

শাৰীৰিক পুষ্টিয়েই আনে মানসিক পুষ্টি
মানসিক পূৰ্ণতাই আনে জ্ঞান লাভৰ তৃপ্তি

মধ্যাহ্ন ভোজন আঁচনিৰ অধীনস্থ বিদ্যালয়
পৰ্যায়ত ৰান্ধনী ঘৰৰ বাবে খাদ্য সুৰক্ষা আৰু
স্বাস্থ্য বিধি সম্পৰ্কীয় নিৰ্দেশাৱলী



মধ্যাহ্ন ভোজন আঁচনা
Mid Day Meal Scheme

ৰাজ্যিক ন'ডেল বিষয়াৰ কাৰ্যালয়
মধ্যাহ্ন ভোজন আঁচনি, অসম
সৰ্বশিক্ষা অভিযান মিছন কাৰ্যালয় চৌহদ
কাহিলীপাৰা, গুৱাহাটী-৭৮১০১৯

মানৱ সম্পদ উন্নয়ন মন্ত্ৰণালয়
(বিদ্যালয় শিক্ষা আৰু সাক্ষৰতা বিভাগ)

জাননী

নতুন দিল্লী, ৩০ ছেপ্টেম্বৰ, ২০১৫

জি এছ আৰ ৭৪৩ (ই) : ৰাষ্ট্ৰীয় খাদ্য সুৰক্ষা আইন, ২০১৩ (২০১৩ৰ ২০)ৰ ৩৯ নং ধাৰাৰ 'বি' দফা সংযুক্ত ২ নং উপধাৰা আৰু ১ নং উপধাৰাই প্ৰদান কৰা ক্ষমতা অনুসৰি কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰে ইয়াৰ দ্বাৰা নিম্নোলিখিত অধিনিয়মসমূহ বলৱৎ কৰিছে।

১) সংক্ষিপ্ত নাম আৰু আৰম্ভণি :

- (১) এই অধিনিয়মখনক মধ্যাহ্ন ভোজন (Mid-Day Meal Rules) অধিনিয়ম, ২০১৫ বুলিব পাৰি।
- (২) আনুষ্ঠানিক গেজেটত প্ৰকাশ হোৱাৰ তাৰিখৰ পৰা এই অধিনিয়মসমূহ কাৰ্যকৰী হ'ব।

(২) সংজ্ঞা : প্ৰসংগভাৱে এই অধিনিয়মসমূহৰ অভিধা এনে ধৰণৰ—

- (ক) 'আইন' মানে হ'ল ৰাষ্ট্ৰীয় খাদ্য সুৰক্ষা আইন, ২০১৩ (২০১৩ৰ ২০),
- (খ) 'খাদ্যশস্য' মানে হ'ল চাউল, গম, মাহ বা দানা জাতীয় শস্য অথবা সময়ে সময়ে কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰৰ আদেশ অনুসৰি নিৰ্ধাৰিত মানসম্পন্ন এই ধৰণৰ যিকোনো খাদ্য সংযোজন,
- (গ) 'খাদ্য সুৰক্ষা ভান্ডা' মানে হ'ল আইনৰ ৮ নং ধাৰাৰ অধীনত যোগ্য ব্যক্তিক সংশ্লিষ্ট ৰাজ্য চৰকাৰে দিবলগীয়া খাদ্যশস্য আৰু ধন,
- (ঘ) 'আহাৰ' মানে হ'ল গৰম সতেজ আহাৰ,
- (ঙ) 'বিদ্যালয়' শব্দটোৱে অন্তৰ্ভুক্ত কৰিছে স্থানীয় গোট, চৰকাৰৰ দ্বাৰা পৰিচালিত অথবা সৰ্বশিক্ষা অভিযানৰ অধীনত সাহায্যপ্ৰাপ্ত মাদ্ৰাছা আৰু মোক্তবকে সাঙুৰি চৰকাৰী সাহায্যপ্ৰাপ্ত যিকোনো বিদ্যালয়,
- (চ) 'ধাৰা' মানে হ'ল আইনখনৰ ধাৰা, আৰু
- (ছ) ইয়াত ব্যৱহৃত সংজ্ঞাবদ্ধ নোহোৱা অথচ আইনখনত সংজ্ঞাবদ্ধ হোৱা শব্দ আৰু অভিব্যক্তিৰে আইনখনত নিৰ্ধাৰিত অৰ্থ প্ৰকাশ কৰিবলৈ সক্ষম হ'ব।

(৩) পুষ্টিৰ খাদ্যৰ অধিকাৰী : ছয়ৰ পৰা চৈধ্য বছৰ বয়সৰ ভিতৰত ১ম শ্ৰেণীৰ পৰা ৮ম শ্ৰেণীৰ ভিতৰত পঢ়ি থকা প্ৰতিটো শিশুক, যিয়ে নামভৰ্তি কৰিছে আৰু পঢ়াশালিলৈ গৈ আছে, তেওঁলোকক আইনৰ ২ নং অনুসূচীয়ে নিৰ্ধাৰণ কৰা অনুসৰি মানসম্পন্ন পুষ্টিৰ খাদ্য বিদ্যালয়ৰ বন্ধৰ দিনৰ বাহিৰে প্ৰতিদিনে বিনামূলীয়াকৈ দিয়া হ'ব।

(৪) আহাৰ পৰিৱেশন কৰা স্থান : শিশুসকলক কেৱল তেওঁলোকৰ বিদ্যালয়সমূহতহে আহাৰ পৰিৱেশন কৰা হ'ব।

(৫) খাদ্য প্ৰস্তুতকৰণ আৰু মান ও গুণৰ ৰক্ষাকৰণ :

(১) কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰে সময়ে সময়ে জাৰি কৰা মধ্যাহ্ন ভোজনৰ নিৰ্দেশাৱলী আৰু আইনখনৰ ২নং ধাৰাত সন্নিবিষ্ট বিধি অনুসৰি এই খাদ্য প্ৰস্তুত কৰিব লাগিব।

(২) প্ৰতিখন বিদ্যালয়ৰে স্বাস্থ্যসন্মতভাৱে আহাৰ ৰান্ধিব পৰা সা-সুবিধা থাকিব লাগিব। কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰৰ নিৰ্দেশাৱলী অনুসৰি নগৰ অঞ্চলত থকা বিদ্যালয়সমূহে আহাৰ ৰান্ধিবৰ বাবে প্ৰয়োজন সাপেক্ষে কেন্দ্ৰীয়ভাৱে প্ৰতিষ্ঠিত ৰান্ধনিশালৰ সুবিধা ল'ব পাৰিব আৰু সেই আহাৰ কেৱল সংশ্লিষ্ট বিদ্যালয়তহে যোগান ধৰিব পাৰিব।

(৬) মধ্যাহ্ন ভোজন আঁচনিৰ ৰাজ্যিক পৰিচালনা তথা পৰ্যবেক্ষণ সমিতি : ৰাজ্যিক পৰিচালনা তথা পৰ্যবেক্ষণ সমিতি (এছ এছ এম চি)য়ে পুষ্টিৰ মান আৰু গুণসম্পন্ন আহাৰৰ বিষয়টো চোৱা-চিতা কৰিবৰ বাবে এটা সু-ব্যৱস্থা প্ৰতিষ্ঠা কৰাকে ধৰি আইনখনৰ সঠিক ৰূপায়ণ সম্পৰ্কে নিশ্চিত প্ৰদান কৰিবৰ বাবে আঁচনিখনৰ ৰূপায়ণ পৰ্যবেক্ষণ কৰিব।

(তৃতীয় বেটুপাত পৃষ্ঠাত)

Abbreviations (সংক্ষিপ্তকরণ)

AGMARK	:	Agriculture Grading and Marketing
CCHs	:	Cook - cum Helpers
CSIR	:	Council of Scientific and Industrial Research
DFS	:	Double Fortified Salt
FAQ	:	Fair Average Quality
FCI	:	Food Corporation of India
FEFO	:	First Expire First Out
FIFO	:	First in, First out
FSSAI	:	Food Standards and Safety Authority of India
ISI	:	Indian Standards Institute
KS	:	Kitchen cum Store
LPG	:	Liquefied Petroleum Gas
MDMS	:	Mid-Day Meal Scheme
NABL	:	National Accrediation Board for Testing and Calibration Laboratories
PDS	:	Public Distribution System
RTE	:	Right to Education
SHGs	:	Self Help Groups
SMC	:	School Management Committee
STC	:	Special Training Centre
WASH	:	Water Sanitation Hygiene
WHO	:	World Health Organization

সূচীপত্ৰ

	পৃষ্ঠা নং
১) খাদ্য সুৰক্ষা আৰু স্বাস্থ্য বিধি	৩
১.১ পাতনি	৩
১.২ খাদ্য সামগ্ৰী সংগ্ৰহ আৰু পৰিবহন	৪
১.৩ তেল, দাইল আৰু মচলা আহৰণ	৪
১.৪ নষ্ট হ'ব পৰা কেঁচা সামগ্ৰী যোগান/সংগ্ৰহ	৪
১.৫ কেঁচা সামগ্ৰীৰ মজুতকৰণ	৫
১.৬ খাদ্য সুৰক্ষাৰ বাবে ল'বলগীয়া উপায়	৬
১.৬.১ প্ৰাক্ বন্ধন প্ৰক্ৰিয়া বা প্ৰস্তুতিৰ সময়ত ল'বলগীয়া খাদ্য সুৰক্ষা ব্যৱস্থা	৬
১.৬.২ বন্ধনৰ সময়ত ল'বলগীয়া খাদ্য সুৰক্ষা ব্যৱস্থা	৬
১.৭ মধ্যাহ্ন ভোজনৰ সোৱাদ লোৱা	৭
১.৮ মধ্যাহ্ন ভোজনৰ পৰীক্ষা কৰা	৭
১.৯ বন্ধা ঠাইৰ চাফ-চিকুণতা	৭
১.১০ বাচন-বৰ্তন, সঁজুলি আৰু অন্যান্য সামগ্ৰীসমূহৰ চাফ-চিকুণ	৭
১.১১ ব্যক্তিগত পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতা, চাফ-চিকুণতা আৰু পাকঘৰত কাম কৰা বান্ধনি আৰু সহায়কৰ স্বাস্থ্য পৰীক্ষা	৮
১.১২ কীট নিয়ন্ত্ৰণ	৯
২) ল'ৰা-ছোৱালীৰ হাত ধোৱা	৯
৩) খাদ্য সুৰক্ষা আৰু পাকঘৰৰ লগতে ভঁৰাল ঘৰৰ পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতা আৰু প্ৰয়োজনীয় আন্তঃগাঁথনি	১০
৩.১ পাকঘৰ লগতে ভঁৰাল ঘৰৰ সুৰক্ষা আৰু স্বাস্থ্য বিধিৰ বাবে নিৰ্দেশাৱলী	১০
৩.২ পানী যোগান	১২
৩.৩ পানীৰ পৰীক্ষাকৰণ	১২
৩.৪ নলা-নৰ্দমা আৰু পেলনীয়া সামগ্ৰীৰ নিষ্কাশণ	১২
৩.৫ খাদ্য পৰিৱেশনৰ ঠাই	১২

১) খাদ্য সুৰক্ষা আৰু স্বাস্থ্য বিধি

১.১ পাতনি :

মধ্যাহ্ন ভোজন (MDM) আঁচনিখন কেন্দ্ৰীয় সাহায্যপ্ৰাপ্ত আঁচনি যিখন আঁচনিৰ অধীনত চৰকাৰী, চৰকাৰী সাহায্যপ্ৰাপ্ত বিদ্যালয়সমূহ, বিশেষ প্ৰশিক্ষণ কেন্দ্ৰ আৰু সৰ্বশিক্ষাৰ দ্বাৰা সমৰ্থিত মাদ্ৰাছা আৰু মোক্তাব, ৰাষ্ট্ৰীয় শিশু শ্ৰমিক বিদ্যালয়বোৰ (NCLP)ত প্ৰথম শ্ৰেণীৰ পৰা অষ্টম শ্ৰেণীলৈ পঢ়ি থকা ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলক বন্ধা আহাৰ গৰমে গৰমে পৰিৱেশন কৰা হয়। এই আঁচনিৰ নিৰ্দেশাৱলী অনুসৰি বন্ধা আহাৰৰ জৰিয়তে প্ৰাথমিক স্তৰৰ প্ৰত্যেক শিশুৰ বাবে ৪৫০ কেল'ৰি আৰু ১২ গ্ৰাম প্ৰ'টিন, উচ্চ প্ৰাথমিক স্তৰৰ প্ৰত্যেক শিশুৰ বাবে ৭০০ কেল'ৰি আৰু ২০ গ্ৰাম প্ৰ'টিনযুক্ত মধ্যাহ্ন ভোজন দিবলৈ প্ৰয়াস কৰা হৈছে। এজন প্ৰাথমিক স্তৰৰ শিশুৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় এই শক্তি আৰু প্ৰ'টিন আহে বন্ধা ১০০ গ্ৰাম চাউল/আটা, ২০ গ্ৰাম দাইল, ৫০ গ্ৰাম শাক-পাচলি আৰু ৫ গ্ৰাম তেলৰ পৰা আৰু উচ্চ প্ৰাথমিক স্তৰৰ এটি শিশুৰ বাবে আহে বন্ধা ১৫০ গ্ৰাম চাউল/আটা, ৩০ গ্ৰাম দাইল, ৭৫ গ্ৰাম শাক-পাচলি আৰু ৭.৫ গ্ৰাম তেলৰ পৰা।

মধ্যাহ্ন ভোজনৰ যথোপযুক্ত পৰিপূষ্টি থকাৰ লগতে ই সুস্বাদু, স্বাস্থ্যসন্মত আৰু ব্যৱহাৰোপযোগী হোৱাটো বাঞ্ছনীয়। এই খাদ্য সুৰক্ষাৰ নিৰ্দেশাৱলীসমূহ বিদ্যালয়ৰ ৰান্ধনী ঘৰসমূহৰ ক্ষেত্ৰতহে প্ৰযোজ্য য'ত ল'ৰা-ছোৱালীৰ বাবে মধ্যাহ্ন ভোজন বন্ধা হয়। বিদ্যালয়ৰ পাকঘৰত খাদ্যবস্তু প্ৰস্তুত কৰাৰ সময়ত এইটো নিশ্চিত হ'ব লাগে যাতে খাদ্যৰ গুণগত মান অটুট থাকে। ইয়াৰ দ্বাৰা প্ৰদান কৰা খোৱাবস্তু পুষ্টিকৰ আৰু খাদ্য ভেজালকৰণৰ পৰা মুক্ত হ'ব লাগে। ইয়াৰ উপৰি খাদ্যসমূহ বিভিন্ন বেমাৰৰ সংক্ৰমক, কৃত্ৰিম ৰং আৰু মচলা আদিৰ পৰাও মুক্ত হোৱা উচিত।

সুৰক্ষিত খাদ্যই খাদ্যবস্তুৰ বাছনি, নিয়ন্ত্ৰণ, প্ৰস্তুতকৰণ আৰু খাদ্যবস্তু মজুতকৰণৰ বিভিন্ন দিশসমূহ সাঙুৰি লয় যিয়ে খাদ্যত পৰিবাৰিত বেমাৰ-আজাৰ আৰু সংক্ৰমণ ৰোধ কৰে। এই ব্যৱস্থাই কেতবোৰ বিশেষ পদ্ধতি সামৰি লয় যিবিলাকে স্বাস্থ্যৰ ক্ষেত্ৰত উদ্ভৱ হ'ব পৰা বিপদসমূহক এৰাই চলাত সহায় কৰে।

খাদ্য সংক্ৰমণে খোৱা বস্তুত বিপদজনক ৰাসায়নিক দ্ৰব্য আৰু অনুজীৱবোৰৰ উপস্থিতি সূচায় আৰু ই শৰীৰত বেমাৰৰ সৃষ্টি কৰে। সংক্ৰমক ৰোগবোৰক তলত দিয়া ধৰণে বিভিন্ন প্ৰকাৰত ভাগ কৰিব পাৰি।

(ক) জৈৱিক সংক্ৰমক : ই বায়ু, খাদ্য, পানী, মাটি, জীৱ-জন্তু আৰু মানুহৰ গাত থকা বেণ্টেৰীয়া, ইষ্ট, ভেঁকুৰ, ভাইৰাচ বা পৰজীৱিক সামৰি লয়।

(খ) ভৌতিক সংক্ৰমক : আকস্মিক সংক্ৰমণ আৰু অসাৱধানতাৰ ফলত খাদ্য বস্তুত পোৱা বিভিন্ন পদাৰ্থ, সৰু-সুৰা বস্তুৰ টুকুৰা যেনে- শিল, ধাতু, কাচ, কাঠ, মাটি, ময়লা, গহনা, চুলি, নখ আদি। ইয়াৰ উপৰি হাঁচিওৱা বা কাঁহ মৰাৰ ফলত খাদ্য দূষিত হয়।

(গ) ৰাসায়নিক সংক্ৰমক : ই বাচন-বৰ্তন ধোৱা চাবোন আদি খাদ্য বস্তুৰ উপৰিভাগ বীজাণুমুক্ত কৰাত ব্যৱহৃত ৰাসায়নিক দ্ৰব্যসমূহ, কীট-পতংগ নিয়ন্ত্ৰণৰ বাবে ব্যৱহাৰ কৰা ৰাসায়নিক দ্ৰব্য, ৰং আৰু পানী চাফা কৰা ৰাসায়নিক

পদার্থ, কীটনাশক, সাৰ আৰু ভেঁকুৰ ধ্বংস কৰা দ্ৰব্যক সামৰি লয়।

১.২ খাদ্য সামগ্ৰী সংগ্ৰহ আৰু পৰিবহন :

(ক) মধ্যাহ্ন ভোজন আঁচনিৰ চৰ্ত অনুসৰি চাউল/গম আদি ভাৰতীয় খাদ্য নিগমে যোগান ধৰাতো বাধ্যতামূলক। এই চাউল/গম আদি ভাৰত চৰকাৰৰ 'খাদ্য আৰু জনবিতৰণ বিভাগ'ৰ সহযোগত 'বিদ্যালয় শিক্ষা আৰু সাক্ষৰতা বিভাগে' প্ৰাথমিক আৰু উচ্চ প্ৰাথমিক বিদ্যালয়সমূহলৈ পৃথকে পৃথকে বছৰত দুবাৰ আৰন্টন দিব লাগে। ভাৰতীয় খাদ্য নিগমে যথোপযুক্ত পৰিমাণৰ খাদ্য সামগ্ৰী নিয়মিতভাৱে যোগান ধৰাৰ লগতে খাদ্য সামগ্ৰীৰ গুণগত মানৰ যথার্থতা নিশ্চিত কৰিব লাগে। ভাৰতীয় খাদ্য নিগমে প্ৰতিখন ৰাজ্যত এজন ন'ডেল বিষয়া নিয়োগ কৰে আৰু তেওঁ এই আঁচনিৰ দ্বাৰা যোগান ধৰা চাউল/গম যোগানৰ বিভিন্ন সমস্যাবোৰ চোৱা-চিতা কৰে।

(খ) সংগ্ৰহৰ বাবে প্ৰস্তুত কৰা সামগ্ৰীৰ নমুনা (তিনিটা) যুটীয়াভাৱে জিলা উপায়ুক্তৰ প্ৰতিনিধি বা মুখ্য কাৰ্যবাহী বিষয়া, জিলা পঞ্চায়ত আৰু ভাৰতীয় খাদ্য নিগমৰ বিষয়াৰ উপস্থিতিত লোৱা হ'ব আৰু নমুনাৰ ৰচিদ কেইখনত যুটীয়াভাৱে স্বাক্ষৰ কৰি মোহৰ মাৰিব। তেনেকুৱা এখন মোহৰ যুক্ত ৰচিদ ৰাজ্য চৰকাৰৰ প্ৰতিনিধিলৈ, এখন ভাৰতীয় খাদ্য নিগমৰ জিলা কাৰ্যালয়লৈ পঠিয়াই দিব আৰু এখন খাদ্য নিগমৰ ভৰাল ঘৰত ৰাখিব।

(গ) ভাৰতীয় খাদ্য নিগমৰ পৰা সংগ্ৰহ কৰা খাদ্য-শস্যৰ নমুনা তিনিমাহৰ কাৰণে গুণগত মানৰ প্ৰতীক হিচাপে ৰাখিব লাগে। যদিহে এই সময়সীমাৰ ভিতৰত খাদ্য-শস্য নিম্নমানৰ বুলি অভিযোগ উত্থাপিত হয়, তেন্তে এই নমুনাবোৰক অভিযোগৰ সত্যতা নিৰ্ণয় কৰাৰ কাৰণে ব্যৱহাৰ কৰিব পৰা যাব।

(ঘ) খাদ্য-শস্য সংগ্ৰহ আৰু পৰিবহনৰ লগত সম্পৰ্কিত বিষয়ৰ নিৰ্দেশাৱলী, মানৰ সম্পদ বিকাশ মন্ত্ৰণালয়ে চিঠি নং F.1-15/2009-Desk(MDM) dated 10th February, 2010 ত প্ৰকাশ কৰা নিৰ্দেশাৱলীৰ ভিত্তিত প্ৰতিষ্ঠিত।

১.৩ তেল, দাইল আৰু মচলা আহৰণ :

(ক) কেৱল AGMARK প্ৰতীক থকা পেকেটৰ দাইল, নিমখ, মচলা আৰু তেল আদিহে কিনিব লাগে। মুকলিকৈ বিক্ৰী কৰা যিকোনো উপাদান কেতিয়াও ক্ৰয় কৰিব নালাগে। খাদ্য সামগ্ৰী ক্ৰয় কৰাৰ সময়ত বস্তুবোৰৰ ম্যাদ উকলাৰ তাৰিখ ভালদৰে পৰীক্ষা কৰি চাব লাগে।

(খ) মধ্যাহ্ন ভোজন ৰন্ধাৰ কাৰণে কেৱল দ্বিগুণ সুৰক্ষিত নিমখ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে। খাদ্য বস্তু মানবিশিষ্ট টেমা ত থ'ব লাগে। দাইল, মচলা, সুগন্ধি দ্ৰব্য আৰু আন উপাদানসমূহ ৰাখিবলৈ প্লাষ্টিকৰ টেমা হৈছে উপযুক্ত।

১.৪ নষ্ট হ'ব পৰা কেঁচা সামগ্ৰী যোগান/সংগ্ৰহ :

ক) শাক-পাচলি, ফল-মূল আদি সোনকালে নষ্ট হোৱা খাদ্য সামগ্ৰীসমূহ সতেজ হৈ থাকোতেই সংগ্ৰহ কৰিব লাগে যাতে ইয়াক নিৰ্দিষ্ট সময়ৰ বাবে সংৰক্ষণ কৰিব পাৰি।

খ) এই সামগ্ৰীসমূহ প্লাষ্টিক মোনাত সংৰক্ষণ কৰিব নালাগে কাৰণ এনে কৰিলে এই সামগ্ৰীসমূহ সোনকালে নষ্ট হৈ যায়। এইধৰণৰ সামগ্ৰীসমূহ সূৰ্যৰ পোহৰৰ পৰা আঁতৰত ঠাণ্ডা ঠাইত সংৰক্ষণ কৰিব লাগে।

গ) কৃষি উদ্যানত উৎপাদিত সামগ্ৰীসমূহ সংৰক্ষণ কৰিবৰ বাবে বিদ্যুৎ বা ইন্ধনৰ প্ৰয়োজন নথকা শীতল ভঁৰাল এটি কম খৰচী বিকল্প হিচাপে ব্যৱহাৰ কৰিব পৰা যায়। ফল-মূল আৰু শাক-পাচলিসমূহ বেছি আৰ্দ্ৰতাসম্পন্ন

হোৱাৰ বাবে সহজে নষ্ট হয় সেয়েহে এইবোৰ শীতল ভঁৰালত সংৰক্ষণ কৰাটো প্ৰয়োজন। কম খৰচী এনে শীতল ভঁৰালবোৰ ইটা, বালি, খেৰ আদিৰে সহজে নিৰ্মাণ কৰিব পাৰি। এই শীতল ভঁৰালবোৰ বাহিৰৰ তাপমানতকৈ শতকৰা ১০ ৰ পৰা ১৫ ডিগ্ৰী চেলচিয়াছ শীতল হৈ থকাৰ লগতে ৯০ শতাংশ আপেক্ষিক আৰ্দ্ৰতাসম্পন্ন হৈ থাকিব লাগে। এই ব্যৱস্থা গ্ৰীষ্মকালৰ বাবে যথেষ্ট কাৰ্যকৰী।

ঘ) কেঁচা সামগ্ৰী সংৰক্ষণৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰথমে উকলা সামগ্ৰীসমূহ প্ৰথমে ব্যৱহাৰ কৰিব বা প্ৰথমে অনা সামগ্ৰী প্ৰথমে প্ৰয়োজন অনুসৰি ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে। কেঁচা সামগ্ৰীসমূহ সংৰক্ষণৰ বাবে এনে পাত্ৰ যোগান ধৰা উচিত য'ত কেঁচা সামগ্ৰী থ'লে বেয়া হৈ পচি নাযায়। খাদ্য-সামগ্ৰীসমূহ মজিয়াৰ পৰা ওপৰত ৰেক্ত আৰু বেৰৰ পৰা আঁতৰত সংৰক্ষণ কৰিব লাগে যাতে কীট-পতঙ্গই নষ্ট কৰিব নোৱাৰে আৰু সহজে পচি নাযায়।

চ) কোনো কেঁচা সামগ্ৰী বা উপাদানত পৰজীৱী, অবাঞ্ছিত ক্ষুদ্ৰ জীৱাণু, ৰাসায়নিক দ্ৰব্য, পশুৰ ঔষধ বা বিষাক্ত বস্তু, পচি যোৱা বা অনাৱশ্যকীয় বস্তু থাকিলে তাক গ্ৰহণ কৰিব নালাগে। এনে সামগ্ৰীৰ পৰা স্বাভাৱিক প্ৰক্ৰিয়াৰ দ্বাৰা গ্ৰহণযোগ্য সামগ্ৰী বাছি উলিয়াব নোৱাৰি।

ছ) সকলো কেঁচা সামগ্ৰী, খাদ্য বস্তুত মিহলোৱা বস্তুৰ ক্ষেত্ৰত সংশ্লিষ্ট আইনৰ অধীনত জাৰি কৰা নিৰ্দেশনা মানি চলিব লাগে।

জ) সকলো কেঁচা সামগ্ৰী হাতেৰে নিৰীক্ষণ আৰু নিয়াৰিকৈ পৰিষ্কাৰ কৰা উচিত। কেঁচা সামগ্ৰীসমূহ কিনোতে সংৰক্ষণ কৰাৰ সুবিধালৈ লক্ষ্য ৰাখি কম বা বেছি পৰিমাণে কিনিব লাগে। পেকেটত থকা কেচা সামগ্ৰীৰ ক্ষেত্ৰত ম্যাদ উকলাৰ তাৰিখ, পেকেটটো বন্ধ হৈ আছে নে নাই আৰু বস্তুৰ অৱস্থা পৰীক্ষা কৰিহে কিনিব লাগে।

১.৫ কেঁচা সামগ্ৰীৰ মজুতকৰণ :

(ক) যোগান ধৰা বিভিন্ন খাদ্য শস্য যেনে-যেঁহু আৰু চাউল কেতিয়াও ৩ মাহতকৈ বেছি দিন মজুত কৰি ৰাখিব নালাগে। এইবোৰ বতাহ সোমাব নোৱাৰা পাত্ৰত বা পৰিষ্কাৰ মৰাপাটৰ বেগ, কীট-পতঙ্গ আৰু তীক্ষ্ণ দস্তী প্ৰাণী সোমাব নোৱাৰা ঠাইত মজুত কৰা উচিত। খাদ্য সামগ্ৰী পোনপটীয়াকৈ মজিয়াত থ'ব নালাগে। খাদ্য শস্যসমূহ কাঠৰ তক্তাৰ চাঙৰ ওপৰত মজুত কৰি ৰাখিব লাগে।

খ) অন্যান্য কেঁচা সামগ্ৰীবোৰ মোনাত সংৰক্ষণ কৰিব লাগে, বেৰৰ পৰা দূৰত ৰাখিব লাগে (কমপক্ষে ১ ফুট) যাতে আৰ্দ্ৰতা শোষণ প্ৰতিৰোধ কৰে। কাঠৰ তক্তাৰ চাঙখন মজিয়াৰ পৰা কমেও ৮-১২ চেণ্টিমিটাৰ ওপৰত হ'ব লাগে।

(গ) উপাদানসমূহ যেনে- দ্বিগুণ সুৰক্ষিত নিমখ, মচলা, তেল, ছয়াবিন, মাহজাতীয় শস্য ইত্যাদি সামগ্ৰীসমূহত বতাহ সোমাব নোৱাৰা পাত্ৰত সংৰক্ষিত কৰা উচিত।

(ঘ) পাত্ৰবোৰ এনে উপাদানেৰে নিৰ্মিত হ'ব লাগে যাতে পাত্ৰত ৰখা খাদ্য বস্তুসমূহত বিষাক্ত প্ৰভাৱ পৰিব নোৱাৰে। এই পাত্ৰবোৰ নিয়মিত ব্যৱধানত পৰিষ্কাৰ কৰাৰ লগতে ব্যৱহাৰ কৰাৰ আগতে ভালদৰে শুকোৱাই ল'ব লাগে। বন্ধনত ব্যৱহাৰ কৰাৰ আগতে খাদ্য শস্য, মাহজাতীয় শস্য, শাক-পাচলি, মচলা আৰু বন্ধন তেল অপকাৰী কীট-

পতঙ্গৰ দ্বাৰা সংৰক্ষণৰ পৰা আৰু ভেজাল বস্তুৰ পৰা মুক্ত হ'ব লাগে।

(ঙ) সকলো সংৰক্ষিত কেঁচা সামগ্ৰী আৰু উপাদানবোৰ শুকান আৰু শীতল আৰু বতাহ চলাচল কৰা ঠাইত ৰাখিব লাগে। এনে কৰিলে সামগ্ৰীসমূহৰ ক্ষতি নহয় আৰু অনুজীৱৰ আক্ৰান্ত, কীট-পতঙ্গ, তীক্ষ্ণ দস্তী প্ৰাণী, বাহিৰৰ পৰা অহা জীৱ, ৰাসায়নিক দ্ৰব্য আদিৰ দ্বাৰা হ'ব পৰা ক্ষতিৰ পৰা মুক্ত হ'ব। খাদ্যবস্তু আৰু অন্যান্য বস্তু অৰ্থাৎ যিবোৰ খাদ্য নহয় সেইবোৰ একেলগ কৰি একে ঠাইত সংৰক্ষণ কৰিব নালাগে। ক্ষতি বা অপকাৰ হ'ব পৰা বিভিন্ন সামগ্ৰীও একেলগে সংৰক্ষণ কৰিব নালাগে।

(চ) কেঁচা সামগ্ৰীসমূহ সদায় দাহ্য পদাৰ্থ, পৰিষ্কাৰক, বীজাণুনাশক দ্ৰব্য আদিৰ পৰা আঁতৰত সাৱধানে তলা মাৰি ৰাখিব লাগে।

১.৬ খাদ্য সুৰক্ষাৰ বাবে ল'বলগীয়া উপায়

১.৬.১ প্ৰাক্ বন্ধন প্ৰক্ৰিয়া বা প্ৰস্তুতিৰ সময়ত ল'বলগীয়া খাদ্য সুৰক্ষা ব্যৱস্থা :

(ক) চাউল, দাইল আদি বন্ধাৰ আগতে যিকোনো অলাগতিয়াল বস্তু আঁতৰাবৰ বাবে হাতেৰে চাফা কৰিব লাগে।

(খ) ভঙা গম বা চাউল আৰু লগতে নিৰ্দিষ্ট পৰিমাণৰ দাইল বা ছয়াবিন, বতৰৰ শাক-পাচলি আৰু নিৰ্দিষ্ট পৰিমাণৰ খোৱা তেল দি বন্ধা এসাঁজ খাদ্যই সময় আৰু ইন্ধন বচোৱাৰ উপৰি ই পুষ্টিদায়কো হয়।

(গ) পৰ্যাপ্ত প্ৰ'টিন পাবলৈ চাউল আৰু দাইলৰ সংমিশ্ৰণৰ দৰকাৰ। চাউল দাইলৰ অনুপাতটো ৩ : ১ ৰ পৰা ৫ : ১ ভিতৰত হ'ব পাৰে। গজালি মেলা মগু মাহ অতি পুষ্টিকৰ হয় আৰু ইয়াক এসাঁজ খাদ্যত অন্তৰ্ভুক্ত কৰিব লাগে।

(ঘ) শাক যদি ৰান্ধিবলৈ বিচৰা হয় তেন্তে কটাৰ আগতেই ভালদৰে ধুই ল'ব লাগে।

(ঙ) শাক-পাচলি কাটিবলৈ এখন চাফা পাচলি কটা কাঠৰ ব'ৰ্ড বা তক্তা ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে।

১.৬.২ বন্ধনৰ সময়ত ল'বলগীয়া খাদ্য সুৰক্ষা ব্যৱস্থা :

(ক) গজালি মেলা মগু আদিয়ে পৰিপুষ্টি বঢ়াই বাবে ইয়াক খাদ্যৰ তালিকাত অন্তৰ্ভুক্ত কৰিব লাগে।

(খ) খোৱাবস্তু ঢাকি ৰাখিব লাগে যাতে পৰিপুষ্টি নষ্ট নহয় আৰু সংক্ৰমিত নহয়।

(গ) পাত্ৰসমূহ চাফ-চিকুণ হয়নে নহয় সেয়া সদায় পৰীক্ষা কৰিব লাগে।

(ঘ) মধ্যাহ্ন ভোজন যেতিয়া পৰিৱেশন কৰা হয় তেতিয়া তাৰ উত্তাপ ৬৫° চেন্টিগ্ৰেড হ'ব লাগে। ৫° চেন্টিগ্ৰেডৰ পৰা ৬০° চেন্টিগ্ৰেডৰ মাজৰ উত্তাপত অনুজীৱবোৰ দ্ৰুতগতিত বৃদ্ধি হয় যিটো বিপদজনক। সেইবাবে খাদ্য সদায় বন্ধা হোৱাৰ লগে লগে ল'ৰা-ছোৱালীক পৰিৱেশন কৰিব লাগে।

(ঙ) নিৰামিষ আৰু আমিষ খাদ্য সামগ্ৰীসমূহ বেলেগে বেলেগে ৰাখিব লাগে। যিবোৰ বিদ্যালয়ত ফ্ৰিজ আছে সেই ফ্ৰিজসমূহ সপ্তাহত অন্ততঃ এবাৰ চাফা কৰিব লাগে, দাগ, বৰফৰ টুকুৰা আৰু খাদ্যৰ টুকুৰা আদি আঁতৰাব লাগে। ফ্ৰিজৰ উত্তাপ ৪° পৰা ৬° চেন্টিগ্ৰেডৰ মাজত থাকিব লাগে।

(চ) মূল পাকঘৰত তৈয়াৰ কৰা মধ্যাহ্ন ভোজন পৰিৱেশনৰ বাবে যিমান সংখ্যক সহায়কাৰীৰ প্ৰয়োজন সিমান সংখ্যক নিয়োগ কৰিব লাগে। তেওঁলোকে উপযুক্ত সাজ-পোছাক পৰিধান কৰিব লাগে (হাতমোজা, এপ্ৰ'ন আৰু টুপী)।

(ছ) সমাজৰ পৰা সহযোগিতা পাবলৈ বিদ্যালয় পৰিচালনা সমিতিসমূহে ৰাইজক উৎসাহিত কৰিব লাগিব। গাঁও পঞ্চায়ত, বিদ্যালয় পৰিচালনা সমিতি আৰু গাঁও শিক্ষা সমিতিসমূহক অনুৰোধ কৰিব লাগে যাতে এই প্ৰক্ৰিয়াটোক সফল কৰাত তেওঁলোকে সহযোগ কৰে। এই সমিতিসমূহে যিবোৰ কামত সহায় আগবঢ়াব পাৰে সেইবোৰ হ'ল : - সাল-সলনিকৈ (Rotation basis) নিয়মীয়া পৰিদৰ্শন কৰা, গুণ সম্পন্ন বন্ধনত সহায় কৰা, পৰিবেশন আৰু পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতাৰ বিষয়ে সজাগতা আনি দিয়া। ল'ৰা-ছোৱালীয়ে খোৱাৰ আগতে চাবোনেৰে হাত ধোৱা, পৰিষ্কাৰ প্লেট আৰু গিলাচ ব্যৱহাৰ কৰা, লেতেৰা কৰা আৰু খোৱাবস্তু নষ্ট কৰাটো এৰাই চলিবলৈ আৰু খোৱাৰ পাছত হাত মুখ ধোৱাটো নিশ্চিত কৰিবলৈ মাতৃগোটসমূহৰ সমৰ্থন বিচৰা উচিত।

১.৭ মধ্যাহ্ন ভোজনৰ সোৱাদ লোৱা :

পৰিবেশনৰ ঠিক আগে আগে শিক্ষকবৃন্দাৰ মধ্যাহ্ন ভোজনৰ সোৱাদ লোৱাটো বাধ্যতামূলক। শিক্ষকজনে ৰেজিষ্টাৰ বহীত খাদ্যৰ সোৱাদৰ ওপৰত মন্তব্য দিব লাগে। ল'ৰা-ছোৱালীক খাদ্য বিলোৱাৰ আগতে শিক্ষকৰ লগতে বিদ্যালয় পৰিচালনা সমিতিৰ সদস্যসকলেও মধ্যাহ্ন ভোজনৰ সোৱাদ পৰীক্ষা কৰাতো বাঞ্ছনীয়।

১.৮ মধ্যাহ্ন ভোজন পৰীক্ষা কৰা :

মধ্যাহ্ন ভোজনৰ নমুনাৰ ক্ষেত্ৰত ৰাজ্য আৰু কেন্দ্ৰীয় শাসিত ৰাজ্যসমূহে সুৰক্ষিত খাদ্য আৰু সংক্ৰমণ পৰীক্ষাৰ বাবে CSIR ৰ অনুষ্ঠান/NABL ৰ স্বীকৃত পৰীক্ষাগাৰসমূহ আৰু FSSAI ৰ স্বীকৃত পৰীক্ষাগাৰসমূহ নিয়োগ কৰা কথাটো বিবেচনা কৰা উচিত।

১.৯ ৰন্ধা ঠাইৰ চাফ-চিকুণতা :

(ক) পাকঘৰৰ মজিয়া আৰু ভাত ৰন্ধা শ্লেব (Slab) খন সদায় ৰন্ধাৰ আগত আৰু পাছত চাফা কৰিব লাগে। ৰন্ধা মজিয়া, বেৰৰ চুকবোৰ পৰিষ্কাৰ কৰাৰ বাবে বিশেষ মনোযোগ দিব লাগে।

(খ) ৰন্ধা ঠাইডোখৰ সকলো সময়তে চাফা কৰি ৰাখিব লাগে। খোৱা বস্তুৰ পোনপটীয়া সংস্পৰ্শলৈ অহা ৰন্ধা ঠাইৰ উপৰিভাগ ব্যৱহাৰৰ আগত চাফা আৰু শুকান হোৱাটো বাঞ্ছনীয়। ফাঁট, খহটা উপৰিভাগ, মুকলি হৈ থকা জোৰা আদি যিমান সোনকালে পাৰি সিমান সোনকালে মেৰামতি কৰি ল'ব লাগে।

১.১০ বাচন-বৰ্তন, সঁজুলি আৰু অন্যান্য সামগ্ৰীসমূহৰ চাফ-চিকুণতা :

(ক) ধোৱা পখলাত ব্যৱহাৰ কৰা সামগ্ৰীসমূহ যেনে- কাপোৰ, ব্ৰাছ আদিয়ে ব্যাপক সংক্ৰমণৰ ভয়াবহতা বহন কৰে। সেইবাবে এই সামগ্ৰীসমূহ ব্যৱহাৰৰ পাছত ভালদৰে ধুই চাফা কৰিব আৰু শুকুৱাব লাগে। ৰন্ধা কাৰ্য আৰু ৰন্ধা ঠাইত ব্যৱহাৰ কৰা সামগ্ৰীসমূহ পাকঘৰৰ অন্য কামত ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে। এই সামগ্ৰীসমূহ এডোখৰ চাফ-চিকুণ ঠাইত থৈ ৰ'দত শুকাবলৈ দিব লাগে।

(খ) টেবুল, বেঞ্চ, বাকচ, আলমাৰি, কাচৰ সামগ্ৰীসমূহ চাফা আৰু পৰিপাটি হ'ব লাগে। ৰন্ধা বাচন-বৰ্তন পৰিষ্কাৰ আৰু ভাল অৱস্থাত থাকিব লাগে। সেইসমূহ ভগা-ছিগা হ'ব নালাগে।

(গ) প্ৰতিবাৰ ব্যৱহাৰ কৰাৰ পাছত বাচন-বৰ্তনসমূহৰ পৰা অৱশিষ্টখিনি আঁতৰাব লাগে, ভালকৈ পখালিব লাগে, ডিটাৰজেণ্টেৰে মাজিব লাগে আৰু চলিত টেপৰ পানীৰে ধুব লাগে। বাচন শুকোৱাৰ কাৰণে চাফা কাপোৰ ব্যৱহাৰ

কৰিব লাগে। হাত মচিব আৰু মজিয়া পৰিষ্কাৰ কৰিবৰ বাবে চাফা কাপোৰ ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে। মজিয়া চাফা কৰা কাপোৰেৰে টেবুলৰ উপৰিভাগ বা বাচন মুচিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে। প্লেট আৰু বাচন-বৰ্তনবোৰত বৈ যোৱা ধূলি বা খোৱাবস্তুৰ অৱশিষ্টবোৰক কাপোৰ বা ৰাইপাৰেৰে ডাষ্টবিনত পেলাব লাগে।

(ঘ) যিবোৰ সামগ্ৰী আৰু টেমা খোৱাবস্তুৰ সংস্পৰ্শলৈ আহে আৰু যিবোৰ খোৱা বস্তু জমা কৰাৰ বাবে, প্ৰস্তুতি আৰু পৰিৱেশনত ব্যৱহৃত হয় সেইবোৰ সংক্ৰমণমুক্ত সামগ্ৰী হ'ব লাগে যাতে সেইবোৰে খোৱাবস্তুলৈ বিষাক্ত বস্তু কঢ়িয়াব নোৱাৰে। এইবোৰ ধুবলৈ বা বীজাণুমুক্ত কৰিবলৈ সহজ হোৱা উচিত।

(ঙ) খোৱাবস্তু ৰান্ধোতে ব্যৱহৃত হোৱা সঁজুলি আৰু বাচন-বৰ্তনবিলাক সদায় ভালদৰে ৰাখিব লাগে। এইবোৰ সদায় চাফা আৰু বীজাণুমুক্ত অৱস্থাত ৰাখিব লাগে। এই বাচন-বৰ্তন আৰু টেমাবোৰ আন কোনো কামত ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে।

(চ) খাদ্য বা খাদ্যৰ উপাদানসমূহ থকা প্ৰতিটো বাচন-বৰ্তন আৰু টেমাবোৰত সকলো সময়তে ভালদৰে খাপ খোৱা ঢাকনি, পৰিষ্কাৰ নেট বা অন্যান্য সুবিধাজনক বাচনেৰে ঢাকি থ'ব লাগে যাতে কীট-পতঙ্গ, মহ-মাখি আদিৰ পৰা সেইবোৰ সুৰক্ষিত হৈ থাকে।

১.১১ ব্যক্তিগত পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতা, চাফ-চিকুণতা আৰু পাকঘৰত কাম কৰা ৰান্ধনি আৰু সহায়িকাৰ স্বাস্থ্য পৰীক্ষা :

(ক) ৰান্ধনি আৰু সহায়িকাসকলে ব্যক্তিগত পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতা আৰু চাফ-চিকুণতা মানি চলিব লাগে। সংক্ৰামক বেমাৰত ভুগি থকা লোকক কাম কৰিবলৈ অনুমতি দিব নালাগে। ৰান্ধনি লগতে সহায়ক/সহায়িকাসকলৰ বাবে স্বাস্থ্যৰ যোগ্যতা সুনিশ্চিত কৰাৰ কাৰণে ছয়মহীয়া স্বাস্থ্য পৰীক্ষা কৰাতো উচিত। যদি ৰান্ধনি আৰু সহায়ক/সহায়িকাসকলে এনে কোনো বেমাৰত ভুগি আছে যিবোৰ খাদ্যৰ দ্বাৰা আনলৈ সংক্ৰমিত হ'ব পাৰে যেনে - ডায়েৰিয়া বা বমি, সংক্ৰমিত ঘাঁ, ছালৰ ঘাঁ, জণ্ডিচ বা আন ঘাঁ ইত্যাদি বেমাৰত ভুগি আছে তেতিয়া তেওঁলোকে অতি সোনকালে তত্বাবধায়কক জনাব লাগে।

(খ) খাদ্য তদাৰক কৰা সকলো লোক পৰিষ্কাৰ হৈ থাকিব লাগে, ধোৱা কাপোৰ পৰিধান কৰিব লাগে, নখ চুটিকৈ কাটিব লাগে, তেওঁলোকে ৰন্ধন কাৰ্য আৰম্ভ কৰাৰ আগতে হাত চাবোন আৰু পানীৰে চাফা কৰিব লাগে। ইয়াৰ উপৰিও সংক্ৰমিত খাদ্য বা প্ৰস্ৰাৱগাৰ ব্যৱহাৰ কৰাৰ পাছত হাত ভৰি ধুব লাগে। সকলো ৰান্ধনি সহায়ক/সহায়িকাসকলে টিলা সাজ-পোছাক পিন্ধাতো এৰাই চলিব লাগে আৰু তেওঁলোকে ৰন্ধাৰ সময়ত মুখ, মূৰ, ছুলি আদি মোহাৰি থাকিব নালাগে লগতে খজুৱাতো এৰাই চলিব লাগে।

(গ) ৰান্ধনি আৰু সহায়কক খাদ্যৰ স্বাস্থ্যবিধি আৰু সুৰক্ষা সম্পৰ্কে নিৰ্দেশনা আৰু প্ৰশিক্ষণ দিয়াতো নিশ্চিত কৰিব লাগে লগতে ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধিৰ প্ৰয়োজনসমূহ আৰু তেওঁলোকৰ কাম সম্পৰ্কীয় দিশত যেনে - খাদ্যৰ প্ৰকৃতি, ইয়াৰ চোৱা চিতা, প্ৰস্তুতি, পৰিৱেশন আৰু বিতৰণ আদি দিশত সজাগতাৰ সৃষ্টি কৰিব লাগে।

(ঘ) নখত ৰং বা কৃত্ৰিম নখ লগাব নালাগে। ইয়াৰ দ্বাৰা সুৰক্ষিত খাদ্যবস্তু নষ্ট হ'ব পাৰে। ঘড়ী, আঙঠি, গহনা, খাৰু আদি ৰন্ধাৰ সময়ত পিন্ধিব নালাগে য'ত বীজাণু সংক্ৰমণৰ বিপদ থাকে।

(ঙ) পাকঘৰৰ ভিতৰত চোবাই থকা, ধূমপান, থু-পোলোৱা, হাঁচি মাৰা আদি কামত বাধা দিয়া উচিত বিশেষকৈ যিখিনি সময়ত খোৱা বস্তু চোৱা-চিতা কৰি থকা হয়।

(চ) ৰান্ধনি আৰু সহায়ক/সহায়িকাসকলৰ যথোপযুক্ত, উপযোগী আৰু ৰক্ষণাবেক্ষণ দিব পৰা চাফা কাপোৰ-কানি থাকিব লাগে। তেওঁলোকে ৰন্ধনৰ সময়ত মূৰৰ চুলি ঢাকিবলৈ কাপোৰ ব্যৱহাৰ কৰা উচিত। তেওঁলোকে চুলিখিনি পৰিপাটিকৈ বান্ধি ল'ব লাগে আৰু এইটোও নিশ্চিত কৰিব লাগে যে মধ্যাহ্ন ভোজনৰ ৰন্ধন কাৰ্য চলি থকা সময়ত কেৱল চাফা কাপোৰ আৰু মূৰ ঢকা কাপোৰহে পিন্ধাটো উচিত।

(ছ) ৰান্ধনি আৰু সহায়িকাসকলে ৰন্ধন কাৰ্য আৰম্ভ কৰাৰ আগতে হাত ধোৱা উচিত। সাধাৰণতে আমাৰ হাত কিছুমান কামৰ দ্বাৰা সংক্ৰমিত হয় যেনে - নাক খজুওৱা, চকু মোহৰা, চুলিত হাত ফুৰোৱা, দাড়ি খজুওৱা, ফোন ব্যৱহাৰ কৰা, ধূমপান কৰা, প্ৰসাৰণৰ ব্যৱহাৰ কৰা ইত্যাদি। এনে সংক্ৰমিত হাতেৰে খোৱা খাদ্য প্ৰস্তুত কৰিলে নিঃসন্দেহে খোৱা খাদ্য সংক্ৰমিত হোৱাৰ আশংকা থাকে। সেয়েহে এনে কাৰ্যৰ পাছত ভালদৰে চাবোনেৰে হাত ধুই পৰিষ্কাৰ কৰিব লাগে।

১.১২ কীট নিয়ন্ত্ৰণ :

(ক) চাফ-চিকুণতাৰ বাবে সকলোধৰণৰ কীট-পতঙ্গ (বিশেষকৈ এন্দুৰ, চৰাই আৰু কীট-পতঙ্গ) ফলপ্ৰসূভাৱে নিয়ন্ত্ৰণ কৰা অতি প্ৰয়োজনীয়। গুণাৰ জালিৰ পৰ্দাই খোলা খিৰিকী, দৰ্জা আৰু ভেণ্টিলেটৰত কীট-পতঙ্গৰ প্ৰৱেশৰ সমস্যাটো লাঘৱ কৰিব পাৰে।

(খ) সাধাৰণতে কোনো জীৱাণুনাশক বা কীটনাশক দ্ৰব্য ৰন্ধা ঠাইত ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে। যদিহে সেয়া অনিবাৰ্য হয়, তেতিয়া ব্যৱহাৰ কৰাৰ আগতে মানুহ, খাদ্য, সঁজুলিসমূহ আৰু বাচন-বৰ্তনবোৰ দূষিত হোৱাৰ পৰা ৰক্ষা কৰিবলৈ সাৱধানতা ল'ব লাগে। কীটনাশকবোৰ সদায় নিৰ্দিষ্ট পাত্ৰতেই ৰাখিব লাগে। সেই পাত্ৰটোত স্পষ্টভাৱে লিখি বা চিন দি থ'ব লাগে। এই পাত্ৰ খাদ্য সামগ্ৰী জমা কৰি ৰখা ঠাইৰ পৰা আঁতৰত অৰ্থাৎ তলা বন্ধ কৰি ৰাখিব পৰা বেলেগ এঠাইত ৰাখিব লাগে। জীৱাণুনাশক বা কীটনাশকৰ ব্যৱহাৰৰ তাৰিখ আৰু ব্যৱহাৰ কৰা সময়ৰ ব্যৱধান ভালদৰে মানি চলিব লাগে।

(গ) পাকঘৰ আৰু খাদ্য মজুত ৰখা ঠাই চাফা আৰু পৰিপাটী কৰি ৰাখিব লাগে যাতে কীট-পতঙ্গ সোমাব নোৱাৰে আৰু নতুনকৈ জন্ম দিব নোৱাৰে। গাঁত, নলা-নৰ্দমাৰ ঢাকনি আৰু আন ঠাইবোৰ য'ত কীট-পতঙ্গবোৰ সহজে অহা-যোৱা কৰিব পাৰে সেইবোৰ সদায় বন্ধ অৱস্থাত ৰাখিব লাগে। ৰন্ধা ঠাইলৈ চৰাই-চিৰিকটি, পোহনীয়া জীৱ-জন্তু আদি সোমাব নোৱাৰাকৈ গ্ৰীল, গুণাৰ জালি আদিৰে বন্ধ কৰি ৰাখিব লাগে। সৰ্বশিক্ষাৰ অধীনত প্ৰদান কৰা বিদ্যালয় চোৱা-চিতা অনুদান এই উদ্দেশ্যে ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে।

(ঘ) বিদ্যালয়ৰ পাকঘৰৰ আকস্মিক দুৰ্ঘটনাজনিত অগ্নিকাণ্ডৰ নিচিনা ঘটনাৰ লগত মোকাবিলা কৰিবলৈ অগ্নি নিৰ্বাপক যন্ত্ৰ বহুৱাকে ধৰি যথোপযুক্ত ব্যৱস্থা কৰিব লাগে।

২) ল'ৰা-ছোৱালীৰ হাত ধোৱা :

(ক) বিদ্যালয়ৰ সময় সীমাৰ ভিতৰত এটা নিৰ্দিষ্ট সময় থাকিব লাগে যাতে বিদ্যালয়ৰ সকলো ল'ৰা-ছোৱালীয়ে,

ৰান্ধনি আৰু শিক্ষকসকলে চাবোনেৰে তেওঁলোকৰ হাত ধুবলৈ সময় পায়। ল'ৰা-ছোৱালীৰ হাত ধোৱাতো পৰ্যবেক্ষণ কৰিব লাগে।

(খ) খোৱাৰ আগত বা পাছত হাত ধোৱাতো সক্ৰিয়ভাৱে উৎসাহিত কৰিব লাগে। বিদ্যালয়বোৰত এডোখৰ ঠাই হাত ধোৱাৰ বাবে নিৰ্দিষ্ট কৰি দিব লাগে যাতে বিদ্যালয়ৰ সকলোবোৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীয়ে মধ্যাহ্ন আহাৰ গ্ৰহণ কৰাৰ আগত আৰু পাছত হাত ধোৱাৰ সুবিধা পায়।

খালী প্লাষ্টিকৰ বটলত চাবন পানী ভৰ্তি কৰি ৰাখিব পাৰে। এনে ধৰণৰ ২০-৩০ টা মান প্লাষ্টিক বটলৰ ব্যৱস্থা কৰিব লাগে যাতে কমেও ২০০ জন ছাত্ৰ-ছাত্ৰীয়ে হাত ধোৱাৰ সুবিধা পায়।

(গ) য'ত উপযুক্ত সুবিধাসমূহ নাই বা যথোপযুক্ত নহয় তাত ল'ৰা-ছোৱালীৰ বাবে বাল্টি আৰু মগ ব্যৱহাৰ কৰি এই সুবিধা প্ৰদান কৰিব পাৰে।

৩) খাদ্য সুৰক্ষা আৰু পাকঘৰৰ লগতে ভঁৰাল ঘৰৰ পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতা আৰু প্ৰয়োজনীয় আন্তঃগাঁথনি :

৩.১ পাকঘৰৰ লগতে ভঁৰাল ঘৰৰ সুৰক্ষা আৰু স্বাস্থ্য বিধিৰ বাবে নিৰ্দেশাৱলী :

(ক) পাকঘৰৰ লগতে ভঁৰাল ঘৰ চাফা আৰু মুকলি ঠাইত অৱস্থিত হ'ব লাগে আৰু চাৰিওকাষ লেতেৰা পৰিৱেশৰ পৰা মুক্ত হ'ব লাগে। মুঠৰ ওপৰত এটা সামূহিক পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্ন বাতাবৰণৰ পৰিৱেশ বজাই ৰাখিব লাগে।

(খ) পাকঘৰৰ লগতে ভঁৰাল ঘৰৰ প্ৰাঙ্গন চাফা, উপযুক্তভাৱে পোহৰ পৰা, বতাহ ওলোৱা-সোমোৱা কৰিব পৰা হ'ব লাগে আৰু চলা-ফুৰা কৰাৰ বাবে যথেষ্ট মুকলি ঠাই থাকিব লাগে।

(গ) মজিয়া, চিলিঙ, বেৰবোৰ যাতে ভাল অৱস্থাত থাকে তাৰ ব্যৱস্থা ল'ব লাগে, সেইবোৰ মিহি হ'ব লাগে আৰু সহজতে চাফা কৰিব পৰা হ'ব লাগে যাতে ৰং বা প্লাষ্টাৰ এৰাই নাযায়।

(ঘ) মজিয়া আৰু এৰাই যোৱা বেৰবোৰ প্ৰয়োজনীয়তা অনুসৰি মচি দিয়া উচিত। পাকঘৰৰ লগতে ভঁৰাল ঘৰৰ প্ৰাঙ্গন সকলোধৰণৰ কীট-পতঙ্গৰ পৰা মুক্ত কৰি ৰাখিব লাগে। মধ্যাহ্ন ভোজন ৰান্ধি থকাৰ সময়ত কোনোধৰণৰ মাখি মৰা কীটনাশক ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে। তাৰ পৰিৱৰ্তে মাখি সোমাব নোৱাৰা জাল ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে। পাকঘৰৰ লগতে ভঁৰাল ঘৰৰ প্ৰাঙ্গনলৈ অহা মাখিবোৰ বাধা প্ৰদানৰ বাবে খিৰিকী, দৰ্জা বা আন প্ৰৱেশ পথবোৰ জাল বা পৰ্দা (যিটো উপযুক্ত হয়) সেইটোৱেই ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে যাতে প্ৰাঙ্গনটো কীট-পতঙ্গৰ পৰা মুক্ত হয়। ৰন্ধাৰ বাবে ব্যৱহাৰ কৰা পানী বিশুদ্ধ হ'ব লাগে।

(ঙ) চৌহদত অহৰহ বিশুদ্ধ খোৱাপানী যোগানৰ ব্যৱস্থা কৰা উচিত। পানী যোগান অবিৰত নহ'লে ৰন্ধা বা খোৱা পখলাত ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ উপযুক্তভাৱে পানী সংৰক্ষণ বা জমা কৰি ৰাখিব পৰা ব্যৱস্থা কৰা উচিত।

(চ) টেমা, টেবুল বা ৰন্ধনকাৰ্যত ব্যৱহৃত যন্ত্ৰ-পাতি আদি ধোৱাৰ বাবে ব্যৱস্থা কৰিব লাগে।

(ছ) সকলো বাচন-বৰ্তন চাফা, ধোৱা, শুকোৱা আৰু পৰিষ্কাৰ পাকঘৰৰ লগতে ভঁৰাল ঘৰত জমা কৰি থ'ব লাগে আৰু যাতে ভেঁকুৰ আদি নালাগে সেইটো নিশ্চিত কৰিব লাগে।

(জ) সকলো বাচন-বৰ্তন উপযুক্ত পৰিদৰ্শনৰ বাবে বেৰৰ পৰা আঁতৰত থ'ব লাগে।

- (ঝ) কাৰ্যক্ষম নলা-নৰ্দমাৰ ব্যৱস্থা থাকিব লাগে আৰু পেলনীয়া অৱশিষ্ট পেলোৱাৰ উপযুক্ত স্থান থাকিব লাগে।
- (ঞ) সংক্ৰমণৰ সম্ভাৱনীয় উৎস যেনে- জাবৰ-জোঁথৰ, লেতেৰা পেলনীয়া পানী, প্ৰসাৰগাৰ, মুকলি নলা-নৰ্দমা আৰু চৰণীয়া জীৱ-জন্তু আদি পাকঘৰৰ পৰা আঁতৰত ৰাখিব লাগে।
- (ট) পাকঘৰ শ্ৰেণীকোঠাৰ পৰা পৃথক হ'ব লাগে, যিমানদূৰ সম্ভৱ এটা নিৰাপদ আৰু সহজে ঢুকি পোৱা দূৰত্ব হ'ব লাগে। প্ৰত্যেক ১০০ গৰাকী ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ বাবে ২০ বৰ্গ মিটাৰ কালিৰ পাকঘৰ থাকিব লাগে। তাৰপাছত অতিৰিক্ত ১০০ জন ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ বিপৰীতে অতিৰিক্তভাৱে আৰু ৪ বৰ্গ মিটাৰ বহল হ'ব লাগে।
- (ঠ) যিমানদূৰ সম্ভৱ মধ্যাহ্ন ভোজনৰ পাকঘৰবোৰৰ নক্ষা এনেকুৱা হোৱা উচিত যাতে খোৱা বস্তুৰ বন্ধন প্ৰক্ৰিয়াৰ মাজলৈ শাক-পাচলি, চাউল, দাইল ধোৱা পানী আদি সোমাই নপৰে। মলি জমা হোৱা, গোট মৰা আৰু অবাঞ্ছনীয় ভেঁকুৰ গজাটো কমাবলৈ মজিয়া, চিলিঙ আৰু বেৰবোৰ ভালদৰে চোৱা-চিতা কৰি ভাল অৱস্থাত ৰাখিব লাগে।
- (ড) নলাৰ পানী বৈ যাবলৈ সুবিধা কৰি দিবলৈ মজিয়াবোৰ উপযুক্তভাৱে এঢলীয়া হ'ব লাগে। নলাৰ সুবিধা কৰি দিবলৈ আৰু নলাৰ পানী খাদ্য প্ৰস্তুতকৰণৰ বিপৰীত দিশে বৈ যোৱাৰ ব্যৱস্থা কৰি দিব লাগে। নলা-নৰ্দমাৰ পৰা আহিব পৰা কীট-পতংগ, এন্দুৰ, নিগনি সমূহ যাতে খাদ্য বন্ধা বা জমা কৰা ঠাইত প্ৰৱেশ কৰিব নোৱাৰে তাৰ বাবে উপযুক্ত ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিব লাগে। কীট-পতঙ্গ আৰু এন্দুৰ সোমোৱাত বাধা দিবলৈ খিৰিকী দুৱাৰ বা বাহিৰৰ প্ৰৱেশদ্বাৰবোৰ পতঙ্গ সোমাব নোৱাৰাকৈ তাঁৰ বা জালেৰে ঢাকিব লাগে, যাতে চৌহদটোৰ ফালে মুখ কৰি থকা মাখি বা আন কীট-পতঙ্গ, জীৱ-জন্তুৰ পৰা বচাই ৰাখিব পাৰি।
- (ঢ) প্ৰাকৃতিক আৰু যান্ত্ৰিক বা বতাহ ওলোৱা-সোমোৱা কৰা পদ্ধতি বায়ু নিষ্কাশণ যন্ত্ৰ, ধোৱা নিষ্কাশণ ফেন তাত এনেদৰে লগাব লাগে যাতে বতাহ সংক্ৰমিত ঠাইৰ পৰা চাফা ঠাইলৈ নাযায়।
- (ণ) তথ্য ফলকত কি কৰিব লাগে আৰু কি কৰিব নালাগে সেইয়া সকলোৱে বুজিব পৰাকৈ স্থানীয় ভাষাত লিখি স্পষ্টকৈ চকুত পৰা ঠাইত লগাই থ'ব লাগে।
- (ত) পাকঘৰত ভালদৰে বনোৱা চিমনি থাকিব লাগে। চিমনিবোৰ পতঙ্গ, সৰীসৃপ আদিৰ প্ৰৱেশদ্বাৰ হ'ব নালাগে। ইন্ধন (কেৰাচিন, খৰি, কাঠ কয়লা, এল.পি.জি) নিৰাপদে জমা ৰাখিব বা বহুৱাব লাগে যাতে জুইৰ পৰা কোনো বিপদ নহয়। যিমানদূৰ সম্ভৱ ধোঁৱাবিহীন চৌকা ব্যৱহাৰ কৰিব লাগে। পাকঘৰটো সূৰ্যৰ পোহৰ বা কৃত্ৰিম পোহৰেৰে ভালদৰে আলোকিত হ'ব লাগে যাতে ভালদৰে দেখা পোৱা যায়।
- (থ) যদি কেৰাচিন গেছ ৰন্ধন কাৰ্যত ব্যৱহৃত হয়, তেন্তে ৰান্ধনি আৰু সহায়িকাসকলক ষ্টোভ, গেছ চিলিঙাৰ আদি নিৰাপদে ব্যৱহাৰ কৰাৰ ওপৰত বিশেষ প্ৰশিক্ষণ দিব লাগে। ডাষ্টবিনটোৰ ঢাকোন থাকিব লাগে আৰু ইয়াক সদায় ঢাকি থ'ব লাগে।
- (দ) বিনামূলীয়া আৰু বাধ্যতামূলক 'শিক্ষাৰ অধিকাৰ আইন ২০০৯' খনে ভাৰতত গুণগত শিক্ষাৰ এটা ভেটি প্ৰদান কৰিছে। এই আইনখনে বিদ্যালয়ৰ আন্তঃগাথনিত পাকঘৰৰ লগতে ভঁৰাল ঘৰ সাঙুৰি ন্যূনতম মান ধাৰ্য কৰি দিছে।

৩.২ পানী যোগান :

(ক) বিদ্যালয় চৌহদত অহৰহ বিশুদ্ধ খোৱা পানী যোগান ধৰা কাৰ্যটো নিশ্চিত কৰিব লাগে। পানী যোগান যদি অবিৰাম নহয়, তেনেহ'লে যথেষ্ট পৰিমাণৰ পানী ধোৱা-মেলা আৰু বন্ধনত ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ মজুত কৰি ৰখাৰ বাবে উপযুক্ত ব্যৱস্থা কৰা উচিত। সাধাৰণতে বন্ধন কাৰ্যত বিশেষকৈ বাচন-বৰ্তন পৰিষ্কাৰ কৰা আৰু শাক-পাচলি ধোৱা আদি কাৰ্যত ব্যৱহাৰ কৰা পানী পৰিষ্কাৰ আৰু বিশুদ্ধ হ'ব লাগে।

(খ) পানী মজুত ৰখা চৌবাচ্চা যদি থাকে, সময়ে সময়ে ইয়াক চাফ-চিকুণ কৰিব লাগে আৰু চাফাই কৰা তাৰিখ নথিভুক্ত কৰিব লাগে। বিশুদ্ধ পানীৰ অভাৱত সাধাৰণ পানীৰ দ্বাৰাই বাচন-বৰ্তন ধোৱা আদি কামবোৰ কৰিব লাগে, কিন্তু বন্ধা-বঢ়াত ইয়াক কেতিয়াও ব্যৱহাৰ কৰিব নালাগে।

(গ) বিশুদ্ধ পানী সৰবৰাহ নলী আৰু খোৱাৰ অনুপযুক্ত পানী সৰবৰাহ নলী স্পষ্টকৈ চিনাক্ত হোৱা উচিত।

৩.৩ পানীৰ পৰীক্ষাকৰণ :

সাধাৰণতে মধ্যাহ্ন ভোজনৰ বান্ধনিশালত নলী-নাদ/নলৰ পানী/দমকলৰ পানীয়ে ব্যৱহাৰ কৰা হয়। অনুজীৱ সংক্ৰমণ, ৰাসায়নিক সংক্ৰমণ আদিৰ বাবে পানী পৰীক্ষা কৰা প্ৰয়োজন। ৰাজ্য আৰু কেন্দ্ৰীয় শাসিত ৰাজ্যসমূহৰ পানী যোগান / জনস্বাস্থ্য কাৰিকৰী বিভাগৰ সহযোগত পানীৰ বিশুদ্ধতা সম্পৰ্কে পৰীক্ষা কৰিব লাগে।

৩.৪ নলা-নৰ্দমা আৰু পেলনীয়া সামগ্ৰী নিষ্কাষণ :

(ক) যথোপযুক্ত নলা-নৰ্দমা, পেলনীয়া নিষ্কাষণ ব্যৱস্থাৰ সুবিধা প্ৰদান কৰা উচিত আৰু সেয়া এনেধৰণে পৰিকল্পনা কৰা আৰু বনোৱা উচিত যাতে খাদ্যবস্তু বিষাক্ত হোৱাৰ শংকা আৰু বিশুদ্ধ পানীৰ যোগান সংক্ৰমিত হোৱাৰ শংকা নাথাকে। পেলনীয়া বস্তু এনেকুৱা ঠাইত ৰাখিব লাগে যাতে ই খাদ্যবস্তু ৰন্ধা, জমা কৰা ঠাই আৰু পাকঘৰৰ বাহিৰ বা ভিতৰৰ পৰিবেশ বিনষ্ট নকৰে। পেলনীয়া অৱশেষবোৰ ঢাকোন থকা পাত্ৰত থ'ব লাগে আৰু সেইবোৰ নিৰ্দিষ্ট সময়ৰ মূৰে মূৰে পেলাব লাগে। পেলনীয়া অৱশিষ্টবোৰ সময়মতে নিষ্কাষণ কৰাটো বাধ্যতামূলক কৰা উচিত।

(খ) ৰন্ধাৰ সময়ত ওলোৱা পেলনীয়া অৱশিষ্টসমূহ এটা বেলেগ যথোপযুক্ত আকৃতিৰ চাবোন থকা পাত্ৰত পেলাব লাগে। চাব লাগে যাতে হাতেৰে নুচুৱাকৈয়ে তাত পেলনীয়া অৱশিষ্টসমূহ পেলাব পাৰি। তেনেকুৱা পাত্ৰ বিদ্যালয়ৰ প্ৰাঙ্গণত থ'ব লাগে পেলনীয়া অৱশিষ্ট গোটাবৰ বাবে।

৩.৫ খাদ্য পৰিবেশনৰ ঠাই :

যদি খাদ্য ডাইনিং হ'ল বা বিদ্যালয়ৰ কোঠা বা শ্ৰেণীকোঠা বা বিদ্যালয়ৰ হলৰ ভিতৰত পৰিবেশন কৰা হয় তেন্তে সেই ঠাই আহল-বহল, বতাহ ওলোৱা-সোমোৱা কৰিব পৰা হ'ব লাগে আৰু তাত খিৰিকী থকা উচিত।

(৭) মধ্যাহ্ন ভোজন আঁচনি পৰ্যবেক্ষণৰ বাবে বিদ্যালয় পৰিচালনা সমিতি (এছ এম চি)ৰ ভূমিকা :

- (১) বিনামূলীয়া আৰু বাধ্যতামূলক শিক্ষা আইন, ২০০৯ৰ অধীনত বিদ্যালয় পৰিচালনা সমিতিয়ে মধ্যাহ্ন ভোজন আঁচনিখন পৰ্যবেক্ষণ কৰিব আৰু শিশুসকললৈ আগবঢ়োৱা আহাৰৰ পুষ্টিকাৰিতাৰ মান, বন্ধা-বঢ়া কৰা ঠাইৰ পৰিষ্কাৰ-পৰিচ্ছন্নতা আৰু মধ্যাহ্ন ভোজন আঁচনিৰ স্বাস্থ্যসন্মত ৰূপায়ণ আদি দিশসমূহ চোৱা-চিতা কৰিব।
- (২) খাদ্য শস্য নাইবা বন্ধন সামগ্ৰীৰ খৰচৰ অস্থায়ী নাটনিৰ ক্ষেত্ৰত বিদ্যালয়সমূহত মধ্যাহ্ন ভোজনৰ ধাৰাবাহিকতা বজাই ৰাখিবৰ বাবে বিদ্যালয়সমূহৰ প্ৰধান শিক্ষক-শিক্ষয়িত্ৰীয়ে বিদ্যালয়ৰ যিকোনো পুঁজি ইয়াৰ বাবে ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰিব। মধ্যাহ্ন ভোজনৰ পুঁজিৰ ধন প্ৰাপ্ত হোৱাৰ লগে লগেই উক্ত ব্যৱহৃত ধন এই শিতানৰ পৰা বিদ্যালয়ৰ একাউণ্টত হস্তান্তৰিত হ'ব।

(৮) ক্ষমতাপ্ৰাপ্ত পৰীক্ষাগাৰৰ দ্বাৰা খাদ্যৰ পৰীক্ষণ :

- (১) মধ্যাহ্ন ভোজন আইনখনৰ ২ নং অনুসূচিয়ে নিৰ্ধাৰণ কৰা আহাৰৰ পুষ্টিকাৰিতাৰ মান আৰু গুণ সম্পৰ্কে নিশ্চয়তা প্ৰদান কৰিবলৈ শিশুসকললৈ আগবঢ়োৱা গৰম সতেজ আহাৰ চৰকাৰী খাদ্য গৱেষণা পৰীক্ষাগাৰ অথবা আইনৰ দ্বাৰা ক্ষমতাপ্ৰাপ্ত বা স্বীকৃত অন্য যিকোনো পৰীক্ষাগাৰৰ দ্বাৰা মূল্যায়ন অথবা অনুমোদন কৰা হ'ব। আহাৰৰ পুষ্টিকাৰিতাৰ মাত্ৰা আৰু আহাৰৰ মানৰ নিশ্চয়তাৰ বাবে ৰাজ্যৰ খাদ্য আৰু দৰব প্ৰশাসন বিভাগে আহাৰৰ নমুনা সংগ্ৰহ কৰিব পাৰিব। (২) উপ-অধিনিয়ম ১ অনুসৰি বিভাগে উধামুঠাকৈ (random) নিৰ্বাচন কৰা বিদ্যালয়সমূহ নাইবা কেন্দ্ৰীয়ভাৱে স্থাপিত ৰাষ্ট্ৰনিশালৰ পৰা অতি কমেও মাহেকত এবাৰ নমুনা সংগ্ৰহ কৰিব আৰু সেই নমুনা পৰীক্ষা কৰিবৰ বাবে উপ-অধিনিয়ম ১ মৰ্মে পৰীক্ষাগাৰসমূহলৈ প্ৰেৰণ কৰিব।

(৯) খাদ্য সুৰক্ষা ভাত্তা :

- (১) যদি খাদ্যশস্য, ৰন্ধা সামগ্ৰীৰ খৰচ, ইন্ধন আদিৰ নাটনি অথবা ৰাষ্ট্ৰনি তথা সহায়কৰ অনুপস্থিতি নাইবা অন্যান্য যিকোনো কাৰণত বিদ্যালয় খোলা থকা দিনত বিদ্যালয়ত মধ্যাহ্ন ভোজন যোগান ধৰিব পৰা নোযায় তেন্তে ৰাজ্য চৰকাৰে আইনৰ ২নং ধাৰাৰ 'গ' অনুচ্ছেদ অনুসৰি প্ৰতিজন শিশুকৈ খাদ্য সুৰক্ষা ভাত্তা আইনৰ ৩ নং ধাৰা মৰ্মে পৰৱৰ্তী মাহৰ ১৫ তাৰিখৰ ভিতৰত নিম্নোলিখিত ব্যৱস্থা অনুসৰি প্ৰদান কৰিব।
- (ক) শিশুৰ বাবে নিৰ্ধাৰিত পৰিমাণৰ খাদ্যশস্য, আৰু
- (খ) ৰাজ্যখনত বৰ্তি থকা ৰন্ধন সামগ্ৰীৰ খৰচ
- (২) কেন্দ্ৰীয়ভাৱে স্থাপিত ৰাষ্ট্ৰনিশালৰ দ্বাৰা আহাৰ যোগান ধৰিব নোৱাৰাৰ ক্ষেত্ৰত, উপ-অধিনিয়ম ১ অনুসৰি কেন্দ্ৰীয়ভাৱে স্থাপিত ৰাষ্ট্ৰনিশালৰ পৰা চৰ্ত সাপেক্ষে খাদ্য সুৰক্ষা ভাত্তা প্ৰদান কৰা হ'ব। যদিহে কোনো শিশুৱে তেওঁলৈ আহাৰ আগবঢ়োৱাৰ পিছতো যিকোনো কাৰণত সেয়া গ্ৰহণ কৰা নাই, ৰাজ্য চৰকাৰ অথবা কেন্দ্ৰীয়ভাৱে স্থাপিত ৰাষ্ট্ৰনিশালৰ ওচৰত খাদ্য সুৰক্ষা ভাত্তাৰ বাবে কোনো দাবী নাথাকিব।
তদুপৰি, খাদ্যশস্য আৰু আহাৰৰ মান সম্পৰ্কে ৰাজ্য চৰকাৰ অথবা কেন্দ্ৰীয়ভাৱে স্থাপিত ৰাষ্ট্ৰনিশালৰ ওচৰত খাদ্য সুৰক্ষা ভাত্তাৰ কোনো দাবী নাথাকিব।
- (৩) যদি বিদ্যালয় খোলা থকা দিনত কোনো বিদ্যালয়ত একে লেথাৰিয়ে তিনিদিন নাইবা মাহত অতি কমেও পাঁচ দিন মধ্যাহ্ন ভোজন দিয়া নহয়, উপৰিউক্ত ব্যৱস্থা অনুসৰি ৰাজ্য চৰকাৰে সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিক নাইবা এজেঞ্চিৰ দায়িত্ব সম্পৰ্কে প্ৰশ্ন তুলি বিহিত ব্যৱস্থা গ্ৰহণ কৰিব।
- (৪) কোনো সংশ্লিষ্ট ব্যক্তিক অথবা কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰৰ কোনো এজেঞ্চি, যিয়েই জড়িত নহওক কিয়, ৰাজ্য চৰকাৰে উক্ত বিষয় কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰক অৱগত কৰিব, যিয়ে এমাহৰ ভিতৰতেই তাৰ মীমাংসা কৰিব।
- (১০) **ব্যতিক্ৰম :** এই নিয়মাৱলীত থকা একোৱেই এই সম্পৰ্কে জাৰি কৰা নিৰ্দেশনাৱলী অথবা মধ্যাহ্ন ভোজন আঁচনি সম্পৰ্কীয় কাৰ্যকলাপ সম্বন্ধীয় কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰে জাৰি কৰিব পৰা নিৰ্দেশনাৱলীক প্ৰভাৱান্বিত নকৰিব। □

সম্প্রীতি ভোজন

অসম চৰকাৰৰ নিৰ্দেশনা অনুযায়ী 'সম্প্রীতি ভোজন' নামকৰণেৰে এক উদ্ভাৱনীমূলক আঁচনিৰ জৰিয়তে সমাজৰ যিকোনো ব্যক্তিয়ে জন্মদিন, বছৰেকীয়া তিথি-পৰ্ব, পৰীক্ষাত কৃতকাৰ্যতা, বিবাহ অনুষ্ঠান আদি উপলক্ষে বা পৰিয়ালৰ যিকোনো অনুষ্ঠানৰ দিনটোত মধ্যাহ্ন ভোজন চলি থকা বিদ্যালয়ত ওপৰঞ্চিভাৱে ফল-মূল, মিঠাই, বিস্কুত ইত্যাদি ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলৰ মাজত বিতৰণ কৰি আনন্দ লাভ কৰিব পাৰে।

সাপ্তাহিক খাদ্যৰ আৰ্হি তালিকা

সোমবাৰ	: ভাত, দাইল, শাক-পাচলি
মঙলবাৰ	: খিচিৰি, চোয়া/শাক-পাচলি
বুধবাৰ	: ভাত, কণীৰ দম/থলুৱাভাৱে পোৱা খাদ্য/শাক-পাচলি
বৃহস্পতিবাৰ	: ভাত, দাইল, শাক-পাচলি
শুকুৰবাৰ	: ভাত, দাইল, শাক-পাচলি
শনিবাৰ	: খিচিৰি/পোলাও/থলুৱাভাৱে পোৱা খাদ্য/শাক-পাচলি

উৎস : ভাৰত চৰকাৰৰ চিঠি নং এফ. নং. ১৪-২/২০১৩-ই.ই.৫ (এম. ডি. এম.-১-২) তাৰিখ : ১৩ ফেব্ৰুৱাৰী, ২০১৫ দ্বাৰা প্ৰেৰিত নিৰ্দেশাৱলী।

অসমীয়া অনুবাদ : ইংৰাজী ভাষা শিক্ষণ সংস্থা, জিলা শিক্ষা আৰু প্ৰশিক্ষণ প্ৰতিষ্ঠান আৰু ৰাজ্যিক শিক্ষা-গৱেষণা আৰু প্ৰশিক্ষণ পৰিষদ, অসম