ਸਫਾਈ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਫਾਈ

Clean Hands
Food safety in your language

ਸਹੀ ਉਤਪਾਦ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤੋ। ਇਸਨੂੰ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।

1 ਸਾਫ਼



ਕਦਮ 1: ਸਾਫ਼ ਕਰੋ

- ਭੋਜਨ, ਚਿਕਨਾਹਟ ਅਤੇ ਮੈਲ ਹਟਾਓ
- ਗਰਮ ਸਾਬਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਡਿਟਰਜੈਂਟ ਵਰਤੋ
- ਡਿਟਰਜੈਂਟ ਗੰਦਗੀ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਕੀਟਾਣੂ ਨਹੀਂ ਮਾਰਦਾ।

Why? ਗੰਦੀ ਸਤਹ 'ਤੇ ਕੀਟਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

2 ਜੀਵਾਣੂ-ਰਹਿਤ ਕਰੋ



ਕਦਮ 2: ਕੀਟਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਕਰੋ

- ਸਾਫ਼ ਸਤਹ 'ਤੇ ਕੀਟਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਲੇਬਲ 'ਤੇ BS EN 1276 ਜਾਂ BS EN 13697 ਲਿਖਿਆ ਹੋਣਾ ਵੇਖੋ।
- ਇਸਨੂੰ ਲੇਬਲ 'ਤੇ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪਤਲਾ ਕਰੋ।

Why? ਇਹ ਮਿਆਰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਤਪਾਦ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਮਾਰਦਾ ਹੈ।

3 ਇੰਤਜ਼ਾਰ



ਇਸਨੂੰ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਲੱਗੇ ਰਹਿਣ ਦਿਓ

- ਇਸਨੂੰ ਲੇਬਲ 'ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਲੱਗਿਆ ਰਹਿਣ ਦਿਓ।
- ਫਿਰ ਇਸਨੂੰ ਧੋਵੋ ਜਾਂ ਪੂੰਝੋ, ਜੇ ਲੇਬਲ 'ਤੇ ਲਿਖਿਆ ਹੋਵੇ।
- ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਜੀਵਤ ਛੱਡ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Why? ਉਤਪਾਦ ਨੂੰ ਕੀਟਾਣੂ ਮਾਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

4 ਸਟੋਰੇਜ



ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਦੂਰ

- ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਲੇਬਲ ਵਾਲੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।
- ਕਦੇ ਵੀ ਰਸਾਇਣਾਂ ਲਈ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਕਦੇ ਵੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਮਿਲਾਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਲੀਚ ਅਤੇ ਐਸਿਡ।

Why? ਮਿਲੇ-ਜੁਲੇ ਉਤਪਾਦ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਗੈਸ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਰਸਾਇਣ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੱਪੜੇ

ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਵਰਤੋ।
ਹਰ ਕੰਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ। ਬਾਰ-ਬਾਰ ਵਰਤਣਯੋਗ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਗਰਮ ਚੱਕਰ 'ਤੇ ਧੋਵੋ।

ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ

ਸਫਾਈ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
ਲਿਖੋ ਕਿ ਕੀ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਅਤੇ ਕਿਹੜਾ ਉਤਪਾਦ ਵਰਤਣਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖੋ।

Based on Food Standards Agency and NHS advice.
Free to print and share.
Ref CH-CC-PA-2611 · EN: Cleaning safely · AI translation, may contain mistakes