត្តតាមការណែនាំរបស់ក្រុមហ៊ុនផលិតសម្រាប់ការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍។
- កំដៅអាហារឲ្យដល់សីតុណ្ហភាព 75 អង្សាសេ ឬខ្ពស់ជាងនេះ មុនពេលដាក់នៅក្នុងរទេះកំដៅ ឬទូកំដៅ។
- ឧបករណ៍របស់លោកអ្នកត្រូវអាចរក្សាអាហារឲ្យមានសីតុណ្ហភាពលើសពី 60 អង្សាសេ។ ការប្រើប្រាស់ប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាពដើម្បីពិនិត្យសីតុណ្ហភាពអាហារ។
- នៅពេលអាហារត្រូវបានរក្សាឲ្យក្តៅដែលមានរយៈពេលច្រើនជាង 2 ម៉ោង សូមពិនិត្យសីតុណ្ហភាពរាល់ 2 ម៉ោងម្តង ដើម្បីឲ្យលោកអ្នកអាចដឹងបានថាវាពិតជាមានសីតុណ្ហភាពលើសពី 60 អង្សាសេ។
- ប្រសិនបើការពិនិត្យរយៈពេល 2 ម៉ោងម្តងបង្ហាញថាសីតុណ្ហភាពអាហារទាបពេក សូមកំដៅអាហារឡើងវិញឲ្យលើសពី 75 អង្សាសេ ហើយបង្កើនសីតុណ្ហភាពនៃរទេះកំដៅ ឬទូកំដៅ។ ប្រសិនបើវាមានសីតុណ្ហភាពក្រោម 60 អង្សាសេនៅពេលយើងពិនិត្យបន្ទាប់ សូម បោះវាចោលទៅ។
- ប្រសិនបើអាហារក្តៅបានស្ថិតក្នុងសីតុណ្ហភាពក្រោម 60 អង្សាសេអស់រយៈពេលជាង 2 ម៉ោង យើងត្រូវតែបោះវាចោល។

D

ធ្វើ

- ប្រសិនបើអាហារក្តៅត្រូវបានស្ថិតនៅក្នុងសីតុណ្ហភាពក្រោម 60 អង្សាសេអស់រយៈពេលជាង 2 ម៉ោង យើងអាចយកទៅ៖
    - កំដៅឡើងវិញឲ្យសព្វ និងបម្រើនៅក្តៅ (លើសពី 60 អង្សាសេ) ឬ
    - ក្លាសសេឲ្យដល់ក្រោម 5 អង្សាសេ ក្នុងរយៈពេលបួនម៉ោង និងរក្សាក្នុងសីតុណ្ហភាពនេះរហូតដល់ពេលបរិភោគ។
- កូរអាហារដើម្បីធានាបានថាវានៅក្តៅសព្វកន្លែងទាំងអស់។
- កុំដាក់ចូលគ្នានូវក្រុមអាហារចាស់ និងថ្មីដែលបានកំដៅឡើងវិញ ឬក្រុមអាហារក្តៅ ព្រមទាំងក្រុមអាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមៗ។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវការបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
    - វិធីដែលលោកអ្នករក្សាអាហារឲ្យនៅក្តៅ
    - វិធីដែលលោកអ្នកវាស់សីតុណ្ហភាព
    - វិធីដែលលោកអ្នកដឹងថាលោកអ្នកកំពុងពិនិត្យសីតុណ្ហភាពនៅក្នុងកម្រិតពេលវេលាតម្រូវឲ្យ។

ការដឹកជញ្ជូនអាហាររបស់អ្នក

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- នៅពេលដឹកជញ្ជូនអាហារដែលជាធម្មតាជាអាហារដែលត្រូវរក្សាឲ្យត្រជាក់ ឬក្តៅជានិច្ច លោកអ្នកត្រូវតែចាត់ការតាមជំហានដើម្បីរក្សាអាហារឲ្យនៅក្រៅតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់ (5អង្សាសេ - 60អង្សាសេ) ដើម្បីបញ្ឈប់មេរោគកុំឲ្យលូតលាស់។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

គ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាព

- អាហារត្រូវតែដឹកជញ្ជូន និងប្រគល់ជូនក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ។ លោកអ្នកត្រូវតែពិនិត្យសីតុណ្ហភាពនេះឲ្យបានទៀងទាត់។
- រក្សាអាហារកកឲ្យកក។
- ប្រគល់អាហារស្ថិតក្នុងតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់បានតែនៅពេលដែលត្រូវយកទៅបរិភោគក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោងនៃការធ្លាក់ចូលក្នុងតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់។
- ដឹកជញ្ជូនអាហារត្រជាក់ក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រជាក់ (ក្នុងសីតុណ្ហភាព ឬក្រោម 5 អង្សាសេ) ឬដឹកជញ្ជូនអាហារក្តៅក្នុងសីតុណ្ហភាពក្តៅ (ក្នុងសីតុណ្ហភាពលើសពី 60 អង្សាសេ)។
- សូមប្រើឧបករណ៍សមស្របសម្រាប់ដឹកជញ្ជូនអាហារ ដើម្បីធានាថាអាហាររបស់លោកអ្នកមានសុវត្ថិភាព។ ប្រើប្រាស់៖(គូសយកអ្វីដែលសមស្រប)

  ☐ ស្បោង/ប្រអប់មានទ្រនាប់ការពារកំដៅ។

  ☐ ទូក្លាសសេដែលយកតាមខ្លួនបាន។

  ☐ ឧបករណ៍រក្សាអាហារឲ្យក្តៅ

  ☐ ផ្សេងទៀត ______________________

D

ធ្វើ

រៀបចំផែនការមុននឹងដឹកជញ្ជូន

- មិនត្រូវឲ្យសត្វចូលផ្នែកណាមួយនៃយានយន្តដែលប្រើសម្រាប់ដឹកជញ្ជូនអាហារឡើយ។
- គ្រប់ផ្នែកទាំងអស់នៃយានយន្តដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីដឹកជញ្ជូនអាហារ ឬឧបករណ៍ធ្វើអាហារទាំងអស់ត្រូវតែស្អាត (ហើយសម្លាប់មេរោគប្រសិនបើឧបករណ៍ត្រូវប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយនឹងអាហារដែលអាចបរិភោគភ្លាមបាន)។
- បោះចោល៖
  - អាហារណាដែលបានឆ្លងមេរោគ
  - អាហារណាដែលបានរក្សាទុកក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ច្រើនជាង 4 ម៉ោង។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
  - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើ ដើម្បីធានាបានថាអាហារត្រូវរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ នៅពេលដឹកជញ្ជូន
  - វិធីអ្វីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីរក្សាសីតុណ្ហភាព និងរក្សាអាហារឲ្យនៅដាច់ពីគ្នា ក្នុងពេលដឹកជញ្ជូន
  - យានយន្តរបស់លោកអ្នកសម្រាប់ដឹកជញ្ជូនអាហារ។
- **កំណត់ត្រា** ស្ដីពីសីតុណ្ហភាពអាហាររបស់លោកអ្នកក្នុងពេលដឹកជញ្ជូន ប្រសិនបើអាហារនោះមិនបានប្រើប្រាស់ក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោង។

ការដាក់តាំងបង្ហាញអាហារ និងអតិថិជនបម្រើដោយខ្លួនឯង

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អាហារអាចឆ្លងមេរោគពីមនុស្សឈឺ ឬពីសម្លៀកបំពាក់កខ្វក់។
- អតិថិជនរបស់លោកអ្នកអាចនាំមេរោគចូលក្នុងក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មអាហាររបស់លោកអ្នក។ មេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់អាចឆ្លងទៅអាហារតាមរយៈលាមក កំអួត និងវត្ថុរាវចេញពីក្នុងខ្លួនមនុស្សឈឺ (ឧទាហរណ៍ ឈាម និងសំបោរ)។
- ការដាក់តាំងបង្ហាញអាហារឲ្យអតិថិជនបម្រើខ្លួនឯងមិនបានល្អអាចបង្កើនហានិភ័យនៃអតិថិជនចម្លងមេរោគទៅក្នុងអាហាររបស់លោកអ្នក (ឧទាហរណ៍ ការលូកដៃរំលងអាហារមួយទៅចាប់អាហារមួយទៀត)។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមសម្រាប់ឲ្យអតិថិជនជ្រើសរើសខ្លួនឯងត្រូវតែ៖ (គូសយកចំណុចសមស្រប)៖
  - ☐ ខ្ចប់ឲ្យហើយ មុនពេលដាក់តាំង ឬ
  - ☐ បានការពារដោយមានគម្រប និងប្រដាប់ការពារការកណ្ដាស់។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកកំពុងបម្រើអាហារក្ដៅ លោកអ្នកត្រូវតែអនុវត្តបទដ្ឋានសម្រាប់ **'រក្សាអាហារឲ្យនៅក្ដៅ'**។
- ដាក់តាំងអាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមដែលជាធម្មតាត្រូវរក្សាឲ្យត្រជាក់ ឬក្ដៅមិនឲ្យលើសពី 4 ម៉ោង (ក្រោយពីអាហារបានស្ថិតនៅក្នុងសីតុណ្ហភាពរវាង 5 អង្សាសេ និង 60អង្សាសេ ច្រើនជាង4 ម៉ោង ត្រូវបោះវាចោល)។

D

ធ្វើ

- ជានិច្ចកាល ត្រូវផ្តល់ប្រដាប់ប្រើស្អាតសម្រាប់បម្រើអាហារ។ ដៃកាន់ប្រដាប់ប្រើសម្រាប់បម្រើអាហារមិនត្រូវឲ្យប៉ះនឹងអាហារទេ។ ដូរប្រដាប់សម្រាប់បម្រើអាហារនៅពេលវាកខ្វក់ (ឧទាហរណ៍ អតិថិជនធ្វើឲ្យជ្រុះស្លាបព្រានៅលើក្តារកម្រាល) ឬក៏ក្រុមអាហារ ឬម្ហូបដូរ។
- មានប្រដាប់សម្រាប់បម្រើអាហារប្រណិតសម្រាប់អាហារដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីដែលមានរាយឈ្មោះនៅក្នុងប័ណ្ណស្តីពី **ដឹង** នៅក្នុងផ្នែក **'ការដាក់អាហារឲ្យដាច់ពីគ្នា'** និងអាហារដែលមិនមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីទាំងនោះ។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
  - វិធីដែលលោកអ្នកធ្វើដើម្បីធានាថាអាហារសម្រាប់បម្រើខ្លួនឯងត្រូវរក្សាឲ្យមានសុវត្ថិភាព (ឧទាហរណ៍ វិធីដែលលោកអ្នកវាស់សីតុណ្ហភាពអាហាររបស់លោកអ្នក រយៈពេលដែលលោកអ្នកទុកអាហារនៅខាងក្រៅ)
  - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើក្នុងការដាក់តាំងអាហារសម្រាប់បម្រើសេវាខ្លួនឯង និងបញ្ឈប់អតិថិជនកុំឲ្យឆ្លងមេរោគដល់អាហារ។

ការដឹងថាមានអ្វីនៅក្នុងអាហាររបស់អ្នក

K

ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អ្នកត្រូវដឹង និងអាចប្រាប់អតិថិជនរបស់អ្នកបាននូវអ្វីដែលមាននៅក្នុងអាហាររបស់ពួកគេ ដើម្បីឲ្យពួកគេអាចធ្វើការជ្រើសរើសដោយមានព័ត៌មានត្រឹមត្រូវ។ ចំណុចនេះមានសារៈសំខាន់ណាស់សម្រាប់មនុស្សដែលមានអាលែកហ្ស៊ីនឹងអាហារ។
- អ្នកត្រូវតែដឹងថាមានអ្វីនៅក្នុងគ្រឿងផ្សំដែលអ្នកប្រើដើម្បីធ្វើអាហារ។ ប្រសិនបើអ្នកកំពុងនាំចូលអាហារ អ្នកត្រូវតែយល់ដឹងអំពីស្លាកអាហារ។
- មានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីនៅក្នុងអាហារទូទៅចំនួន 11ប្រភេទដែលអ្នកត្រូវដឹង។ ទាំងនេះគឺ អំបិលមានអាស៊ីតស្ពាន់ធ័រ (sulphites) ធញ្ញជាតិដែលមានគ្លុយទីន (gluten) (ឧទាហរណ៍ស្រូវសាឡី) សត្វទឹកដែលមានសំបក (shellfish) ស៊ុត ត្រី ទឹកដោះគោ គ្រាប់សណ្ដែកដី គ្រាប់សណ្ដែកសៀង គ្រាប់ល្ង គ្រាប់ផ្លែឈើ និង គ្រាប់សណ្ដែក។
- អាលែកហ្ស៊ីនឹងអាហារអាចបង្កឲ្យមានប្រតិកម្មដែលអាចគម្រាមកំហែងដល់អាយុជីវិត ដែលអាចកើតមានក្នុងរយៈពេលតែប៉ុន្មាននាទីបន្ទាប់ពីពិសាអាហារប៉ុណ្ណោះ។ ត្រូវដឹងថាអាហារណាមួយដែលអ្នកលក់អាចបង្កឲ្យមានប្រតិកម្មអាលែកហ្ស៊ី។
- អ្នកត្រូវដឹងអំពីបទដ្ឋានស្ដីពីគ្រឿងបន្ថែម និងសមាសភាពអាហារនៅក្នុងក្រមស្តង់ដារអាហាររបស់ប្រទេសអូស្ត្រាលី និងនូវ៉ែលហ្សឺឡង់។ មើលប័ណ្ណស្ដីពី **'ការរៀបចំអាហារឲ្យមានសុវត្ថិភាព'**។

D

ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ពិនិត្យមើលស្លាករបស់គ្រឿងផ្សំ។ អ្នកត្រូវយល់ព័ត៌មាននៅលើស្លាក។
- រក្សាព័ត៌មានលម្អិតនៃគ្រឿងផ្សំដែលអ្នកប្រើ (ឧទាហរណ៍ កំណត់ត្រា និងអនុវត្តតាមក្បួនធ្វើម្ហូបរបស់អ្នកដើម្បីឲ្យអ្នកដឹងថាអាហារទាំងនោះមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីអ្វីខ្លះ)។

D
ធ្វើ

- ប្រាប់បុគ្គលិករបស់អ្នកថាតើអាហារណាមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីដែលមានរាយឈ្មោះក្នុងវគ្គ **ដឹង**។ បុគ្គលិកទាំងអស់ត្រូវដឹងថាវាមានសារៈសំខាន់ប៉ុណ្ណាដែលពួកគេយល់ដឹងពីអាលែកហ្ស៊ី និងជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី។
- អ្នក ☐ គ្រប់គ្រងប្រចាំថ្ងៃ ឬក៏ ☐ អ្នកមានសិទ្ធិសម្រេចក៏បាន (រើសយកចំណុចសមស្រប)
  ឈ្មោះ៖ ____________________
  ត្រូវចេះនិយាយប្រាប់អតិថិជនអំពីអ្វីដែលមាននៅក្នុងអាហាររបស់ពួកគេ។
- ពិនិត្យមើលគ្រឿងផ្សំទាំងអស់នៅក្នុងអាហារ ក៏ដូចជាទឹកជ្រលក់ គ្រឿងតុបតែងលម្អអាហារដាក់ជាមួយ ឬបន្ថែមទៅលើអាហារ។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នកនូវវិធីដែលអ្នកប្រើដើម្បីឲ្យដឹងបានថាមានអ្វីនៅក្នុងគ្រឿងផ្សំដែលអ្នកប្រើ។
- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នកអាចសួរបុគ្គលិកឲ្យប្រាប់ពួកគេអំពីអាហារណាដែលមានជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី។

ការបម្រើ + ការលក់

ការខ្ចប់ និងការដាក់ស្លាកអាហាររបស់អ្នក

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- លោកអ្នកមិនត្រូវដាក់ស្លាកអាហាររបស់លោកអ្នកទេ ប្រសិនបើអាហាររបស់លោកអ្នក៖
    - មិនបានវេចខ្ចប់
    - បានធ្វើ ខ្ចប់ និងលក់ក្នុងហាងតែមួយ
    - បានខ្ចប់នៅមុខអតិថិជន
    - ផ្លែឈើ និងបន្លែទាំងមូល ឬកាត់/បេះថ្មីៗ (លើកលែងតែលោកអ្នកលក់បន្លែបណ្ដុះ)
    - អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាមដែលបានប្រគល់ជូនក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជអាហារលោកអ្នកដែលបានខ្ចប់រួចហើយ និងត្រៀមរួចសម្រាប់លក់
    - លក់នៅក្នុងពិធីរៃអង្គាសប្រាក់
    - ដាក់តាំងនៅក្នុង ទូសេវាដែលអតិថិជនរបស់លោកអ្នកមិនអាចចូលដល់។
- ទោះបីជាអាហាររបស់លោកអ្នកមិនត្រូវបានដាក់ស្លាកក៏ដោយ លោកអ្នកត្រូវតែចេះប្រាប់ដល់អតិថិជនរបស់លោកអ្នក ឬដាក់តាំងបង្ហាញនូវ៖
    - អ្វីដែលមាននៅក្នុងអាហារ
    - សេចក្ដីក្រើនរំលឹកណាមួយ
    - ប្រសិនបើអាហារធ្វើពី ឬមានគ្រឿងផ្សំកែច្នៃដោយប្រើហ្សែន (genetically modified) ឬអាហារដែលមានចំហាយវិទ្យុសកម្ម។
- អាហារដែលធ្វើនៅក្នុងកន្លែងមួយ និងខ្ចប់នៅកន្លែងផ្សេងទៀតត្រូវតែដាក់ស្លាក។ អាហារដែល ដាក់ស្លាកត្រូវតែឆ្លើយតបទៅនឹងបទដ្ឋានស្ដីពីការដាក់ស្លាកដែលមានចែងនៅក្នុងក្រម
- ក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមបានចងក្រងសៀវភៅណែនាំ ដើម្បីជួយលោកអ្នកក្នុងការធ្វើស្លាកអាហារ។ សូមអនុវត្តតាម 'សៀវភៅណែនាំពីការដាក់ស្លាកអាហារ' http://www.mpi.govt.nz/document-vault/2965

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើអាហាររបស់លោកអ្នកត្រូវដាក់ស្លាក លោកអ្នកត្រូវដាក់បញ្ចូលនូវ៖
    - ឈ្មោះអាហារ
    - ការកំណត់បរិមាណ/ក្រុម
    - ឈ្មោះ និងអាសយដ្ឋានរបស់ក្រុមហ៊ុនពាណិជ្ជកម្មនៅប្រទេសអូស្ត្រាលី ឬនូវ៉ែលហ្សឺឡង់របស់លោកអ្នក
    - សេចក្តីផ្តល់យោបល់ សេចក្តីក្រើនរំលឹក និងសេចក្តីប្រកាសដែលអាចអនុវត្តបានណាមួយ
    - លក្ខខណ្ឌសម្រាប់រក្សាទុក និងប្រើប្រាស់
    - បញ្ជីរាយឈ្មោះគ្រឿងផ្សំ
    - កាលបរិច្ឆេទនៃការដាក់សញ្ញាសម្គាល់ (ឧទាហរណ៍ ប្រើឲ្យបានមុន (use-by) ឬគុណភាពល្អបំផុតមុន (best before) ។ល។)
    - ផ្លាកព័ត៌មានស្តីពីអាហាររូបត្ថម្ភនៅក្នុងអាហារ
    - ព័ត៌មានស្តីពីអាហាររូបត្ថម្ភ សុខភាព និងការអះអាងនានាដែលទាក់ទិន (ក្នុងករណីតែលោកអ្នកបានធ្វើការអះអាង)
    - ព័ត៌មានស្តីពីសមាសភាព និងគ្រឿងផ្សំផ្សេងៗ
    - ថាតើផលិតផលធ្វើ ឬបានធ្វើដោយប្រើអាហារកែច្នៃដោយប្រើហ្សែន ឬអាហារមានចំហាយវិទ្យុសកម្ម។
- រក្សា ព័ត៌មានលម្អិតស្តីពីគ្រឿងផ្សំដែលលោកអ្នកប្រើនៅក្នុងអាហាររបស់លោកអ្នក។
- ដាក់ស្លាកអាហាររបស់លោកអ្នកឲ្យបានត្រឹមត្រូវ សម្រាប់បុគ្គលិកលោកអ្នក និងអតិថិជនរបស់លោកអ្នក។
- ប្រើប្រាស់សម្ភារៈសម្រាប់ខ្ចប់ និងប្រដាប់ខ្ចប់អាហារដែលមានសុវត្ថិភាព (ឧទាហរណ៍ ដង្កៀប) ដើម្បីទប់មេរោគ និងជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ីមិនឲ្យចូលអាហារ។

S

បង្ហាញ

តើលោកអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីអាចដឹងបានថាត្រូវបញ្ចូលព័ត៌មានអ្វីខ្លះនៅក្នុងស្លាកអាហាររបស់លោកអ្នក
    - ស្លាកអាហាររបស់លោកអ្នក។

ការលក់អាហារ របស់អ្នក ទៅឲ្យអាជីវកម្មផ្សេង

K

ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អ្នកអាចលក់តែអាហារដែលអ្នកបានធ្វើឲ្យអាជីវកម្មមួយទៀតប្រសិនបើ៖
    - វាមិនកែប្រែគោលបំណងចម្បងនៃអ្វីដែលអ្នកធ្វើទេនោះ (ឧទាហរណ៍ដូចជា លក់អាហាររបស់អ្នកជូនអតិថិជនដោយផ្ទាល់) ហើយ
    - អ្នកមិនចាំបាច់ធ្វើអ្វីដែលខុសប្លែកពីអាហាររបស់អ្នកទេ (ឧទាហរណ៍ដូចជា កែវិធីខ្ចប់ ឬដាក់ស្លាកអាហារ)។
    - អាជីវកម្មណាដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់អាចលក់តែអាហាររបស់អ្នកដោយផ្ទាល់ជូនអតិថិជនរបស់ពួកគេ ហើយមិនអាចលក់ទៅឲ្យអាជីវកម្មផ្សេងទៀតទេ។ ឧទាហរណ៍ពីអ្នកដែលអាចប្រើប្រាស់ផែនការនេះរួមមានដូចជាអ្នកដុតនំដែលលក់នំផាយ នំខេក នំចំណិតផ្សេងៗ ។ល។ ឲ្យទៅហាងកាហ្វេ ឬក៏ហាងលក់សាច់រាយដែលផ្តល់សាច់ក្រក/សាច់ស្ទេក ។ល។ ឲ្យទៅភោជនីយដ្ឋាននានា។
- នៅពេលអាហារចាកចេញពីហាងរបស់អ្នក អ្នកមិនអាចរក្សាវាឲ្យមានសុវត្ថិភាព និងភាពសមស្របទៀតទេ – អ្នកពឹងទៅលើអ្នកផ្សេងឲ្យធ្វើកិច្ចការនេះសម្រាប់អ្នក។
- អ្នកត្រូវការស្គាល់ឈ្មោះ និងព័ត៌មានទំនាក់ទំនងលម្អិតនៃអាជីវកម្មទាំងឡាយណាដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់ជាប្រចាំ ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចប្រមូលអាហារណាមួយមកវិញ ប្រសិនបើមានបញ្ហា។
- អតិថិជនទាំងឡាយណាដែលបរិភោគអាហាររបស់អ្នកត្រូវការដឹងថាមានអ្វីខ្លះនៅក្នុងអាហារនេះ។ ប្រសិនបើអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មផ្សេងដែលលក់អាហាររបស់អ្នក អ្នកត្រូវការផ្តល់ព័ត៌មានគ្រប់គ្រាន់ដល់ពួកគេ ដើម្បីឲ្យពួកគេអាចឆ្លើយសំណួរណាមួយស្តីពីមានអ្វីខ្លះនៅក្នុងអាហារ។

K

ដឹង

- ប្រសិនបើអ្នកយល់ថា ភាគច្រើន អ្នកធ្វើអាហារដើម្បីលក់ឲ្យអាជីវកម្មផ្សេង អ្នកអាចកំពុងតែប្រើប្រាស់ផែនការខុសហើយ។ សូមទាក់ទងមកក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមតាម (foodactinfo@mpi.govt.nz) ដើម្បីសុំជំនួយ។
- ប្រសិនបើអ្នកចង់ផ្គត់ផ្គង់ផលិតផលរបស់អ្នកទៅឲ្យអាជីវកម្មមួយទៀត ជាកញ្ចប់ដែលអាជីវកម្មទាំងនោះបានបញ្ជាក់ (ឧទាហរណ៍ដូចជា ដោយមានផ្លាកយីហោពួកគេ) ជាជាងរបៀបដែលអ្នកប្រើប្រាស់ដើម្បីផ្គត់ផ្គង់អតិថិជនរបស់អ្នកផ្ទាល់ អ្នកមិនអាចប្រើផែនការនេះបានទេ។ សូមទាក់ទងមកក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមតាម (foodactinfo@mpi.govt.nz) ដើម្បីសុំជំនួយ។

D

ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- អ្នកត្រូវការរក្សាកំណត់ត្រាអំពី៖
  - អាជីវកម្មណាមួយដែលអ្នកដឹងថាផ្គត់ផ្គង់អាហារទៅឲ្យ
  - ផលិតផលដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មទាំងនោះ
  - ចំនួនដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មទាំងនោះ
  - កាលបរិច្ឆេទដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មទាំងនោះ។
- អ្នកត្រូវតែផ្តល់ព័ត៌មានឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់ដល់អាជីវកម្មអាហារទាំងអស់ដែលលក់អាហាររបស់អ្នក ដើម្បីឲ្យពួកគេអាចឆ្លើយសំណួរណាមួយស្តីពីមានអ្វីខ្លះនៅក្នុងអាហារ។ អនុវត្តតាមប័ណ្ណ **'ការវេចខ្ចប់ និងដាក់ស្លាកអាហាររបស់អ្នក'** និង **'ការដឹងថាមានអ្វីខ្លះនៅក្នុងអាហាររបស់អ្នក'**។
- អ្នកត្រូវតែប្រាប់អាជីវកម្មណាដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់ឲ្យដឹងអំពីវិធីដើម្បើរក្សាអាហាររបស់អ្នកឲ្យមានសុវត្ថិភាព និងរយៈពេលដែលអាចរក្សាទុកអាហារនេះនៅមុនពេលប្រើប្រាស់ ឬក៏បោះចោល។
- អ្នកមិនត្រូវកែប្រែវិធីដែលអ្នកវេចខ្ចប់ ឬដាក់ស្លាកអាហារឲ្យខុសពីវិធីដែលអ្នកធ្វើជូនអតិថិជនរបស់អ្នកឡើយ ទោះជាអាជីវកម្មដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់សំណូមពរឲ្យអ្នកធ្វើក៏ដោយ។
- ប្រសិនបើអ្នករកឃើញថាអាហារដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មមួយមានបញ្ហាអ្វីមួយនោះ អ្នកត្រូវអនុវត្តតាមប័ណ្ណ **'ការប្រមូលអាហាររបស់អ្នកត្រឡប់មកវិញ'** ហើយនិងធ្វើតាមប័ណ្ណ **'នៅពេលមានបញ្ហាអ្វីមួយ'** ។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នកនូវ**កំណត់ត្រា** អំពី៖
    - អាជីវកម្មណាមួយដែលអ្នកដឹងថាផ្គត់ផ្គង់អាហារទៅឲ្យ
    - ផលិតផលដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មទាំងនោះ
    - ចំនួនដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មទាំងនោះ

    កាលបរិច្ឆេទដែលអ្នកបានផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មទាំងនោះ។
- បង្ហាញ ឬពន្យល់ដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នកនូវ៖
    - វិធីដែលអ្នកដឹងថាអាជីវកម្មណាមួយដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់អាហារទៅឲ្យ សម្រាប់លក់ដោយផ្ទាល់ជូនដល់អតិថិជនរបស់ពួកគេ
    - វិធីដែលអ្នកវេចខ្ចប់អាហារណាដែលអ្នកផ្គត់ផ្គង់ទៅឲ្យអាជីវកម្មផ្សេង ហើយ (ប្រសិនបើសមស្រប) វិធីដែលអ្នកដាក់ស្លាកអាហារ។

ការបិទ

ការលាងសម្អាត

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- មេរោគនឹងលូតលាស់នៅផ្ទៃលើ និងសម្ភារៈកខ្វក់ ហើយអាចធ្វើឲ្យអតិថិជនរបស់លោកអ្នកឈឺបាន។
- ទីកន្លែងកខ្វក់អាចទាក់ទាញសត្វល្អិត ដូចជាកណ្ដុរប្រមេះ កណ្ដុរប្រែង និងកន្លាតដែលអាចចម្លងជំងឺ។
- លោកអ្នកចាំបាច់ត្រូវយកសម្រាមចេញដើម្បីកុំឲ្យវាទាក់ទាញសត្វចំលងមេរោគ។
- ការយកសម្រាមចេញកាត់បន្ថយហានិភ័យដែលមនុស្ស/សម្លៀកបំពាក់អាចឆ្លងមេរោគ ហើយនិងហានិភ័យដែលអាហាររបស់លោកអ្នកអាចឆ្លងមេរោគ។
- ការប្រើប្រាស់ទឹកមិនស្អាតអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺបាន។
- ការលាងសម្អាត និងធ្វើអនាម័យជារឿងពីរផ្សេងគ្នា៖
  - ការលាងសម្អាតគឺជាការជូតធូលី និងខ្លាញ់ចេញ
  - ការធ្វើអនាម័យគឺជាការសម្លាប់មេរោគគ្រោះថ្នាក់នៅផ្ទៃលើ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

ការប្រើប្រាស់អាហារមានសុវត្ថិភាព

- បោះចោលអាហារក្នុងស្តុកឲ្យបានមុនពេលផុតកំណត់ចូលមកដល់។
- បោះចោលអាហារដែលបានរក្សាទុកឲ្យក្ដៅនៅពេលដាក់តាំង ឬត្រជាក់យ៉ាងរហ័សហើយដាក់ក្នុងទូទឹកកកដើម្បីប្រើទាំងត្រជាក់នៅថ្ងៃបន្ទាប់។
- បោះចោលអាហារ ឬគ្រឿងផ្សំណាដែលបានឆ្លងមេរោគ។
- បោះចោលសាច់ប្រឡាក់ និងប្រដាប់ខ្ចប់ដែលនៅសល់។

ការបិទ

D

ធ្វើ

- បោះចោលទឹកប្រឡាក់សាច់ ឬទឹកត្រាំជ្រក់ដែលនៅសល់។
- បោះចោលអាហារណាដែលប៉ះពាល់ផ្ទាល់ជាមួយទឹកមិនស្អាត។
- ត្រូវដាក់ស្លាក និងរក្សាទុកឲ្យបានត្រឹមត្រូវនូវអាហារនៅសល់ទាំងអស់ដែលមានសុវត្ថិភាពអាចប្រើបានថ្ងៃក្រោយទៀត (ឧទាហរណ៍ អាហារត្រជាក់ដាក់ក្នុងទូទឹកកក អាហារត្រូវការពារកុំឲ្យឆ្លងមេរោគដាក់ក្នុងប្រអប់ជាដើម)។

លាងសម្អាតកន្លែងរៀបចំអាហាររបស់លោកអ្នក

- រៀបចំ និង/ឬបោកខោអាវកខ្វក់ (ប្រសិនបើលោកអ្នកជ្រើសរើសផ្គត់ផ្គង់ខោអាវស្អាតដល់បុគ្គលិករបស់លោកអ្នក)។
- ចាក់សំរាមចេញពីធុងឲ្យអស់ និងយកសម្រាមចេញពីកន្លែងធ្វើអាហារនៅពេលបិទហាង និងនៅពេលសម្រាមពេញធុង។
- បោះសម្រាមចោលឲ្យបានទៀងទាត់។
- លាងសំអាតធុងសម្រាម និងកន្លែងដាក់សម្រាមឲ្យបានទៀងទាត់។
- លោកអ្នកត្រូវលាងសម្អាត និងធ្វើអនាម័យផ្ទៃខាងក្រៅដែលប៉ះពាល់ជាមួយអាហារ។
- លោកអ្នកត្រូវប្រើទឹកក្តៅលាយសាប៊ូ ឬជាតិគីមីដែលមានគុណភាពសម្រាប់លាងសម្អាតកន្លែងធ្វើអាហារ។
- ជានិច្ចកាល អនុវត្តតាមការណែនាំនៅពេលប្រើជាតិគីមីសម្រាប់លាងសម្អាត។
- ជានិច្ចកាល ធ្វើអនាម័យកន្លែង និងសម្ភារៈរៀបចំអាហារបន្ទាប់ពីលាងសម្អាត។
- លោកអ្នកត្រូវតែប្រើទឹកស្អាតសម្រាប់លាងកន្លែង និងសម្ភារៈរៀបចំអាហាររបស់លោកអ្នក។
- លោកអ្នកត្រូវតែបោស បូមធូលី និង/ឬជូតគ្រប់កន្លែងទាំងអស់ក្នុងហាងអាហាររបស់លោកអ្នក។

ការបិទ

S

បង្ហាញ

តើលោកអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
    - ការងារប្រចាំនៅ 'មុនពេលបិទហាង' របស់លោកអ្នក ដោយរួមមានទាំងការពិនិត្យឥវ៉ាន់ក្នុងស្តុក។
    - **កំណត់ត្រា** ស្តីពីការងារលាងសម្អាតរបស់លោកអ្នក អ្នកណាជាអ្នកលាងសម្អាត និងលាងនៅពេលណា
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីយកកាកសំណល់ចេញ
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីលាងសម្អាតធុងសម្រាម និងកន្លែងដាក់សម្រាម ហើយអ្នកណាជាអ្នកទទួលខុសត្រូវ
    - ថាទីកន្លែង និងឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ស្អាតល្អ ហើយថាខោអាវកខ្វក់ត្រូវបោកបើសិនចាំបាច់
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីលាងសម្អាត និងធ្វើអនាម័យកន្លែង និងឧបករណ៍រៀបចំអាហាររបស់លោកអ្នក
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីប្រើជាតិគីមីប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។

ការថែទាំឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ និងហាង

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើទីកន្លែងនិងឧបករណ៍របស់លោកអ្នកមិនបានរៀបចំឡើងឲ្យបានត្រឹមត្រូវសម្រាប់ប្រើដើម្បីធ្វើអាហារទេ វាមិនមានស្ថានភាពល្អ និង/ឬមិនដំណើរការល្អទេនោះ លោកអ្នកអាចធ្វើអាហារដែលគ្មានសុវត្ថិភាព និង/ឬមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគឡើយ។
- វាជាការសំខាន់ដើម្បីវាយតំលៃទីកន្លែងដែលលោកអ្នកធ្វើអាហារ និងធានាថាវាមិនធ្វើពីសម្ភារៈដែលអាចចម្លងមេរោគដល់អាហារ ងាយលាងសម្អាត មានសេវាកម្មចាំបាច់នានា (ឧទាហរណ៍ ភ្លើង ទឹក) និងធំល្មមសម្រាប់សកម្មភាពធ្វើអាហារទាំងអស់ (និងបុគ្គលិក) ដែលលោកអ្នកមាន។ លោកអ្នកត្រូវពិនិត្យឲ្យបានទៀងទាត់ថាទាំងអស់នេះស្ថិតនៅជាការពិត (បានថែទាំ) សម្រាប់អាជីវកម្មរបស់លោកអ្នក។
- ប្រសិនបើទីកន្លែង និងឧបករណ៍របស់លោកអ្នកមិនមានស្ថានភាពល្អ និង/ឬមិនដំណើរការល្អ លោកអ្នកអាចធ្វើអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព និង/ឬមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។
- ឧបករណ៍បាក់បែក និងអគារដែលខ្វះការថែទាំ (ឧទាហរណ៍ មានប្រហោងនៅតាមឥដ្ឋ និងជញ្ជាំង) អាចបណ្ដាលអោយមានសត្វល្អិត និងមេរោគចូលក្នុងអាហាររបស់លោកអ្នកបាន។ នេះអាចនាំឲ្យអាហារគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។
- ទឹកដែលលោកអ្នកប្រើសម្រាប់រៀបចំអាហារ ការលាង និងសម្អាតដៃចាំបាច់ត្រូវតែស្អាតជានិច្ច។ លោកអ្នកត្រូវដឹងពី របៀបជួសជុល និងថែទាំបំពង់បង្ហូរទឹក ធុងទឹក និង ប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក។ល។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ពិនិត្យទីកន្លែងរបស់លោកអ្នក រកមើលសញ្ញាខូចខាត (ឧទាហរណ៍ មានប្រហោងនៅតាមឥដ្ឋ និងជញ្ជាំង) និងធ្វើការជួសជុលតាមការចាំបាច់។
- ពិនិត្យឧបករណ៍របស់លោកអ្នករកមើលសញ្ញាខូចខាត និងធ្វើការជួសជុលតាមការចាំបាច់។
- ថែទាំឧបករណ៍របស់លោកអ្នកជាប្រចាំ ហើយប្រសិនបើចាំបាច់ពិនិត្យកែសម្រួលទៅតាមកាលវិភាគពិនិត្យកែសម្រួលរបស់លោកអ្នក។
- សមាសធាតុប្រើសម្រាប់ការថែទាំ និងជាតិគីមីត្រូវតែ៖
    - មានស្លាកគ្រប់ទាំងអស់ ទុក បិទភ្ជិត និងប្រើប្រាស់ទៅតាមការណែនាំរបស់រោងចក្រផលិត
    - រក្សាទុក និងដឹកជញ្ជូនក្នុងប្រអប់ដែលខុសគ្នាពីប្រដាប់ដាក់អាហារ។
- លោកអ្នកត្រូវតែគ្រប់គ្រង និងត្រួតពិនិត្យសត្វបង្កមេរោគដោយ៖
    - ☐ ជួលអ្នកជំនាញសម្លាប់សត្វបង្កមេរោគ ឬ
    - ☐ គ្រប់គ្រងហានិភ័យនេះដោយខ្លួនឯង។

សម្រាប់ការផ្គត់ផ្គង់ទឹកទាំងអស់

- បំពង់បង្ហូរទឹកត្រូវដំណើរការល្អដើម្បីបញ្ឈប់សត្វចតុបាទ សត្វស្លាប ធូលី និងកាកសំណល់កុំឲ្យចម្លងមេរោគទៅក្នុងទឹករបស់លោកអ្នក។
- ជានិច្ចកាល ចុចបង្ហូរទឹកតាមបំពង់បង្ហូរទឹកបន្ទាប់ពី៖
    - ជួសជុល និងថែទាំ
    - បន្ទាប់ពីខានប្រើទឹករយៈពេល 7 ថ្ងៃដើម្បីបង្ហូរទឹកកខ្វក់ចេញ
- រក្សាធុងទឹក៖
    - ឲ្យស្អាត និងមានសភាពល្អកុំឲ្យមានកើតកករ និង
    - គ្របវាដើម្បីកុំឲ្យសត្វចតុបាទ សត្វស្លាប និងធូលីចម្លងមេរោគចូលក្នុងទឹក។

ការបិទ

D

ធ្វើ

សម្រាប់តែប្រព័ន្ធទឹកនៅលើ ឬក្រោមដី

- លោកអ្នកត្រូវតម្លើង ដាក់ឲ្យដំណើរការ និងថែទាំប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក ទៅតាមការណែនាំរបស់រោងចក្រផលិត។
- លោកអ្នកត្រូវអនុវត្តតាមការណែនាំរបស់រោងចក្រផលិតក្នុងការប្តូរ និងលាងសម្អាតតម្រងចម្រោះទឹក។
- ត្រូវរៀបចំ និងថែទាំរន្ធបង្ហូរដើម្បីការពារកុំឲ្យមានការឆ្លងមេរោគពីផ្ទៃកខ្វក់ខាងក្រៅ។

សម្រាប់តែការផ្គត់ផ្គង់ទឹកពីដំបូល

- ចាំបាច់ត្រូវយកទឹកពីដំបូលដែលស្អាត ហើយទរទឹកត្រូវធ្វើពីសម្ភារៈដែលមានសុវត្ថិភាព (ឧទាហរណ៍ ថ្នាំពណ៌គ្មានជាតិសំណរ ជ័រកៅស៊ូ ទរឈើ ឬស្ពាន់)។
- លោកអ្នកត្រូវកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការចម្លងមេរោគឲ្យបានច្រើនតាមដែលអាចធ្វើបាន។ ការកាត់បន្ថយហានិភ័យនេះរួមមាន៖
    - ការដាក់របាំងបិទលើទរទឹក និង
    - យកមែកឈើ និងរុក្ខជាតិផ្សេងៗដែលគ្របលើទរចេញ និង
    - ដាក់អង់តែន និងថាសផ្កាយរណបឲ្យឆ្ងាយពីកន្លែងយកទឹក និង
    - តម្លើងឧបករណ៍សម្រាប់បង្ហូរទឹកភ្លៀងធ្លាក់ដំបូងចេញ (ឧបករណ៍ដែលបង្វែរទឹកហូរដំបូងចេញពីអាងទឹក នៅពេលមានភ្លៀង)
- លោកអ្នកត្រូវតម្លើង ដាក់ឲ្យដំណើរការ និងថែទាំប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក (ឧទាហរណ៍ ប្តូរតម្រងច្រោះទឹក) ទៅតាមការណែនាំរបស់រោងចក្រផលិត។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
    - អ្វីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីត្រួតពិនិត្យមើលឲ្យបានដឹងថាទីកន្លែង និង ឧបករណ៍របស់លោកអ្នកគឺបង្កើតឡើងសម្រាប់ប្រើប្រាស់ក្នុងការធ្វើអាហារ និងនៅដំណើរការល្អ
    - លោកអ្នកពិនិត្យមើលការថែទាំញឹកញាប់ប៉ុណ្ណា
    - អ្វីដែលលោកអ្នកពិនិត្យមើលនៅពេលធ្វើការត្រួតពិនិត្យការថែទាំ
    - **កំណត់ត្រា**ស្តីពីការងារថែទាំ ឬការជួសជុលជាប្រចាំ អ្នកណាជាអ្នកធ្វើការងារទាំងនេះ ហើយធ្វើនៅពេលណា
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីសម្លាប់សត្វចម្លងមេរោគ
    - លោកអ្នកពិនិត្យ និងថែទាំប្រព័ន្ធទឹក និងធុងទឹកញឹកញាប់ប៉ុណ្ណា។ ព្រមទាំង **កំណត់ត្រា**ស្តីពីអ្នកណាជាអ្នកធ្វើ និងធ្វើនៅពេលណា។
- អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនឹងពិនិត្យមើលថាលោកអ្នកកំពុងពិនិត្យកែសម្រួលឧបករណ៍របស់លោកអ្នកបានត្រឹមត្រូវតាមការណែនាំឬទេ។

សម្រាប់តែ-ទឹកដែលផ្គត់ផ្គង់ដោយខ្លួនឯងប៉ុណ្ណោះ (ផ្គត់ផ្គង់ទឹកលើដី ទឹកក្រោមដី ឬទឹកពីដំបូល)

- បង្ហាញថាតើលោកអ្នកត្រួតពិនិត្យមើល និងថែទាំប្រព័ន្ធសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹករបស់លោកអ្នក (ដូចជា ការប្តូរតម្រងចំរោះទឹក) ញឹកញាប់ប៉ុណ្ណា។

នៅពេលមានបញ្ហាអ្វីមួយ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- លោកអ្នក ត្រូវរក្សាទុកកំណត់ត្រារយៈពេលយ៉ាងហោចណាស់ ៤ឆ្នាំ។
- កំណត់ត្រាត្រូវរៀបរាប់ឲ្យច្បាស់ថាអ្វីដែលមានបញ្ហា អ្នកណាជាប់ពាក់ព័ន្ធ និងបញ្ហាដោះស្រាយបានដោយរបៀបណា។
- អ្វីៗគ្រប់យ៉ាងមិនដំណើរការដូចដែលបានរំពឹងទុករាល់ពេលនោះទេ។ លោកអ្នកត្រូវតែមាននីតិវិធីដោះស្រាយអ្វីដែលមានបញ្ហានៅក្នុងផែនការរបស់លោកអ្នក។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ចាត់វិធានការជាបន្ទាន់នៅពេលរកឃើញថាមានបញ្ហាប៉ះពាល់ដល់សុវត្ថិភាព និង/ឬភាពសមរម្យរបស់អាហារ។ កត់ត្រានូវសកម្មភាពដែលលោកអ្នកបានធ្វើ។
- ប្រើកំណត់ត្រារបស់លោកអ្នកដើម្បីពិនិត្យមើលសកម្មភាពកាលពីសប្តាហ៍មុន/ពីរបីថ្ងៃកន្លងទៅ។ កំណត់រកមើលថាតើមានអ្វីមួយនៅក្នុងផែនការរបស់លោកអ្នកមានបញ្ហាដែរឬទេ ដូចជា៖
    - សីតុណ្ហភាពទូរទឹកកកឡើងខ្ពស់ពេក
    - មានសញ្ញាថាមានសត្វឆ្លងមេរោគចូលមកក្នុងបរិវេណ
    - អាហារដែលបានទទួលវាមិនបានរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ
    - សាច់បសុបក្សីមិនបានចំអិនឲ្យដល់សីតុណ្ហភាពយ៉ាងហោចណាស់ 65 អង្សាសេ ក្នុងរយៈពេល15 នាទី
    - អាហារមិនបានកំដៅឡើងវិញឲ្យបានលើសពីសីតុណ្ហភាព 75 អង្សាសេ
    - ប្រើពេលយូរពេកក្នុងការធ្វើឲ្យអាហារត្រជាក់
    - អាហារត្រូវបានដឹកជញ្ជូនក្នុងសីតុណ្ហភាពមិនត្រឹមត្រូវ។

D

ធ្វើ

- ប្រសិនបើមានបញ្ហាអ្វីមួយ ត្រូវកំណត់រកឲ្យឃើញថាបញ្ហានេះចាប់ផ្ដើមពីកន្លែងណា ហើយកើតឡើងប៉ុន្មានដងហើយ។ កំណត់រកឲ្យឃើញថា តើមាននិតិវិធីណាមួយដែល មិនបានដាក់បញ្ចូលក្នុងផែនការរបស់លោកអ្នកដែរឬទេ
- តើអាហារដែលលោកអ្នកផលិតគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគដែរឬទេ? តើលោកអ្នកត្រូវប្រាប់អតិថិជនលោកអ្នកឬទេ?
- ដោះស្រាយបញ្ហាដោយខ្លួនឯង ឬប្រាប់ដល់អ្នកទទួលខុសត្រូវនៅផ្នែកនោះអំពីបញ្ហាដែលបានកើតឡើង។
- ចាត់វិធានការទប់ស្កាត់កុំឲ្យបញ្ហាកើតមានសារជាថ្មីម្តងទៀត។
- រក្សាទុកកំណត់ត្រាច្បាស់លាស់ ត្រឹមត្រូវ និងពេញលេញឲ្យបានយ៉ាងហោចណាស់ចំនួន ៤ឆ្នាំ។
- ជូនដំណឹងដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់ឲ្យបានដឹង ប្រសិនបើអាហារណាមួយរបស់លោកអ្នកក្លាយជាគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ នៅពេលលោកអ្នកបានអនុវត្តតាមនិតិវិធីនៅក្នុងផែនការរបស់លោកអ្នក។

S

បង្ហាញ

តើលោកអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ**កំណត់ត្រា**របស់លោកអ្នកចាប់ពីពេលដែលមានបញ្ហាកើតឡើង។
- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ**កំណត់ត្រា** នៃ៖
  - តើបញ្ហាអ្វីដែលបានកើតឡើង
  - អ្វីដែលលោកអ្នកបានធ្វើដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាជាបន្ទាន់
  - តើលោកអ្នកបានផ្លាស់ប្តូរអ្វីខ្លះដើម្បីបញ្ឈប់កុំឲ្យកើតមានបញ្ហានេះជាថ្មីទៀត
  - តើលោកអ្នកបានធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីរក្សាទុកអាហារអោយមានសុវត្ថិភាព ឬដើម្បីធានាថាអ្នកមិនបានលក់អាហារដែលគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគដល់អតិថិជន។

ការដោះ ស្រាយបណ្ដឹងរបស់អតិថិជន

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- លោកអ្នកត្រូវមានសមត្ថភាពកំណត់បានថាតើវាជាពាក្យបណ្ដឹងស្ដីពីសុវត្ថិភាព ភាពសមរម្យ និងគុណភាពរបស់អាហារមែនឬមិនមែន។
- ត្រូវដោះស្រាយបណ្ដឹងរបស់អតិថិជនអំពីសុវត្ថិភាព និង/ឬភាពសមរម្យរបស់អាហារសម្រាប់បរិភោគជាបន្ទាន់។
- លោកអ្នកត្រូវមានអ្នកទទួលខុសត្រូវក្នុងការដោះស្រាយបណ្ដឹងរបស់អតិថិជន។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- កំណត់រកមើលថា តើអ្នកណាជាអ្នកទទួលខុសត្រូវខាងពាក្យបណ្ដឹង៖
  ☐ អ្នកគ្រប់គ្រងប្រចាំថ្ងៃ ឬ ☐ អ្នកមានសិទ្ធិសម្រេច
  (គូសយកមនុស្សសមស្រប)
  ឈ្មោះ៖ ____________________
- កំណត់រកមើលថា តើពាក្យបណ្ដឹងជាពាក្យបណ្ដឹងស្ដីពីសុវត្ថិភាព ភាពសមរម្យ និងគុណភាពអាហារ មែនឬទេ។
- ប្រសិនបើពាក្យបណ្ដឹងប៉ះពាល់សុវត្ថិភាព និង/ឬភាពសមរម្យរបស់ក្រុមអាហារ ឬអាហារមួយមុខ លោកអ្នកត្រូវដាក់អាហារទាំងនោះឲ្យនៅដាច់ពីគ្នា រហូតដល់អាចបញ្ជាក់បានថាវាមានសុវត្ថិភាព ឬបោះចោលអាហារដែលរងការប៉ះពាល់ និងគ្រឿងផ្សំដែលពាក់ព័ន្ធ
  - ពិនិត្យមើលអាហារនៅកន្លែងជាមួយគ្នា ឬអាហារបានរៀបចំនៅពេលជាមួយគ្នា
  - កំណត់រកមើលថា តើបញ្ហាបានចាប់ផ្ដើមនៅកន្លែងណា
  - ដោះស្រាយបញ្ហា
  - ចាត់វិធានការទប់ស្កាត់កុំឲ្យបញ្ហាកើតមានជាថ្មីម្ដងទៀត។

D ធ្វើ

- ជូនដំណឹងដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នក៖
  - ប្រសិនបើ អ្នកដែលបរិភោគអាហាររបស់លោកអ្នកធ្លាក់ខ្លួនឈឺ ឬ
  - អាចធ្លាក់ខ្លួនឈឺប្រសិនបើគេបរិភោគអាហាររបស់លោកអ្នក

S បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញដល់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ **កំណត់ត្រា**ស្តីពីបញ្ហាទាំងអស់ដូចខាងក្រោម ប្រសិនបើពាក្យបណ្តឹងស្តីពីសុវត្ថិភាព ឬភាពសមរម្យរបស់អាហារ៖
  - ព័ត៌មានទំនាក់ទំនងលម្អិតរបស់បុគ្គលដែលដាក់ពាក្យបណ្តឹង
  - កាលបរិច្ឆេទនិងពេលវេលាដែលគេបានទិញអាហាររបស់លោកអ្នក
  - អាហាររបស់លោកអ្នកដែលមានបញ្ហា ដោយរួមទាំងលេខសំគាល់ក្រុម/បរិមាណអាហារនោះ
  - តើពាក្យបណ្តឹងនិយាយអំពីអ្វី
  - មូលហេតុនៃបញ្ហា
  - សកម្មភាពដែលលោកអ្នកបានធ្វើភ្លាមៗ និងសកម្មភាពដែលលោកអ្នកបានធ្វើដើម្បីការពារកុំឲ្យមានបញ្ហាប្រភេទនេះអាចកើតឡើងជាថ្មីម្តងទៀត។

ការដោះស្រាយបញ្ហា

ការតាមដានអាហាររបស់អ្នក

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- លោកអ្នកត្រូវតែមានលទ្ធភាពតាមដានអាហាររបស់លោកអ្នក ប្រសិនបើផលិតផលដែលលោកអ្នកធ្វើបានប្រែក្លាយទៅជាគ្មានសុវត្ថិភាព និងមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។
- លោកអ្នកមានជម្រើស 2 សម្រាប់តាមដានអាហាររបស់លោកអ្នក៖
  1. កត់ត្រាព័ត៌មានទាំងអស់ (ដោយរួមទាំងព័ត៌មានអំពីក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ ដោយមានលេខសំគាល់ក្រុម/បរិមាណអាហារនោះ) ដើម្បីឲ្យលោកអ្នកអាចតាមដាន និងប្រមូលផលិតផលរបស់លោកអ្នកមកវិញបាន (បើចាំបាច់) ឬ
  2. កត់ត្រាតែព័ត៌មានអប្បបរមាដែលត្រូវការចាំបាច់ និងប្រមូលយកអាហារទាំងអស់មកវិញ ប្រសិនបើមានបញ្ហា។
- ព័ត៌មានអប្បបរិមាដែលលោកអ្នកត្រូវរក្សាទុក ពេលទទួលផលិតផលអាហារគឺ៖
  - ឈ្មោះ និងព័ត៌មានទាក់ទងលម្អិតរបស់ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់
  - ប្រភេទ និងចំនួនអាហារ
  - សីតុណ្ហភាពអាហារ ប្រសិនបើវាត្រូវការរក្សានៅក្នុងសីតុណ្ហភាពជាក់លាក់មួយដើម្បីធានាថាវាមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកជ្រើសយកជម្រើសទី1 លោកអ្នកត្រូវមានផែនការជាលាយល័ក្ខអក្សរដើម្បីឲ្យអាចតាមដានអាហារ និងប្រមូលមកវិញបើចាំបាច់ ប្រសិនបើមានបញ្ហាលើសុវត្ថិភាពអាហារ ជាមួយផលិតផល ឬគ្រឿងផ្សំណាមួយនៅក្នុងផលិតផលរបស់លោកអ្នក។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកជ្រើសយកជម្រើសទី2 លោកអ្នកត្រូវប្រមូលមកវិញ ឬបោះចោលអាហារដែលមិនល្អទាំងនោះ។

K

ដឹង

- ជម្រើសទី2 អាចចំណាយប្រាក់ច្រើន បើមានបញ្ហាលើសុវត្ថិភាពអាហារ លោកអ្នកត្រូវប្រមូលមកវិញ ឬបោះចោលអាហារមិនល្អទាំងអស់ដែលធ្វើនៅក្នុងកន្លែងលោកអ្នក។
- លោកអ្នកត្រូវរក្សាទុកព័ត៌មានជាក់លាក់ស្ដីពីអាហារដែលលោកអ្នកនាំចូលមក។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ដើម្បីតាមដានអាហារដែលនាំចូល លោកអ្នកត្រូវរក្សាទុក៖
    - ឈ្មោះ និងព័ត៌មានទាក់ទងលម្អិតរបស់
        - ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់របស់លោកអ្នក
        - ក្រុមហ៊ុនផលិតអាហារ
    - ព័ត៌មានណាមួយដែលបង្ហាញថាអាហារ៖
        - ត្រូវបានវាយតម្លៃ ឬបញ្ជាក់ថាមានសុវត្ថិភាព និងសមរម្យសម្រាប់បរិភោគ
        - ត្រូវបានដឹកជញ្ជូន និងទុកដាក់ប្រកបដោយសុវត្ថិភាពដើម្បីជៀសវាងការខូចខាត និងឆ្លងរោគ
    - ការពិពណ៌នាពីអាហារ ដោយរួមមានទំនិញ ម៉ាក និងលេខសំគាល់ក្រុម ឬបរិមាណទំនិញ
    - ព័ត៌មានណាដែលនឹងអនុញ្ញាតឲ្យយើងតាមដានអាហារបានដូចជា៖
        - ពីក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ ដល់ក្រុមហ៊ុននាំចូលដែលបានចុះបញ្ជីរួច
        - ក្នុងពេលទំនិញនៅក្រោមការកាន់កាប់របស់ក្រុមហ៊ុននាំចូលដែលបានចុះបញ្ជីរួច
        - ដល់អ្នកបន្ទាប់ដែលអាហារត្រូវបានផ្ទេរឲ្យ (ក្រៅពីអតិថិជនចុងក្រោយ)។
- សម្រាប់អាហារទាំងអស់ សូមជ្រើសរើសមួយ (គូសយកចំណុចសមស្រប)៖

☐ ជម្រើសទី 1 – កត់ទុកព័ត៌មានទាំងអស់ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចប្រមូលយកអាហារដែលមានបញ្ហាមកវិញ ឬ

☐ ជម្រើសទី 2 – កត់ទុកព័ត៌មានកម្រិតអប្បបរមា។

D
ធ្វើ

ប្រសិនបើលោកអ្នកជ្រើសយកជម្រើសទី1៖

- លោកអ្នកត្រូវមានផែនការសម្រាប់កត់ត្រា ថាតើអាហាររបស់លោកអ្នកបាន ចេញមកពីណា ហើយនិងបានយកទៅទីណា
- បុគ្គលិករបស់លោកអ្នកត្រូវចេះអនុវត្តតាមផែនការ (ដូចជាការកត់ត្រាលេខសំគាល់ក្រុម/បរិមាណទំនិញ និងកន្លែងដែលត្រូវរកព័ត៌មានស្ដីពីផលិតផលដែលបានវេចខ្ចប់រួច)។

S
បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- **កំណត់ត្រា** ស្ដីពីព័ត៌មានទាំងអស់ដែលមាននៅក្នុងផ្នែក ធ្វើ ប្រសិនបើលោកអ្នកនាំចូលអាហារ។
- ប្រសិនបើលោកអ្នកជ្រើសយកជម្រើសទី 1 គឺត្រូវមាន**កំណត់ត្រា** នៃព័ត៌មានទាំងអស់ស្ដីពីលេខសំគាល់ក្រុម/បរិមាណទំនិញ។
- ប្រសិនលោកអ្នកជ្រើសយកជម្រើសទី 2 គឺត្រូវមាន**កំណត់ត្រា** នៃព័ត៌មានអប្បបរមាដែលត្រូវការ។

ការដោះស្រាយបញ្ហា

ការប្រមូលអាហាររបស់អ្នកមកវិញ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- អាហារដែលគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមរម្យសម្រាប់បរិភោគអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺបាន។
- លោកអ្នកត្រូវតែអាចប្រមូលអាហាររបស់លោកអ្នកមកវិញ ប្រសិនបើវាមានបញ្ហា។
- កំណត់ត្រាដែលលោកអ្នករក្សាទុកអាចជួយលោកអ្នកបាន ប្រសិនបើមានករណីត្រូវប្រមូលយកអាហារមកវិញ។
- មានព័ត៌មានដែលមានប្រយោជន៍ស្តីពីការប្រមូលអាហារមកវិញនៅលើគេហទំព័ររបស់ក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើម តាមអាសយដ្ឋាន៖ http://www.foodsafety.govt.nz/recalls-warnings/
- អាចមានមូលហេតុ 2 យ៉ាង សម្រាប់ការប្រមូលអាហារមកវិញ៖
  1. ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់របស់លោកអ្នកអាចត្រូវការប្រមូលមកវិញនូវផលិតផលអាហារ ឬឧបករណ៍ ឬកញ្ចប់អាហារដែលលោកអ្នកប្រើប្រាស់ ឬ
  2. លោកអ្នកអាចត្រូវប្រមូលអាហារដែលលោកអ្នកបានផ្ញើមកពីអតិថិជនរបស់លោកអ្នកវិញ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើផលិតផលអាហារ ឬឧបករណ៍ ឬកញ្ចប់ដែលលោកអ្នកបានប្រើក្នុងអាជីវកម្មរបស់លោកអ្នកត្រូវបានប្រមូលយកមកវិញ លោកអ្នកត្រូវ៖
  - អាចកំណត់ថាអាហារលោកអ្នកបានរងការប៉ះពាល់មែន
  - កំណត់ឲ្យដឹងច្បាស់ថាអាហារណាដែលត្រូវប្រមូលមកវិញត្រូវបានដាក់តាំង មានក្នុងស្តុក ឬបានប្រើជាគ្រឿងផ្សំក្នុងអាហារផ្សេងទៀត
  - កំណត់ឲ្យដឹងច្បាស់ថាអាហារដែលត្រូវប្រមូលមកវិញបានប៉ះពាល់នឹងរបស់ផ្សេងៗដែលបានប្រើប្រាស់នៅក្នុងអាជីវកម្មរបស់លោកអ្នក (ដូចជាប្រអប់ជ័រ)

D

ធ្វើ

- អាចអនុវត្តតាម និងឆ្លើយតបទៅនឹងការណែនាំទាំងអស់ដែលមាននៅក្នុងសេចក្តីជូនដំណឹងអំពីការប្រមូលទំនិញមកវិញ
- ទុកកសិផលដែលត្រូវប្រមូលមកវិញឲ្យដាច់ពីគេ និងដាក់ស្លាក 'អាហារប្រមូលត្រឡប់វិញ-កុំយកវាទៅប្រើ'
- ប្រាប់ក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ទំនិញរបស់លោកអ្នកឲ្យបានដឹងថា តើផលិតផលខូចគុណភាពរបស់ពួកគេមានប៉ុន្មាននៅក្នុងអាជីវកម្មអាហាររបស់លោកអ្នក
- រៀបចំឲ្យមានកាប្រមូល និងបោះចោលនូវផលិតផលខូចគុណភាព។

- ប្រសិនបើលោកអ្នកបានធ្វើ និងលក់អាហារដែលគ្មានសុវត្ថិភាព ឬមិនសមរម្យ លោកអ្នកត្រូវធ្វើដូចខាងក្រោមនេះ៖
  - ហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ 0800 00 83 33 និងសួររកក្រុមអនុវត្តច្បាប់អាហារ (ប្រសិនបើក្នុងម៉ោងធ្វើការ) ឬសួររកមន្ត្រីសុវត្ថិភាពអាហារក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមប្រចាំការ (ប្រសិនបើហៅទូរស័ព្ទក្រៅម៉ោងធ្វើការ)
  - បំពេញបែបបទវិភាគគ្រោះថ្នាក់/ហានិភ័យនៃការប្រមូលទំនិញមកវិញ ហើយផ្ញើវាទៅមន្ត្រីទទួលបន្ទុកផ្នែកច្បាប់អាហារ តាមអាសយដ្ឋាន http://www.foodsafety.govt.nz/elibrary/industry/recall-hazard/index.htm
  - លោកអ្នកត្រូវរាយការណ៍ទៅក្រសួងឧស្សាហកម្មវត្ថុធាតុដើមអំពីការសម្រេចចិត្តរបស់លោកអ្នកក្នុងការប្រមូលអាហារមកវិញក្នុងរយៈពេល២៤ ម៉ោង
  - ពង្រាងអត្ថបទប្រកាសផ្សាយក្នុងសារព័ត៌មានដោយប្រើទម្រង់បែបបទដែលសមស្រប៖
    - ទម្រង់បែបបទសេចក្តីប្រកាសពីការប្រមូលអាហារមកវិញ - ផលិតផលទូទៅ http://www.foodsafety.govt.nz/elibrary/industry/Food_Recall_Warning-Advertisement_Microsoft.rtf
    - ទម្រង់បែបបទសេចក្តីប្រកាសពីការប្រមូលអាហារមកវិញ – ការក្រើនរំលឹកពីជាតិបង្កឲ្យមានអាលែកហ្ស៊ី http://www.foodsafety.govt.nz/elibrary/industry/Food_Recall-Advertisement_Microsoft.rtf

D

ធ្វើ

- ◦ ផ្ញើអត្ថបទប្រកាសផ្សាយក្នុងសារព័ត៌មានទៅឲ្យមន្ត្រីទទួលបន្ទុកផ្នែកច្បាប់អាហារ ដើម្បីស្នើសុំការយល់ព្រម។ នៅពេលទទួលបានការអនុម័តហើយ លោកអ្នកអាចចុះផ្សាយអត្ថបទបាន។ ការផ្សាយពាណិជ្ជកម្មទាំងអស់ត្រូវតែមានការអនុញ្ញាតពីមន្ត្រីទទួលបន្ទុកផ្នែកច្បាប់អាហារ មុនពេលផ្សព្វផ្សាយ។
- ◦ សួរមន្ត្រីទទួលបន្ទុកផ្នែកច្បាប់អាហារ ថាតើមានអ្វីទៀតដែលលោកអ្នកត្រូវធ្វើ (ឧទាហរណ៍ សេចក្តីប្រកាសត្រង់ចំណុចលក់ ទម្រង់បែបបទសេចក្តីប្រកាសពីការប្រមូលអាហារមកវិញ http://www.foodsafety.govt.nz/elibrary/industry/Food_Recall-Microsoft_Word.rtf) សេចក្តីប្រកាសព័ត៌មាន (ឧទាហរណ៍ សេចក្តីប្រកាសព័ត៌មាន៖ http://www.foodsafety.govt.nz/elibrary/industry/Example_Press-Demonstrates_Main.htm) ផ្សាយតាមវិទ្យុ ប្រកាសលើវិបសាយថ៍) និងបំពេញទៅតាមអ្វីដែលតម្រូវឲ្យធ្វើ។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវប្រមូលអាហារមកវិញ លោកអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ**កំណត់ត្រា**ស្តីពី៖
  - ◦ បែបបទវិភាគគ្រោះថ្នាក់/ហានិភ័យនៃការប្រមូលអាហាមកវិញដែលបានបំពេញរួច
  - ◦ សំណៅសេចក្តីប្រកាសពីការប្រមូលអាហារមកវិញ

អ្នកឯកទេស

ការធ្វើស៊ុសស៊ី (sushi) ដោយប្រើបាយមានបន្ថែមជាតិជូរ

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ថែមទឹកខ្មេះក្នុងបាយធ្វើឲ្យបាយមានសារធាតុអាស៊ីត។ មេរោគគ្រោះថ្នាក់មិនអាចកើតមានក្នុងបាយដែលមានបន្ថែមជាតិជូរទេ។
- លោកអ្នកអាចធ្វើ sushi ជាមួយបាយដែលមាន ឬគ្មានបន្ថែមជាតិជូរ។ Sushi ដែលធ្វើជាមួយបាយគ្មានបន្ថែមជាតិជូរទុកមិនបានយូរ ដូចជា sushi ដែលធ្វើជាមួយបាយបន្ថែមជាតិជូរនោះទេ។
- លោកអ្នកត្រូវវាស់កម្រិត pH ក្នុងបាយឲ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកុំឲ្យវាបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់អតិថិជន (ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើបាយមានជាតិអាស៊ីតច្រើនពេក (កម្រិត pH តិចជាង 2.4) វាអាចធ្វើអោយរលាកបំពង់កអ្នកបរិភោគបាន តែបើវាមិនមានជាតិអាស៊ីតគ្រប់គ្រាន់វិញ (ឧទាហរណ៍ មានកម្រិតខ្ពស់ជាង 4.6) មេរោគអាចលូតលាស់)។
- អង្ករសម្រូបមិនអាចបន្ថែមជាតិជូរបានទេ ដោយសារតែសំបករឹងដែលនៅគ្របពីលើគ្រាប់អង្ករវាឃាំងមិនអោយល្បាយទឹកខ្មេះជ្រាបចូលក្នុងគ្រាប់អង្ករបាន។
- មានបទដ្ឋានស្តីពីថាតើ sushi អាចទុកខាងក្រៅកន្លែងគ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាពបានយូរប៉ុណ្ណា។ បទដ្ឋាន 2 ម៉ោង/4 ម៉ោងត្រូវបានកែប្រែសម្រួលសម្រាប់ Sushi ដែលធ្វើពីបាយមានបន្ថែមជាតិជូរ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

ធ្វើបាយដែលគ្មានថែមជាតិជូរដោយប្រើអង្ករសម្រិត ឬសម្រូប

- ធ្វើឲ្យបាយដាំឆ្អិនត្រជាក់ចុះពីសីតុណ្ហភាព 60 អង្សាសេទៅដល់សីតុណ្ហភាពក្នុងបន្ទប់ ឬ 21 អង្សាសេ (យកសីតុណ្ហភាពណាដែលត្រជាក់ជាង) ក្នុងរយៈពេល 2 ម៉ោង ហើយចុះដល់ 5 អង្សាសេក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោងបន្ទាប់ទៀត។
- កុំរក្សាទុក sushi និង/ឬ onigiri នៅក្នុងសីតុណ្ហភាពខ្ពស់ជាង 5 អង្សាសេក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោង។

អ្នកឯកទេស

D

ធ្វើ

ធ្វើបាយមានបន្ថែមជាតិជូរ

- លោកអ្នកអាចបន្ថែមជាតិជូរតែក្នុងបាយដាំពីអង្ករសម្រិតតែប៉ុណ្ណោះ។
- ដាំបាយ និងដាក់ទឹកខ្មេះចូលក្នុងបាយភ្លាម នៅពេលវាឆ្អិន។ លោកអ្នកត្រូវកត់ត្រាចំនួនទឹកខ្មេះដែលលោកអ្នកប្រើ។
- បន្ទាប់ពីថែមជាតិជូរក្នុងបាយហើយ លោកអ្នកត្រូវធ្វើតេស្តកម្រិត pH ដោយលាយទឹកស្អាត 1 ភាគ ជាមួយនឹងបាយមានបន្ថែមជាតិជូរចំនួន 3 ភាគ (ឧទាហរណ៍ ទឹកស្អាត1/4 ពែងលាយជាមួយបាយមានថែមទឹកខ្មេះ 3/4 ពែង)។
- ធ្វើតេស្តកម្រិត pH ក្នុងល្បាយបាយមានបន្ថែមជាតិជូររបស់លោកអ្នក ដោយប្រើវិធីមួយក្នុងចំណោមវិធីខាងក្រោមនេះ (គូសយកវិធីសមស្រប)៖
  - ☐ បន្ទះជ្រលក់វាស់កម្រិត pH
  - ☐ ក្រដាសជ្រលក់វាស់កម្រិត pH
  - ☐ ម៉ាស៊ីនវាស់កម្រិត pH
- ក្រុមបាយនិមួយៗត្រូវមានកម្រិត pH ក្នុងចន្លោះពី 4.6 ទៅ 2.4។
- លោកអ្នកត្រូវវាស់ក្រុមបាយនិមួយៗដែលលោកអ្នកថែមជាតិជូរ រហូតដល់អាចបញ្ជាក់បានថា វិធីដែលលោកអ្នកថែមជាតិជូរមានប្រសិទ្ធិភាពអាចប្រើបានគ្រប់ពេល។ អានប័ណ្ណស្តីពី **'ការបញ្ជាក់ពីវិធីដែលអ្នកប្រើដើម្បីសម្លាប់មេរោគមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល'**។
- លោកអ្នកត្រូវធ្វើឲ្យបាយមានថែមជាតិជូរត្រជាក់ចុះ ពី 60 អង្សាសេទៅសីតុណ្ហភាពក្នុងបន្ទប់ ឬ 21 អង្សាសេ (យកសីតុណ្ហភាពណាដែលត្រជាក់ជាង) ក្នុងរយៈពេល 2 ម៉ោង និងដល់ ឬទាបជាង 15 អង្សាសេក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោងបន្ទាប់មកទៀត។
- លោកអ្នកត្រូវរក្សាទុកបាយមានបន្ថែមជាតិជូរក្នុងសីតុណ្ហភាព ចន្លោះពី 5 អង្សាសេ ទៅ 15 អង្សាសេ មិនឲ្យលើសពី 8 ម៉ោងឡើយ ក្រោយពីរយៈពេលនេះទៅ ត្រូវបោះវាចោល។
- លោកអ្នកមិនត្រូវយកបាយនៅសល់ដាក់លាយជាមួយបាយដែលទើបរៀបចំថ្មីទេ។

អ្នកឯកទេស

D

ធ្វើ

ដាក់តាំង sushi ដែលធ្វើពីបាយមានបន្ថែមជាតិជូរប្រកបដោយសុវត្ថិភាព

- លោកអ្នកត្រូវទុក៖
    - ដុំនីហ្គីរី (nigiri) នៅក្នុងចន្លោះសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ និង15 អង្សាសេមិនឲ្យលើសពី 8 ម៉ោង បើមិនដូច្នេះទេ ត្រូវបោះវាចោល
    - ដុំណូរី (nori) នៅក្នុងចន្លោះសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ និង15 អង្សាសេមិនឲ្យលើសពី 8 ម៉ោង បើមិនដូច្នេះទេ ត្រូវបោះវាចោល។

(រយៈពេលខាងលើរាប់បញ្ចូលពេលដែលបាយមានបន្ថែមជាតិជូរបានទុកនៅក្នុងចន្លោះសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ និង15 អង្សាសេ មុននឹងធ្វើ sushi)

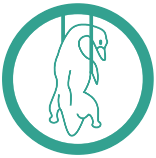
S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់នូវ៖

- វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីធ្វើ sushi ប្រកបដោយសុវត្ថិភាពដោយប្រើបាយគ្មានបន្ថែមជាតិជូរ
- វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីធ្វើ sushi ប្រកបដោយសុវត្ថិភាពដោយប្រើបាយដែលមានបន្ថែមជាតិជូរ៖
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីធ្វើទឹកខ្មេះ
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីវាស់កម្រិត pHនៅក្នុងបាយរបស់លោកអ្នក
    - **កំណត់ត្រា** នៃការវាស់កម្រិត pH នៅក្នុងបាយរបស់លោកអ្នក
- វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីដាក់តាំង sushi ឲ្យមានសុវត្ថិភាព។



ការធ្វើទាខ្វៃតាមរបៀបចិន

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- មេរោគគ្រោះថ្នាក់អាចលូតលាស់យ៉ាងឆាប់រហ័សក្នុងតំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់។
- ទឹកពុះសម្លាប់មេរោគ។ ទឹកខ្មេះជួយបញ្ឈប់មេរោគកុំឲ្យលូតលាស់នៅពេលយើងកំពុងសម្ងួតទា។
- ការរក្សាទុកកុំឲ្យស្បែកវារហែក អាចជួយបញ្ឈប់មេរោគមិនឲ្យឆ្លងទៅក្នុងនិងលូតលាស់នៅក្នុងសាច់ទា។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

ការរៀបចំ

- រំលាយទឹកកកពីទាកកឲ្យបានសព្វកន្លែង។
- ជ្រលក់ទាក្នុងទឹកដាំពុះ ទឹកខ្មេះ និងគ្រឿងផ្សំផ្សេងៗទៀត (ដូចដែលប្រើក្នុងក្បួនធ្វើម្ហូបរបស់លោកអ្នក)។
- ព្យួរទាឲ្យស្ងួតក្នុងកន្លែងត្រជាក់ មិនឲ្យលើសពី 6 ម៉ោង។
- ពិនិត្យសីតុណ្ហភាពទាដោយប្រើឧបករណ៍វាស់សីតុណ្ហភាពនៅពេលចាប់ផ្តើម និងពាក់កណ្តាលពេលនៃដំណើរការសម្ងួត។ សីតុណ្ហភាពខាងក្នុងមិនត្រូវលើសពី 25 អង្សាសេទេ។

ការចំអិន

- ទាត្រូវតែខ្វៃ។
  (សូមអាន **ប័ណ្ណស្តីពី ‘ការចំអិនបសុបក្សី សាច់ម៉ត់ និងថ្លើមមាន់')**។

អ្នកឯកទេស

D

ធ្វើ

ការដាក់តាំង/ការទុកដាក់

- ប្រើទំពក់ដើម្បីយួរទា។ មិនត្រូវប៉ះពាល់ទាដោយផ្ទាល់ទេ។
- ធ្វើយ៉ាងណាកុំឲ្យស្បែកទារហែក។ ស្បែកទាមិនត្រូវរហែកពេលដាក់តាំង និងពេលរក្សាទុកឡើយ។ ប្រសិនបើស្បែកទារហែក យើងត្រូវកាប់សាច់វាជាដុំតូចៗ និងរក្សាទុកក្នុងកម្រិតសីតុណ្ហភាពលើសពី 60 អង្សាសេ រហូតដល់ពេលយកទៅបម្រើភ្ញៀវ។
- ដាក់តាំង និងទុកទាតែក្នុងកន្លែងមួយដែលមានខ្យល់ចេញចូលល្អ ត្រជាក់ និងស្ងួតប៉ុណ្ណោះ ដើម្បីការពារកុំឲ្យកើតមានសំណើម (ឧទាហរណ៍ដូចជាទូកញ្ចក់ត្រូវបិទជិត)។
- កុំឲ្យទាប៉ះគ្នា ឬប៉ះផលិតផលផ្សេងៗ នៅពេលដាក់តាំង ឬទុក។ យកទាចេញភ្លាម បើវាប៉ះគ្នា។
- ប្រសិនបើជាចៃដន្យទាបានប៉ះគ្នាយូរ លោកអ្នកត្រូវកាប់វាជាដុំតូចៗ និងកំដៅសាច់ឡើងវិញដល់សីតុណ្ហភាព 75 អង្សាសេ។ បន្ទាប់មកអ្នកអាច៖
    - រក្សាទុកសាច់ទាក្នុងសីតុណ្ហភាព 60 អង្សាសេ ឬខ្ពស់ជាងនេះ រហូតដល់ពេលត្រូវយកវាទៅបម្រើភ្ញៀវ ឬ
    - ធ្វើឲ្យសាច់ទាត្រជាក់ចុះសីតុណ្ហភាពពី 60 អង្សាសេទៅ 21 អង្សាសេក្នុងរយៈពេល 2 ម៉ោង និងចុះពី 21 សង្សាសេទៅ 5 អង្សាសេក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោងបន្ទាប់មកទៀត ហើយនិងទុកនៅក្នុងសីតុណ្ហភាព 4 អង្សាសេ ឬទាបជាងនេះ។
- មិនត្រូវដាក់តាំងទាដែលបានខ្ចប់រួចលើសពី 5 ម៉ោងឡើយ។
- យកចេញ និងបោះចោលទាណាដែលបានដាក់តាំងលើសពី 22 ម៉ោង។

ការសម្ងួត

លោកអ្នកត្រូវតែ៖

- ដាំទឹកដែលប្រើជ្រលក់ទាឲ្យពុះឡើងវិញ ប្រសិនបើល្បាយទឹកចុះត្រជាក់
- យកទាណាដែលមានសីតុណ្ហភាពលើសពី 25 អង្សាសេ ក្នុងដំណើរការសម្ងួត ទៅដាក់ក្នុងទូក្លាសសេ រហូតដល់តែសីតុណ្ហភាពចុះមកក្រោម 25 អង្សាសេ
- បោះចោលទាណាដែលបានព្យួរឲ្យស្ងួតអស់ពេលយូរជាង 6 ម៉ោង។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ**កំណត់ត្រា**លាយលក្ខអក្សរនេះ៖
    - សីតុណ្ហភាពទានិមួយៗ នៅពេលព្យួរសម្ងួត និងពេលវេលាចាប់ផ្ដើមសម្ងួត
    - សីតុណ្ហភាពទាពេលសម្ងួតបានពាក់កណ្ដាលនៃដំណើរការសម្ងួត និង អ្វីដែលលោកអ្នកបានធ្វើដើម្បីឲ្យបញ្ចុះសីតុណ្ហភាព បើវាឡើងខ្ពស់ជាង 25 អង្សាសេ
    - ពេលវេលាដែលទាត្រូវបានយកចេញពីកន្លែងសម្ងួតទៅចំអិន។

អ្នកឯកទេស

ការធ្វើកេបាបសាច់ចៀម (Doner Kebabs)

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- សាច់សម្រាប់ធ្វើ doner kebab នៅអាចមានមេរោគដែលអាចឆ្លងដល់អាហារដែលអាចបរិភោគបានភ្លាម។
- លោកអ្នកត្រូវចំអិនសាច់ឲ្យឆ្អិនសព្វដើម្បីសម្លាប់មេរោគ។

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

ការរៀបចំចង្ក្រានអាំង kebab

- ប្រើតែសាច់ស្រស់មកពីក្រុមហ៊ុនផ្គត់ផ្គង់ដែលបានការអនុញ្ញាតត្រឹមត្រូវ។
- រក្សាទុកសាច់ក្នុងសីតុណ្ហភាពទាបជាង 5 អង្សាសេ រហូតដល់ពេលត្រូវការយកមកប្រើ។
- រៀបចំចង្ក្រានអាំងសាច់ឲ្យឆ្ងាយពីកន្លែងរក្សាទុកសាឡាដ គ្រឿងជ្រលក់ ទឹកជ្រលក់ និងអាហារឆ្អិន។
- ប្រើតែសាច់ដែលហាន់ស្ដើងៗ នៅពេលរៀបសាច់ដាក់លើចង្ក្រាន។
- ការពារចង្ក្រានអាំងកុំឲ្យប្រឡាក់ធូលី និងការឆ្លងមេរោគ។
- ប្រវែងនៃសាច់ដែលដោតស្នួចមិនត្រូវវែងជាងប្រវែងចង្ក្រានឡើយ។

ការចំអិន និងការបម្រើ

- Doner kebab ដែលចំអិននៅលើចង្ក្រានបញ្ឈរត្រូវតែចំអិនមុនពេលយកទៅបម្រើភ្ញៀវ។
- ផ្នែកខាងក្រៅនៃ doner kebab ត្រូវតែចំអិនឲ្យសព្វ មុននឹងជៀរសាច់ជាចំណិតស្ដើងៗចេញពីស្រទាប់ខាងក្រៅ។

អ្នកឯកទេស

D

ធ្វើ

- សាច់ដែលជៀរត្រូវតែប្រមូលយក មុននឹងវាធ្លាក់ចូលថាសត្រង។
- ត្រូវទុកចង្ក្រានអាំងឲ្យឆេះស្មើ មិនត្រូវបន្ថយកំដៅឡើយ នៅពេលអ្នកចាប់ផ្តើមចំអិន doner kebab។
- នៅពេលសាច់ម៉ត់ដោតត្រនួចត្រូវចំអិនពីកក សាច់ជៀរត្រូវតែចំអិនបន្ថែមទៀត នៅលើបន្ទះសំប៉ែត/ចង្ក្រានមុនពេលបរិភោគ។
- សាច់ជៀរណាដែលមិនទាន់ឆ្អិនសព្វត្រូវចំអិនបន្ថែមដោយប្រើថាសក្តៅ ឬចង្ក្រានអាំង។
- ប្រសិនបើ doner kebab ប្រើមិនអស់នៅពេលបិទហាង លោកអ្នកត្រូវ៖
    - ☐ បោះវាចោល ឬ
    - ☐ ជៀរសាច់ត្រង់ណាដែលឆ្អិនចេញពីចង្កាក់អាំង។ ចំអិនសាច់ចំណិតស្តើងៗនោះលើចង្ក្រាន/ថាសក្តៅ។ ធ្វើឲ្យសាច់ជៀរឆ្អិននោះត្រជាក់ គ្រប និងទុកវាក្នុងទូទឹកកក។ ថ្ងៃបន្ទាប់អាចកំដៅឡើងវិញ និងបរិភោគបាន។
- លោកអ្នកត្រូវទុកសាច់ឆៅដែលរុំជាប់ចង្កាក់ឲ្យត្រជាក់ក្នុងសីតុណ្ហភាពធម្មតា ឬ 21 អង្សាសេ (មួយណាក៏បានអោយតែត្រជាក់ជាង) ក្នុងរយៈពេលពេល2 ម៉ោង និងក្រោម 5 អង្សាសេ ក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោងបន្ទាប់មកទៀត។

អ្នកឯកទេស

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
    - កំណត់ត្រា **ជាលាយល័ក្ខអក្សរ** ស្តីពីវិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីចំអិនសាច់សត្វបសុបក្សី និងសាច់ឲ្យមានសុវត្ថិភាពដោយរាប់បញ្ចូលទាំង៖
        - អាហារ
        - កាលបរិច្ឆេទចំអិន
        - សីតុណ្ហភាព អាហារដែលបានចំអិនដល់ និងរយៈពេលដែលអាហារនេះរក្សានៅក្នុងសីតុណ្ហភាពនេះ។
- បង្ហាញ និងរៀបរាប់ប្រាប់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីធ្វើអាហារក្តៅឲ្យត្រជាក់បានលឿន
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើ ដើម្បីដឹងបានថាតើអាហារដែលលោកអ្នកយកមកកំដៅឡើងវិញមានសីតុណ្ហភាពលើសពី 75 អង្សាសេ
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីរក្សាអាហារឲ្យក្តៅ
    - វិធីដែលលោកអ្នកប្រើដើម្បីវាស់សីតុណ្ហភាព

អ្នកឯកទេស

ការចំអិនដែលប្រើវិធីចំអិនដោយដាក់អាហារក្នុងស្បោងគ្មានខ្យល់ ហើយចំអិនក្នុងឆ្នាំងមានទឹកទៅតាមសីតុណ្ហភាពត្រូវការ (sous vide)

K

ដឹង

តើលោកអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- វិធី sous vide ដើម្បីចំអិនអាហារក្នុងសីតុណ្ហភាពដែលស្ថិតក្នុងតំបន់គ្រោះថ្នាក់ (ក្នុងសីតុណ្ហភាព 60 អង្សាសេ ឬក្រោមនេះ)។ អាចចំអិនបែបនេះបានឲ្យមានសុវត្ថិភាព – ប៉ុន្តែទាល់តែយើងគ្រប់គ្រងដំណើរការនេះដោយផ្ចិតផ្ចង់ណាស់។ បើមានកំហុសក្នុងពេលចំអិន វាអាចនាំឲ្យអ្នកបរិភោគឈឺ ឬស្លាប់បាន។
- ការចំអិនអាហារនៅសីតុណ្ហភាពទាបត្រូវចំណាយពេលយូរដើម្បីសម្លាប់មេរោគ។
- ប្រសិនបើសីតុណ្ហភាពសម្រាប់ចំអិនវាទាបពេក គឺយើងមិនអាចសម្លាប់មេរោគនៅក្នុងអាហារបានទេ។
- មេរោគគ្រោះថ្នាក់នឹងអាចរស់បាន ហើយលូតលាស់ ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនធ្វើតាមពេលវេលា និងសីតុណ្ហភាពដូចខាងក្រោមទេ។
- ដំណើការនេះមានប្រសិទ្ធិភាពសម្រាប់តែសាច់កាត់ដុំៗនៃបសុបក្សី និងសាច់ក្រហមប៉ុណ្ណោះ។
- ដំណើរការនេះមិនអាចអនុវត្តបានចំពោះសត្វស្លាបទាំងមូល (ឧទាហរណ៍ដូចជាមាន់ ទា) ត្រីទាំងមូល ឬការចំអិននៅក្នុងឡ sous vide ទេ។ ប្រសិនបើអ្នកប្រាថ្នាចង់ចំអិនរបៀបនេះ លោកអ្នកត្រូវធ្វើផែនការត្រួតពិនិត្យពីនាយកដ្ឋានគយ (custom FCP) និងបំពេញការស្រាវជ្រាវវិទ្យាសាស្ត្រដើម្បីបញ្ជាក់ថាលោកអ្នកអាចចំអិនអាហារតាមរបៀបនេះឲ្យមានសុវត្ថិភាព។

អ្នកឯកទេស

D

ធ្វើ

តើលោកអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- ពេលរៀបចំដុំសាច់ក្រហម និងបសុបក្សីដើម្បីចំអិនតាមវិធី sous vide លោកអ្នកត្រូវទុកអាហារឆៅ និងអាហារអាចបរិភោគបានភ្លាមឲ្យនៅដាច់ដោយឡែកពីគ្នាដោយ៖ (គូសយកវិធីសមស្រប)
    - ☐ មិនប្រើម៉ាស៊ីនខ្ចប់គ្មានខ្យល់សម្រាប់អាហារបរិភោគបានភ្លាម ប្រសិនបើម៉ាស៊ីននោះបានប្រើសម្រាប់ខ្ចប់សាច់ឆៅរួចហើយ ឬ
    - ☐ ការលាងសម្អាត និងធ្វើអនាម័យម៉ាស៊ីនខ្ចប់គ្មានខ្យល់របស់លោកអ្នកក្នុងចន្លោះពេលប្រើវាសម្រាប់អាហារបរិភោគបានភ្លាម
    - កាត់សាច់ក្រហម និងសត្វបសុបក្សីទៅជាដុំស្មើៗគ្នាដើម្បីឲ្យវាមានទំហំទម្ងន់ និងទ្រង់ទ្រាយដូចគ្នា
    - ទុកសាច់ដែលបានខ្ចប់ក្នុងថង់គ្មានខ្យល់ រៀបចំសម្រាប់ចំអិនតាមរបៀប sous vide នៅក្នុងទូទឹកកករហូតដល់ពេលយកវាទៅប្រើប្រាស់។
- ពេលរៀបចំផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនរបស់លោកអ្នក លោកអ្នកត្រូវតែ៖
    - ធ្វើតេស្តកែសម្រួលផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារយ៉ាងតិចណាស់មួយខែម្តង
    - ត្រូវធានាថាទឹកអាចហូរទៅមកដោយសេរីជានិច្ច
    - ប្រើតែឧបករណ៍ចំអិនដែលអាចគ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាពបានត្រឹមត្រូវ និងនៅថេរ
    - កំដៅផើងទឹករបស់លោកអ្នកជាមុនឲ្យដល់សីតុណ្ហភាពយ៉ាងតិច 55 អង្សាសេ សម្រាប់ចំអិនសាច់ក្រហម និង 60 អង្សាសេសម្រាប់ចំអិនសាច់បសុបក្សី
    - មានលំហូរទឹកល្អក្នុងផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារ
    - ដូរទឹកក្នុងផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារចេញបន្ទាប់ពីចំអិនសាច់ម្តងៗ។
- នៅពេលចំអិនដោយប្រើវិធី sous vide លោកអ្នកត្រូវតែ៖
    - ជ្រមុជកញ្ចប់ឲ្យលិចទាំងស្រុងក្នុងទឹករាល់ពេល និងត្រូវធានាថាពួកវាបានបែងចែកស្មើគ្នា
    - កត់ត្រាសីតុណ្ហភាពផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារឲ្យបានទៀងទាត់ ឬប្រើម៉ាស៊ីនវាស់និងកត់ត្រាទិន្នន័យដែលមាននៅក្នុងផើងនេះស្រាប់

អ្នកឯកទេស

D

ធ្វើ

- ជានិច្ចកាល ត្រូវរក្សាសីតុណ្ហភាពផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអហារឲ្យលើសពី 55 អង្សាសេ នៅពេលចំអិនសាច់ក្រហម និង 60 អង្សាសេ នៅពេលចំអិនសាច់បសុបក្សីគ្រប់ពេលទាំងអស់
- សាច់ក្រហម ឬសាច់បសុបក្សីត្រូវមានសីតុណ្ហភាពឡើងស្មើនឹងសីតុណ្ហភាពផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោង ប្រសិនបើវាយូរជាងនេះ យើងត្រូវបោះវាចោល។
- ជានិច្ចកាល យើងត្រូវធ្វើតេស្តសីតុណ្ហភាពសាច់ក្រហម និងបសុបក្សី ដោយប្រើប្រដាប់វាស់សីតុណ្ហភាពមានចុងស្រួចចាក់ចូលផ្នែកដែលក្រាស់បំផុតនៃសាច់ក្រហម ឬបសុបក្សី
- ជានិច្ចកាល យើងត្រូវធ្វើតេស្តសីតុណ្ហភាពសាច់ក្រហម និងបសុបក្សី ដែលនៅកន្លែងដែលត្រជាក់បំផុតក្នុងផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារ
- ពិនិត្យមើលសីតុណ្ហភាពនៅផ្នែកដែលក្រាស់បំផុតនៃសាច់ក្រហម ឬបសុបក្សី៖
    - នៅពេលចាប់ផ្តើមចំអិនក្រុមសាច់ និង
    - មុនពេលការចាប់ផ្តើមនៃរយៈពេលរក្សាសីតុណ្ហភាពតាមការកំណត់ និង
    - នៅចុងបញ្ចប់នៃការចំអិនក្រុមសាច់
- ពិនិត្យមើលថាមាត់ថង់មិនដាច់រហែកក្រោយពេលវាស់សីតុណ្ហភាពរួច
- ជានិច្ចកាល ត្រូវបញ្ចប់ការចំអិនសាច់មួយក្រុមសិន មុនពេលថែមអាហារត្រជាក់ចូលទៅក្នុងផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារ។

អ្នកឯកទេស

D

ធ្វើ

លោកអ្នកត្រូវប្រើតែបន្សំនៃពេលវេលា និងសីតុណ្ហភាពដូចខាងក្រោមប៉ុណ្ណោះ៖ (ពេលវេលាខាងក្រោមនេះជារយៈពេលរក្សាសីតុណ្ហភាពតាមការកំណត់ វាចាប់ផ្តើមតែនៅពេលអាហាររបស់លោកអ្នកឡើងដល់សីតុណ្ហភាពកំណត់)

សីតុណ្ហភាពខាងក្នុង និងរយៈពេលរក្សាសីតុណ្ហភាព

សីតុណ្ហភាពខាងក្នុងអាហារ អង្សាសេ	ចំអិន-បម្រើ: បម្រើភ្លាម ឬក៏ក្នុងអំឡុងពេល 2 ថ្ងៃដែលបានចំអិនរួច		ចំអិន-ក្លាសសេ: បម្រើភ្លាម ឬក៏ក្នុងអំឡុងពេល 5 ថ្ងៃដែលបានចំអិនរួច
	សាច់ទាំងអស់លើកលែងតែរយៈពេលចំអិនសាច់បសុបក្សី (នាទី/ម៉ោង)	រយៈពេលសម្រាប់ចំអិនសាច់បសុបក្សី (នាទី/ម៉ោង)	រយៈពេលសម្រាប់ចំអិនសាច់ក្រហម និងសាច់បសុបក្សី (នាទី/ម៉ោង)
តំបន់សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់ * 55	420 នាទី / 7 ម៉ោង	សាច់បសុបក្សីមិនត្រូវចំអិនតាមវិធី sous vide ក្នុងសីតុណ្ហភាពទាបជាង 60អង្សាសេឡើយ	ប្រសិនបើទុកសាច់ក្រហមចំអិនដោយវិធី sous vide ឬសាច់បសុបក្សីយូរជាង 2 ថ្ងៃ **សូមកុំ**ចំអិនក្នុងសីតុណ្ហភាពដែលទាបជាង 60អង្សាសេ
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

*រយៈពេលអប្បបរមានៅពេលដែលផលិតផលបានដល់សីតុណ្ហភាពនេះ

អ្នកឯកទេស

D

ធ្វើ

- នៅពេលដែលសាច់ក្រហម និងសាច់បសុបក្សីបានឆ្អិន លោកអ្នកត្រូវរក្សាទុកវាក្នុងថង់រហូតដល់ពេលត្រូវប្រើប្រាស់វា ឬក៏ ៖
    - បម្រើវាផ្ទាល់ពីក្នុងថង់
    - យកវាចេញពីថង់ ដុតកំដៅវា (ឬចំអិនវាតាមវិធីផ្សេងមួយចំនួនទៀត) និងបម្រើវាភ្លាម
    - រក្សាទុកវាក្នុងថង់ ធ្វើវាឲ្យចុះត្រជាក់លឿនដោយអនុវត្តតាមប័ណ្ណស្តីពី 'ការធ្វើឲ្យអាហារចំអិនថ្មីៗឲ្យចុះត្រជាក់' និងទុកវាក្រោមសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេរហូតដល់ 2 ថ្ងៃ (តែក្នុងករណីដែលលោកអ្នកប្រើវិធីចំអិន-បម្រើប៉ុណ្ណោះ)
    - រក្សាទុកវាក្នុងថង់ ធ្វើឲ្យវាត្រជាក់ចុះលឿន និងរក្សាទុកក្រោមសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេរហូតដល់ 5 ថ្ងៃ (តែក្នុងករណីដែលលោកអ្នកប្រើវិធីចំអិន-ក្លាសសេ)។
- លោកអ្នកត្រូវបិទស្លាកលើអាហារដែលបានចំអិនរួចដោយមានកាលបរិច្ឆេទ និងពេលវេលាដែលបានចំអិន ប្រភេទអាហារ ថាវាចំអិនដោយប្រើវិធីចំអិន-បម្រើ ឬចំអិន-ក្លាសសេ ហើយនិងកាលបរិច្ឆេទបោះចោល។

ការបញ្ជាក់ពីវិធីរបស់លោកអ្នក

- ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនចង់វាស់សីតុណ្ហភាពគ្រប់ក្រុមសាច់ដែលលោកអ្នកចំអិនទេ លោកអ្នកត្រូវបញ្ជាក់ឲ្យបានថា វិធីសាស្ត្រចំអិនរបស់លោកអ្នកមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល។ អានប័ណ្ណស្តីពី 'ការបញ្ជាក់ពីវិធីដែលអ្នកប្រើដើម្បីសម្រាប់សត្វល្អិតមានប្រសិទ្ធិភាពគ្រប់ពេល'។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

- បង្ហាញអ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់លោកអ្នកនូវ៖
    - វិធីដែលលោកអ្នកធ្វើតេស្តកែសម្រួលផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារយ៉ាងតិចណាស់មួយខែម្តង
    - **កំណត់ត្រា** ស្តីពី៖
        - សីតុណ្ហភាពផើងទឹកសម្រាប់ចំអិនអាហារ មុនពេលបន្ថែមអាហារចូលទៅក្នុងទឹក
        - រយៈពេលត្រូវការសម្រាប់អាហារឡើងដល់សីតុណ្ហភាពខាងក្នុងដែលបានជ្រើសរើសរួច
        - ថិរវេលានៃរយៈពេលរក្សាសីតុណ្ហភាពតាមការកំណត់ នៅពេលដែលអាហារឡើងដល់សីតុណ្ហភាពអាហារដែលបានជ្រើសរើសរួច
        - សីតុណ្ហភាពខាងក្នុងអាហារនៅពេលចាប់ផ្តើម និងចុងបញ្ចប់នៃរយៈពេលរក្សាសីតុណ្ហភាពតាមការកំណត់
        - រយៈពេលចុះត្រជាក់ (សម្រាប់ផលិតផលត្រជាក់ និងទុកសម្រាប់លក់លើកក្រោយ)។

អ្នកឯកទេស

ការរៀបចំសាច់ក្រហមសម្រាប់កិនឲ្យម៉ត់ និងការបម្រើសាច់-ស្ទើរឆ្អិន ឬឆៅ

K

ដឹង

តើអ្នកត្រូវដឹងអ្វីខ្លះ?

- ដំណើរការនេះប្រើបានតែចំពោះសាច់ក្រហម – សាច់គោ សាច់ចៀម សាច់ក្តាន់ទេ។ ដំណើរការនេះមិនអាចប្រើបានចំពោះសាច់ជ្រូក សាច់មាន់ សាច់ទា ឬថ្លើមទេ។
- ដំណើរការនេះត្រូវអនុវត្តតាម តែនៅពេលដែលអ្នកជ្រើសរើសបម្រើសាច់ក្រហមស្ទើរឆ្អិន ឬឆៅប៉ុណ្ណោះទេ។
- ផ្ទៃខាងក្រៅនៃសាច់ដែលកាត់ជាដុំមានមេរោគ។ ការកិនសាច់ឲ្យម៉ត់ពង្រាយមេរោគពីផ្ទៃខាងក្រៅនៃសាច់ទៅពេញសាច់កិនទាំងអស់។
- មានមេរោគដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់តែមួយចំនួនតូចប៉ុណ្ណោះអាចធ្វើឲ្យមនុស្សឈឺបាន។
- វិធីតែមួយប៉ុណ្ណោះដែលធ្វើឲ្យសាច់មានសុវត្ថិភាពដើម្បីបម្រើនៅស្ទើរឆ្អិន ឬឆៅ គឺសម្លាប់មេរោគនៅផ្ទៃខាងក្រៅនៃសាច់ នៅមុនពេលកិន។
- មានវិធី 3យ៉ាងដើម្បីកាត់បន្ថយចំនួនមេរោគនៅខាងក្រៅសាច់– កម្លោចវា ស្រុសវា ឬធ្វើអនាម័យវា។
- មេរោគអាចលាក់ខ្លួននៅក្រោមក្លែប ក្នុងប្រហោង និងនៅចន្លោះផ្ទេរសាច់ដែលកាត់ជាដុំ។ ធ្វើឲ្យផ្នែកខាងក្រៅសាច់រាបស្មើដោយកាត់ចេញនូវផ្នែកដែលធ្វើឲ្យយើងមិនអាចកម្លោច ស្រុស ឬប្រើល្បាយរាវសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់បាន និងមិនឲ្យយើងអាចសម្លាប់មេរោគបាន។
- គ្រឿងផ្សំបន្ថែមដែលប្រើប្រាស់ជាមួយសាច់ក្រហមដែលមានអនាម័យល្អ (ឧទាហរណ៍ដូចជាការដាក់គ្រឿងគ្រៅ សារធាតុលាយផ្សេងៗ ។ល។) ត្រូវតែរក្សាឲ្យមានសុវត្ថិភាព និងភាពសមស្របសម្រាប់បរិភោគ។
- អ្នកមិនចាំបាច់អនុវត្តតាមបទដ្ឋានស្តីពីការចម្អិនសាច់ក្រហមដែលកិនម៉ត់នៅក្នុងប័ណ្ណស្តីពី **‘ការចម្អិនសាច់បសុបក្សី សាច់កិនម៉ត់ និងថ្លើមមាន់’** ប្រសិនបើអ្នកអនុវត្តតាមនីតិវិធីនេះ។

D

ធ្វើ

តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ?

- អ្នកត្រូវតែជ្រើសរើសវិធីមួយក្នុងចំណោមវិធីខាងក្រោម៖
  - កម្លោច ឬ
  - ស្រុស ឬ
  - ការប្រើប្រាស់ល្បាយរាវសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់
- អ្នកគ្រាន់តែត្រូវប្រើសាច់ដែលកាត់ជាដុំដែលមានផ្ទៃខាងក្រៅរាបស្មើ។ (ឧទាហរណ៍ សាច់កាត់លេខមួយដូចជាសាច់ចំឡក សាច់ភ្លៅផ្នែកខាងមុខ សាច់ពោះក្រាស់ សាច់ភ្លៅផ្នែកកណ្ដាល សាច់ភ្លៅផ្នែកខាងក្រោយ)។
- អ្នកត្រូវតែ៖
  - តម្រឹមថ្នេរ ក្លែបធំៗ និង/ឬប្រហោងនៅមុនពេលកម្លោច ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យដើម្បីឲ្យអាចសម្លាប់មេរោគនៅលើផ្ទៃខាងក្រៅនៃសាច់បានស្មើ ឬ
  - កាត់ ឬតម្រឹមសាច់ជាដុំតូចៗ (គឺថាគ្មានក្លែប ឬប្រហោង) នៅមុនពេលកម្លោច ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យដើម្បីឲ្យអាចសម្លាប់មេរោគនៅលើផ្ទៃខាងក្រៅនៃសាច់បានស្មើ។

ការកម្លោចសាច់

- នៅពេលកម្លោចសាច់ ផ្ទៃខាងក្រៅសាច់ទាំងអស់ (ដោយរាប់បញ្ចូលទាំងស្រទាប់ខ្លាញ់) ត្រូវតែដាក់ឲ្យប៉ះនឹងចានក្ដៅដែលមានខ្លាញ់ ចង្ក្រាន ឬឆ្នាំង។

ការស្រុសសាច់

- នៅពេលស្រុសសាច់ អ្នកអាចជ្រើសរើសស្រុសសាច់ដោយមិនបាច់ខ្ចប់ ឬក៏ខ្ចប់ក្នុងស្បោងបិទខ្យល់ជិត។ ប្រសិនបើអ្នកប្រើស្បោងបិទខ្យល់ជិត ផ្ទៃខាងក្រៅនៃសាច់ត្រូវតែដាក់ឲ្យប៉ះផ្ទាល់ទៅនឹងស្បោង។
- ដាក់ទឹក ឬទឹកស៊ុបពុះគ្រុកៗឲ្យលិចសាច់ទាំងស្រុង ឲ្យបានយ៉ាងហោចណាស់៖
  - 30 វិនាទី ប្រសិនបើសាច់មិនបានដាក់ក្នុងស្បោងទេ ឬ
  - 60 វិនាទី ប្រសិនបើសាច់ដាក់ក្នុងស្បោងបិទខ្យល់ជិត។

សម្រាប់កម្លោចផង និងស្រុសផង

- អ្នកត្រូវធ្វើឲ្យសាច់កម្លោច ឬស្រុសត្រជាក់លឿនដោយ៖
  - ដាក់សាច់នៅក្នុងទឹកកក ឬ
  - ដាក់សាច់នៅក្នុងទូទឹកកក ឬ
  - ដាក់សាច់នៅក្នុងទូបង្កក

អ្នកឯកទេស

D

ធ្វើ

ការប្រើប្រាស់ល្បាយរាវសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់

- នៅពេលអនុវត្តវិធីអនាម័យសាច់ អ្នកត្រូវតែប្រើជាតិគីមីមួយប្រភេទក្នុងចំណោមនៃជាតិគីមីដូចខាងក្រោម៖ (សូមគូសសញ្ញា លើជាតិគីមីដែលសមស្រប)
  - ☐ អាស៊ីតឡាក់ទិច
  - ☐ អាស៊ីតពែអុកស៊ីអាសេទិច (POAA)
- អ្នកមិនត្រូវប្រើកំហាប់នៃល្បាយរាវសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់តិចជាង ឬច្រើនជាងទេ។
- ដុំសាច់ទាំងមូលត្រូវដាក់ឲ្យលិចក្នុងល្បាយរាវសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់ជានិច្ច។ ផ្ទៃខាងក្រៅសាច់ទាំងអស់ត្រូវដាក់ឲ្យប៉ះផ្ទាល់នឹងល្បាយរាវសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់។
- អ្នកត្រូវប្រើល្បាយរាវសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់ថ្មីសម្រាប់ដុំសាច់នីមួយៗដែលអ្នកធ្វើអនាម័យ។

ការប្រើប្រាស់អាស៊ីតឡាក់ទិច

- អ្នកត្រូវប្រើល្បាយរាវអាស៊ីតឡាក់ទិចក្នុងចន្លោះ 2—5%។
- អ្នកត្រូវជ្រលក់ដុំសាច់ទាំងមូលនៅក្នុងល្បាយរាវអាស៊ីតឡាក់ទិចឲ្យបាន 9 វិនាទី។ អ្នកត្រូវប្រើល្បាយរាវនៅក្នុងសីតុណ្ហភាព 55 អង្សាសេ។

ការប្រើប្រាស់អាស៊ីតពែអុកស៊ីអាសេទិច (POAA)

- អ្នកត្រូវប្រើកំហាប់អាស៊ីតពែអុកស៊ីអាសេទិចរវាង150—220 ផ្នែកក្នុងមួយលាន។
- កំហាប់អាស៊ីតពែអុកស៊ីត អ៊ីតដ្រូសែនត្រូវមាន 75 ផ្នែកក្នុងមួយលាន ឬតិចជាង (សូមកត់សម្គាល់: ប្រសិនប្រើកំហាប់ដែលលាយរួច អ្នកមិនត្រូវការធ្វើដូច្នេះទេ)។
- អ្នកត្រូវជ្រលក់ដុំសាច់ទាំងមូលនៅក្នុងល្បាយរាវឲ្យបាន 10—15 វិនាទី (មិនឲ្យលើសពី 30 វិនាទី) នៅក្នុងសីតុណ្ហភាពក្នុងបន្ទប់។

សម្រាប់គ្រប់វិធីទាំងអស់

- សាច់ទាំងអស់ដែលបានកម្លោច ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យហើយត្រូវតែប្រើក្នុងរយៈពេលយ៉ាងច្រើនបំផុត 48 ម៉ោង។
- សាច់ពូតជាដុំមូលសំប៉ែតត្រូវតែប្រើក្នុងរយៈពេល 24 ម៉ោង ឬក៏បង្កកវាភ្លាមសម្រាប់ប្រើលើកក្រោយ។

D

ធ្វើ

- សាច់ពូតជាដុំមូលសំប៉ែតដែលរលាយទឹកកកហើយត្រូវតែប្រើក្នុងរយៈពេល 24 ម៉ោង។
- សាច់ដែលបានកម្លោច ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យហើយត្រូវរក្សាទុកក្នុងសីតុណ្ហភាព 5 អង្សាសេ ឬក៏ទាបជាង នៅពេលមិនបានប្រើប្រាស់ ឬចាត់ចែងវា។

S

បង្ហាញ

តើអ្នកត្រូវបង្ហាញអ្វីខ្លះ?

បង្ហាញ ឬរៀបរាប់ប្រាប់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នកនូវ៖

- របៀបដែលអ្នកអនុវត្តវិធីដែលអ្នកជ្រើសរើសឲ្យបានត្រឹមត្រូវគ្រប់ពេល
- របៀបដែលអ្នកសម្លាប់មេរោគនៅលើផ្ទៃខាងក្រៅនៃសាច់ដែលកាត់ជាដុំ
- របៀបដែលអ្នកចាត់ចែងសាច់ បន្ទាប់ពីបានកម្លោច ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យរួចហើយ
- របៀបដែលអ្នកធានាថាសាច់ដែលបានកម្លោច ស្រុស ឬធ្វើអនាម័យរួចហើយត្រូវតែប្រើក្នុងរយៈពេល 48 ម៉ោង
- របៀបដែលអ្នកកិនសាច់ក្រហមឲ្យម៉ត់ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ហើយត្រូវតែប្រើសាច់ពូតជាដុំមូលសំប៉ែតក្នុងរយៈពេល 24 ម៉ោង
- របៀបដែលអ្នកកិនសាច់ក្រហមឲ្យម៉ត់ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព

វិធីប្រើប្រាស់ល្បាយរាវសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់

- បង្ហាញ ឬរៀបរាប់ប្រាប់អ្នកផ្ទៀងផ្ទាត់របស់អ្នកនូវ៖
  - របៀបដែលអ្នករៀបចំលាយល្បាយរាវសម្រាប់ធ្វើអនាម័យសាច់
  - របៀបដែលអ្នកដឹងថាអ្នកបានប្រើ៖
    - ជាតិគីមីត្រឹមត្រូវ និង
    - កំហាប់ត្រឹមត្រូវ និង
    - សីតុណ្ហភាពត្រឹមត្រូវ និង
    - រយៈពេលសម្លាប់មេរោគ។