प्रायः सोधिने प्रश्नहरू

➢खाद्य सुरक्षा

१) भाइरस संक्रमित खानाको उपभोग मार्फत भाइरस सार्ने कुनै सम्भावना हुन्छ वा हुदैन्?

कोभिड-१९ खानाबाट प्रसारित भएको कुनै प्रमाण छैन। कोभिड-१९ निमत्याउने भाइरस मानव शरिर बाहिर स्थिर रहदैन्न र कम पीएच भएको वातावरणीय कारकहरू जस्तै पेटको अम्लीय वातावरणमा संवेदनशील हुन्छन्।

२) के कोभिड-१९ संक्रमण भएको व्यक्तिले व्यवस्थापन गरेको मासु, तरकारी र फलफुल उपभोग गर्न सुरक्षीत हुन्छ?

कोभिड-१९ संक्रमण मुख्यत श्वासप्रशासबाट निस्कने थुकको फोकाहरूबाट हुन्छ र मासु, तरकारी र फलफुलबाट प्रसारित भएको कुनै प्रमाण छैन। तापनि, हामीले जहिले पनि खाद्ध सुरक्षा अपनाउन जरूरी हुन्छ। यदि तपाई कोभिड-१९ अथवा अरू कुनै रोगले संक्रमित हुनुहुन्छ भने तपाईले अरू व्यक्तिको लागि खाना तयार गर्नु हुदैन्।

- मासुलाई उचित न्यूनतम तापमानमा राम्रोसँग पकाउनु पदर्छ। तरकारी र फलफुलहरू मासुबाट दूषित हुन नदिन काचो मासु काटेको चक्कु र भाडाहरूलाई अरू तरकारी र फलफुलहरू संग अलगै राख्न जरूरी हुन्छ।
- काचो खाइने तरकारी र फलहरूलाई राम्रो संग सफा पानीले धुनुपर्दछ। ताजा तरकारीहरू जस्तै गाजरको सतहलाई ताछेर खाँदा राम्रो हन्छ।

हामीले बजार जाँदा अनिवार्य माक्सको प्रयोग गर्न र सामाजिक र भौतिक दुरी कायम गर्न जरूरी हुन्छ र बजारबाट फर्किएपछि २० सेकेन्ड सम्म साबुन पानीले हात धुन जरूरी हुन्छ। हामीले खाना बनाउनु अघि र काचो मासु छोयो पछि र खाना खानु अघि साबुन पानीले हात धुन जरूरी हुन्छ।

३) यस कोभिड-१९को अवस्थामा बजारबाट ल्याएको तरकारीहरूलाई उपभोग गर्नु अघि सफा गर्न जरूरी हुन्छ र यदि हुन्छ भने कसरी सफा गर्नु पर्दछ?

कोभिड-१९ खाना मार्फत प्रशारित भएको कुनै प्रमाण छैन। ता पनि, हामीले हरियो तरकारीलाई खानु वा पकाउनु अघि सफा पानीले पखाल्नु जरूरी हुन्छ।

बजारबाट फर्किए पछि, अनिवार्य रूपमा साबुन पानीले २० सेकेन्ड सम्म हात धुन जरूरी छ र खाने कुरालाई फ्रिजमा राख्न पर्दछ।

४) के कोभिड-१९को भाइरस खाने कुराको सतहमा जिवित हुन्छन्? (जस्तै, फलफुल, तरकारी, जमेको खाना, पहेले नै प्याक गरेको खानाहरु)

FDA, CDC, and European Food Safety Agency (EFSA) को अनुसार अहिले कोभिड-१९ खाना अथवा खाना को प्याकेजङबाट प्रसारित भएको कुनै प्रमाण छैन्। कोभिड-१९ निम्त्यउने भाइरसमा प्रोटिन युक्त झिल्लि नभएको कारणले यो मानिसको शरिर बाहिर स्थिर हुदैन्न। मानव शरिर बाहिर स्थिर नहुने भएकोले यो खाना अथवा खानाको प्याकेजिङबाट संक्रमण हुने सम्भावना कम छ। कोभिड-१९ बाहेक अरु खाद्ध जन्य भाइरस जस्तै नोरो भाइरस र हेपटाइटिस ए मा प्रोटिन युक्त झिल्लि भएको कारणले यो खाना र खाना को प्याकेजिङमा लामो समय सम्म स्थिर रहन सक्छन्।

५) के अदुवा र लसुन खानाले कोभिड-१९ संक्रमण रोक्न सक्छ?

वैज्ञानिक मान्यता प्राप्त भ्याक्सिनहरूले मात्र कोभिड-१९ रोक्न मद्दत गर्दछ। अदुवा र लसुन खानाले मानिसहरूलाई कोभिड-१९ संक्रमित हुनबाट बचाए भन्ने कुनै प्रमाण छैन।

खोपहरू हाल विश्वका केही भागहरूमा स्वीकृत र प्रशासित भैरहेका छन्। यद्यपि, खोपहरू सुरू गरेपछि पनि, माक्स लगाउनु, सामाजिक वा शारीरिक दूरी कायम राख्नु, साबुन र पानीले बारम्बार हात धुनु र भीड भाड भएको ठाँउमा नजानु जरुरी हुन्छ।

६) कोभिड-१९ को भाइरस खानाको सतहमा कति लामो समयसम्म जीवीत रहन्छन्?

अहिले सम्म कोभिड-१९ खाना र खानाको प्याकेजिङबाट सरेको कुनै प्रमाण छैन। कोभिड-१९ मानव शरिरको बाहिर अत्यधिक अस्थिर हुन्छ र संक्रामक भाइरल कणहरूको संख्या मानव शरिरबाट बाहिर निस्कने बित्तिकै द्रुत दरमा कम हुन्छ र यो घटने दर सतहको प्रकारमा निर्भर छन्। हालको अध्ययन अनुसार कार्डबोर्डमा भाइरसका कणहरूको संख्या हरेक ३ घण्टाले आधा घटाइएको देखिएको छ (https://www.nejm.org/doi/10.1056/NEJMc2004973)। निष्क्रियताको यो द्रुत दरको कारण, त्यहाँ खाद्य उत्पादनहरू वा प्याकेजिङबाट फैलिने सम्भावना धेरै कम छ, विशेष गरी जब यी उत्पादनहरू दिन वा हप्ताहरूको अवधिमा पठाइन्छ।

७) खाने कुरा र खाना घरमा पुराउने कत्तिको सुरक्षित छन्?

खाने कुरा र खाना घरमा पुराउन सुरक्षित हुन्छ, यदि खाना पुराउने व्यक्तिले व्यक्तिगत र खाना स्वच्छताको अभ्यासहरू गरेको हुन्छ र तपाईले पनि कोभिड-१९को रोकथामकोलागि यस प्रकारका अभ्यासहरू गर्नुभएको छ।

- खाना पुराउने व्यक्ति बिच अन्तर्क्रिया नगर्ने।
- डेलिभरी गर्ने व्यक्तिलाई खाना घरको ढोकामा छिडन अनुरोध गर्ने। डेलिभरी गर्ने व्यक्ति संग ६ फिटको दुरी कायम गर्ने।
- खानालाई झोलाबाट निकाल्यो पछि झोलालाई ठिक ठाँउमा राख्ने र साबुन पानीले २० सेकेन्ड सम्म हात धुने र साथै खाना राख्ने सतहहरू पनि सफा गर्नु विवेकी हुन्छ।
- खाना व्यवस्थापन गर्दा र खाना तयार गर्दा बारमबार हात धुन जरूरी हुन्छ।

८) के खाना पकाउदा कोरोना भाइरस मर्छ?

वैज्ञानिक रिपोर्टले SARS-CoV and MERS-CoVलाई निष्क्रिय गर्नकोलाई ६३° सेल्सेस मा ३० मिनेट सम्म पास्चराइज गर्दा पर्याप्त हुन्छ। स्वच्छता अभ्यासको सिफारिस अनुसार, खानालाई कम्तिमा ७०° सेल्सेस राम्ररी पकाउनु पर्दछ। जुन कोरोनाभाइरसलाई निष्क्रिय गर्न पर्याप्त हुन्छ।

- सफाई र कीटाणुनाशक सतहहरू

९) के कोभिड-१९ को रोक्थामको लागि ह्यान्ड सेनिटाइजरको प्रयोग प्रभावकारी छ?

कोभिड-१९को रोक्थामको लागि सेनिटाइजर ज्यादै नै प्रभावकारी छ, तर सेनिटाइजरको गुणस्तर आवश्यक हुन्छ। कम्तिमा ६०% एल्कोहोल भएको सेनिटाइजर प्रयोग गर्न सिफारिस गरिन्छ। तर सबै भन्दा राम्रो साबुन र पानीले कम्तिमा २० सेकेन्ड सम्म हात धुनु हो।

१०) के व्यक्तिहरूमा कोभिड-१९ को भाइरसबाट निसंक्रमण गर्न सार्वजनिक प्रणालीहरू जस्तै टनेल वा कक्षहरू मार्फत स्प्रे प्रयोग गर्न सुरक्षित छ?

कुनै पनि परिस्थितिमा व्यक्तिहरूमा निसंक्रमण स्प्रेको (जस्तै टनेल र कक्ष) सिफारिस गरिदैन्। यो अभ्यासले व्यक्तिमा शारीरिक र मनोवैज्ञानिक हानि गर्न सक्दछ र यसले संक्रमित व्यक्तिको संक्रमण फैलाउन क्षमता कम गर्दैन।

- **खोप**

११. ग्राहकवर्ग र उपभोक्ताहरुले किराना पसलमा कस्तो सावधानीहरु अपनाउनु पर्दछ?

ग्राहकवर्ग र उपभोक्ताहरुले किराना पसल पस्दा र त्याहाँबाट सामानहरु खरिद गर्दा त्यहाँका कर्मचारी र अरु ग्राहकसंग सामाजिक दुरी कायम गर्दै लाइनमा बस्दा आफ्नो नाक र मुख छोपिने मास्कको उचित प्रयोग गर्नुपर्दछ। सामान खरिद गर्न ट्रली वा बास्केट प्रयोग गर्नु परेमा त्यसको ह्यान्डललाई प्रयोग गर्नु अघि र प्रयोग गरेपछि राम्ररी स्यानिटाइज वा sanitize गर्नुपर्दछ। आफ्नो हातलाई भने पसल छिर्ने बित्तिकै स्यानिटाइज गरि हाल्नु पर्दछ।

१२. पसलका ट्ली र कार्टहरुलाई कसरी किटानुरहित बनाउन सकिन्छ?

पसलका ट्रली र कार्टहरुको हैन्डललाई बारम्बार अल्कोहोल र क्लोरिन भएका स्यानिटाइजर र किटनाशक वा निसंक्रमण गर्ने वस्तुले सफा गरिरहनु पर्दछ।

- **खोप वा भ्याकसिन सम्बन्धि जिज्ञासाहरु**

१३. कोभिड-१९ को खोपले कति समयमा यो महामारी अन्त्य गर्नेछ?

कोभिड-१९ को खोपले महामारीको अन्त्य हुन विभिन्न कुराले महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको हुन्छ। उदाहरणका लागि खोपको प्रभावकारीता, खोपको उत्पादन, वितरण गर्न कति छिटो समयमा स्वीकृत हुन्छ र कति जनालाई कसरी खोप प्रदान गर्ने कुराहरुले माहामारीको अन्त्यको निर्धारण गर्दछ। तर वैज्ञानिकहरु भने अहिले बन्दै गरेका प्राय कोभिड-१९का खोपहरु सतप्रतिशत प्रभावकारी नहुने अनुमान गर्दछन् ।

➢ कोभिडका बिरामीको घरमै गरिने हेरविचार सम्बन्धि जिज्ञासाहरु

१४. परिवारमा यदि कसैलाई कोभिड सङ्क्रमण भएमा के गर्न सकिन्छ?

सकेसम्म सङ्क्रमित व्यक्ति र अन्य परिवारका सदस्यले छुट्टै कोठा र शौचालय प्रयोग गर्नुपर्दछ। सङ्क्रमित व्यक्ति अन्य परिवारका सदस्यबाट टाढा अलगै बस्नुपर्दछ।

सङ्क्रमित व्यक्तिलाई छुट्टै कोठामा खाना दिनुपर्दछ र उनले अरु सदस्यको लागि खाना पकाउनु पनि हुँदैन र अरुसंग बसेर पनि खानु हुँदैन।

सङ्क्रमित व्यक्तिले प्रयोग गरेको भाडा-कुडाँ पखाल्दा पन्जा लगाएर तातो पानी र साबुनले सफा गर्नु पर्दछ।

घरमा खाना बनाउँदा ,खाना खानु अघि, शौचालय प्रयोग गरिसकेपछि, खोक्दा, हाच्छिँयु गर्दा र नाक सफा गरेपछि कम्तिमा २० सेकेन्डसम्म साबुन पानीले मिची मिची हात धुनु पर्दछ। हात देखिने बित्तिकै साबुन पानीले मिची मिची हात धुनु पर्दछ। साबुन पानीको पहुँच नहुँदा कम्तिमा पनि ६०% अल्कोहोल युक्त स्यानिटाइजरले हात सफा गर्नुपर्दछ।

घरमा बसेका सङ्क्रमित व्यक्तिले परिवारका सदस्य वरिपरि हुँदा उनीहरुलाई रोग सर्न वा कोभिडको सङ्क्रमण हुन नदिनका लागि एकचोटि प्रयोग गरी फ्याकने मास्क लगाउनु पर्दछ । घरका अन्य सदस्यले पनि सङ्क्रमित व्यक्ति बस्ने कोठाभित्र छिर्नका लागि मास्क लगाउनुपर्दछ। यदि कोही कोभिड १९ ले सङ्क्रमित भएमा, मास्क लगाउनाले लगाउने व्यक्ति अनि उनको वरिपरि भएका व्यक्तिलाई पनि सुरक्षित राख्दछ।

सङ्क्रमित व्यक्तिसँग सक्दो कम घुलमिल गर्नुपदर्छ। उनी बस्ने कोठा र शौचालयलाई सफा र किटाणु रहित बनाउनु पर्दछ। सङ्क्रमित व्यक्तिको कोठाको सरसफाई र डस्टबिनको फोहर व्यवस्थापन गर्दा पन्जा र मास्क लगाउनुपर्दछ। सरसफाई सकेपछि राम्ररी हात धुनुपर्दछ। सङ्क्रमित व्यक्ति यदि सशक्त भएमा आफैले पनि कोठा र शौचालयलाई सफा र किटाणु रहित बनाउन सक्दछन् ।

आवश्यक परेमा स्वास्थ परामर्श लिनु पर्दछ।

कोभिड १९ का लक्षणहरुको निरिक्षण आफैले गर्नुपर्दछ।

यदि घरमा कोही कोभिडले बिरामी भएमा के के गर्नुपर्छ र कसरी हेरविचार गर्ने भन्ने विषयमा सम्पूर्ण जानकारीका लागि सिडिसीको वेबसाइट हेर्नुहोला। https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/care-for-someone.html

१५. कोभिड सङ्क्रमित व्यक्ति कति दिन घरमा अलग्गै बस्नु पर्छ?

कोभिड सङ्क्रमित व्यक्ति घरमै अलग्गै आइसोलेसनमा तब सम्म बस्नु पर्छ जब सम्म उनले अरुलाई कोभिड सार्ने खतरा हुँदैन। कोभिडको लक्षण देखा परेपछि कम्तिमा पनि १० दिन सम्म र ज्वरो आउने र श्वाश्प्रस्वास सम्बन्धित लक्षणहरु अन्त्य भएको ३ दिन सम्म आइसोलेसनमा अलग्गै बस्नुपर्दछ। कोभिडको कुनै लक्षण नदेखाएतापनि कोभिड पोजेटिभ भएका व्यक्ति पनि कम्तिमा १० दिन आइसोलेसनमा अलग्गै बस्नुपर्दछ।

➢ रेष्टुरेन्ट र सार्वजनिक सवारी साधनमा

१६. रेष्टुरेन्ट र बाहिर सार्वजनिक ठाँउमा गएर खाना खाँदा के कस्ता सावधानी अपनाउनु पर्दछ?

रेष्टुरेन्टको मेनु, पैसा र क्रेडिट कार्डहरु छोइ सकेपछि अल्कोहोल युक्त स्यानिटाइजर र साबुन पानीले हात सफा गर्नु पर्छ। त्यहाँका कर्मचारी र अरु पाहुना वा ग्राहकहरुसँग कम्तिमा पनि एक मिटरको सामाजिक दुरी कायम गर्नुपर्दछ र सहि तरिकाले मास्क प्रयोग लगाइ राख्नुपर्दछ।

१७. सार्वजनिक सवारीसाधनमा यात्रा गरी कुनै गन्तव्यमा पुग्नु कतिको जोखिमपुर्ण हुन्छ?

आफ्नो नीजि साधनमा भन्दा सार्वजनिक सवारीसाधनमा यात्रा गर्दा बढी जोखिम हुन्छ। किनकि सार्वजनिक सवारीसाधनमा मानिसहरु निकै नजिक नजिक बसेका हुन्छन्। सार्वजनिक सवारीसाधन प्रयोग गर्दा सकेसम्म सामाजिक दुरी कायम गर्ने, सहि तरिकाले नाक मुख छोप्ने र गाडीभित्र हावा राम्ररी संचालन हुन दिनका लागि झ्याल खुल्लै राख्नुपर्दछ।

➢ जनावरबाट हुने प्रसारण वा सङ्क्रमण सम्बन्धि जिज्ञासाहरु

१८. के कोभिड १९ किराबाट मानिसमा प्रसारित हुन सक्छ?

अहिले सम्म किराबाट कोभिड प्रसारित भएको केही प्रमाणहरु भेटिएका छैनन्। कोभिड मानिसबाट मानिसमा प्रसारित हुने गर्दछ।

१९. के कोभिड १९ चराचुरुङ्गी र जनावरबाट मानिसमा प्रसारित हुन सक्छ?

सुरुवातमा कोभिड १९ जनावरबाट मानिसमा प्रसारित भएको थियो। तथापि मुख्य रुपमा मानिसलाई सङ्क्रमण हुने भनेको मानिसबाट नै हो र अहिले विश्वभरि पनि मानिस मानिसबाट नै फैलिएको हो। जनावरले मानिसलाई कोभिड १९ सार्ने निकै कम छ। तर यदि कुनै जनावर कोभिड सङ्क्रमित मानिसको सम्पर्कमा हुँदा बिरामी परेको भने पाइएको छ।

➢ कोभिड बिरुद्ध प्रतिरोधात्मक क्षमता र पुन संक्रमण सम्बन्धि जिज्ञासाहरु

२० . के एक पटक कोभिड लागेका व्यक्तिलाई कोभिडको पुन संक्रमण हुन्छ?

एक पटक कोभिड लागेका व्यक्तिलाई कोभिडको पुन संक्रमण हुन सक्दछ। यसको अर्थ एक पटक कोभिड निको भएका व्यक्तिलाई फेरि कोभिडको सङ्क्रमण हुन सक्छ जसको सम्भावना निकै कम छ। र कोभिड बिरुद्धको प्रतिरोधात्मक क्षमता र पुन सङ्क्रमण हुने बारे थुप्रै जानकारीहरु सम्प्रेषण भइरहेका छन्। तथापि सामान्य रुपमा हात धुने, सहि तरिकाले मास्क लगाउने, सामाजिक दुरी कायम गर्ने र भीडभाडमा नजानु उत्तम हुन्छ।

२१. के निगेटिभ टेस्ट गरेका व्यक्तिको पुन कोभिड१९ परिक्षण गर्दा फेरी पोजेटिब देखाउन सक्छ?

निगेटिभ टेस्ट गरेका व्यक्तिको पुन कोभिड१९ परिक्षण गर्दा फेरी पोजेटिब देखाउने सम्भावना हुन सक्छ। किनकि सङ्क्रमण भएको सुरुवातको समयमा परिक्षण गरिएको नमुनामा निगेटिभ देखाएतापनि पछि सङ्क्रमित भई बिरामी परेपछि गरेको नमुनाको परिक्षण पोजेटिब हुन सक्दछ। त्यसैगरी परिक्षण पछि कोभिड भाइरसले सङ्क्रमण गरेको पनि हुन सक्छ। परिक्षणको नतिजा निगेटिब भएतापनि आफू र अरु सबैलाई सुरक्षित राख्नका लागि अरु वरिपरि हुँदा मास्क लगाउने,सामाजिक दुरी कायम गर्ने, भीडभाडमा नजाने र बारम्बार हात धुने बानी बसाल्नु पर्दछ। यदि हाम्रो सम्पर्कमा रहेका कसैलाई कोभिड १९ले सङ्क्रमण गरेमा हामी पनि घरका सदस्यसंग छुटिएर क्वारेन्टिनमा बस्नुपर्छ र आफूमा देखा पर्ने लक्षणहरु निरिक्षण गर्नुपर्दछ।

- **खाद्य सुरक्षाका लागि नेपाल सरकारको विज्ञप्ति**

२२. के कोभिड १९ रोगको महामारीको अवस्थामा नेपाल सरकारले कुनै सावधानी वा विज्ञप्ति प्रकाशन गरेको छ?

नेपालमा विश्व स्वास्थ संगठन र खाद्य र कृषि संगठनलाई आधार मानेर खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण विभागले खाद्य व्यवसायी र उपभोक्ताको सुरक्षालाई ध्यानमा राखी विज्ञप्ति प्रकाशन गरेको छ।

http://www.dftqc.gov.np/noticedetail/69/2020/25574326

२३. नेपालमा कोभिड १९को बारेमा भरपर्दो जानकारी कहाँबाट लिने?

नेपालमा कोभिड १९को बारेमा भरपर्दो जानकारी स्वास्थ मन्त्रालयको वेबसाइटबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ। https://covid19.mohp.gov.np/

- **मास्क सम्बन्धि जिज्ञासाहरु**

२४. के एक पटक मात्र प्रयोग गर्न मिल्ने किल्निकल मास्कलाई निसंक्रामक बनाई पुनःप्रयोग गर्न मिल्छ?

अँह, एक पटक मात्र प्रयोग गर्न मिल्ने किल्निकल मास्क एक पटक मात्र प्रयोग गर्नु पर्दछ। एक पटक प्रयोग गरिसकेपछि त्यसलाई उचित तरिकाले व्यवस्थापन गर्नुपर्छ। (मास्को अगाडीको भागलाई नछोइ, कानमा अडाउने डोरी समातेर फ्याल्नु पर्छ) मास्कलाई ढक्कन भएको बिनमा फ्याल्नु पर्दछ र राम्ररी साबुन पानीले हात धुनु पर्दछ।

- **सुर्तीजन्य पदार्थको प्रयोग सम्बन्धि जिज्ञासाहरु**

२५. के कोभिड १९ भाइरसले संक्रमण गर्ने जोखिम धुम्रपान नगर्ने व्यक्तिलाई भन्दा धुम्रपान गर्नेलाई बढी हुन्छ?

धुमपान गर्ने व्यक्तिहरुलाई (चुरोट, बिडीँ, सिगार, हुक्का आदिका प्रयोगकर्ता) कोभिड १९ रोग लाग्ने जोखिम धेरै हुन्छ। किनकि धुम्रपान गर्दा सम्भवत संक्रमित चुरोट र हात ओठको सम्पर्कमा आउँछ र यसका कारण भाइरस हातबाट मुखसम्म पुगी संक्रमण हुने सम्भावना बढ्दछ । हुक्का र सिसा सेवन गर्दा एउटै पाइप धेरै जनाले प्रयोग गर्ने हुनाले कोभिड१९ का भाइरसको संक्रमण सामुदायिक तहमा हुने सम्भावना हुन्छ।

Reference:

Cornell University
https://instituteforfoodsafety.cornell.edu/coronavirus-covid-19/food-industry-resources/food-industry-faqs/

World Health Organization (WHO)
https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub

Centre for Disease Control (CDC)
https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html

US Food and Drug Administration (FDA)
https://www.fda.gov/emergency-preparedness-and-response/coronavirus-disease-2019-covid-19/covid-19-frequently-asked-questions

Nepal Development Research Institute (NDRI)
http://covid19.ndri.org.np/faq/

Panellist of First COVID-19 Food Industry Virtual Office Hours

1. Prof. Dr. Gopal Bd KC, Academician, NAST
2. Dr. Rebati Man Shrestha, Vice Chairman, Nepal Biotechnology Association (NBA) & Consultant Expert, Livestock and Veterinary, NLG Insurance Company
3. Dr. Kishor Khanal, Assistant Dean & Associate Prof. of Horticulture Institute of Agriculture and Animal Science (IAAS)
4. Dr. Ram Chandra Adhikari, Director Planning and Coordinator Nepal Agriculture Research Council (NARC)
5. Mr. Mohan Krishna Maharjan, Senior Food Research Officer, Department of Food Technology and Quality Control (DFTQC)

This document is made possible by the generous support of the American people through the United States Agency of International Development (USAID). The contents are the responsibility of the authors and do not necessarily reflect the views of USAID or the United States Government. Program activities are funded by USAID under Cooperative Agreement No. 7200AA19LE00003.