

ताजा उत्पादनहरूको प्रबंधन कसरी गर्ने

कोभिड-१९ खाद्यजन्य नभएता पनि उत्पादनहरू र अन्य सबै खाद्यहरूको प्रबंधनमा भने उत्तम अभ्यासहरू लागू हुन्छन् ।



१. ताजा उत्पादनहरू छुनु अघि, खाना बनाउनु अघि, खाना खानु अघि र खुवाउनु अघि राम्ररी २० सेकेन्ड सम्म साबुन पानीले हात धुनु पर्दछ ।
२. उत्पादनहरूलाई चिसो गरि राख्नु पर्दछ । यसले उत्पादनहरूलाई गुणस्तरिय र सुरक्षित राख्छ । ताजा उत्पादनहरूलाई कहिले पनि तातो गाडीमा राख्नु हुँदैन, र जब सम्म फलफुल र तरकारीहरूलाई फ्रिजमा राखिदैन तब सम्म कुलरमा राख्नु पर्दछ ।
३. फलफुल र तरकारीहरू खानु वा पकाउनु पूर्व राम्रो संग चिसो पानीले सफा गर्नु पर्दछ । यदि फलफुल अथवा तरकारीको बाहिरको बोक्रा कडा छ भने त्यसलाई सफा गर्दा ब्रसको प्रयोग पनि गर्न सकिन्छ ।
४. उत्पादनहरू सफा गर्दा कहिले पनि साबुन अथवा ब्लीचको प्रयोग नगरौं । ब्लीच, सेनिटाइजरहरू र साबुन खाँदा स्वास्थ्यलाई हानी गर्ने र अन्य स्वास्थ्य समस्याहरू पनि निम्त्याउन सक्छ ।
५. ताजा उत्पादनहरू तयार गर्दा र भण्डारण गर्दा एउटा खाद्यले अर्को खाद्यलाई दूषित बनाउन नदिने । फलफुल र तरकारीलाई काँचो मासु, माछा र भान्छाको सामान जस्तै चक्कुहरू संगै राख्नु हुँदैन र काँचो मासु छुने बित्तिकै राम्ररी हात धुन जरूरी हुन्छ ।

कोभिड-१९मा अन्य जानकारीको लागि:

instituteforfoodsafety.cornell.edu/coronavirus-covid-19/international-resources



Cornell University



नेपाल विकास अनुसन्धान प्रतिष्ठान
Nepal Development Research Institute