

# খাদ্য এলার্জি গুরুত্ব হতে পারে

এমনকি অল্প পরিমাণে অ্যালার্জি সৃষ্টিকারী খাবারও ক্ষতিকারক হতে পারে

নয়টি সবচেয়ে সাধারণ অ্যালার্জি সৃষ্টিকারী খাবার হল:



চিনাবাদাম



ডিম



গাছ থেকে পাওয়া বাদাম



দুধ



মাছ



গম



শেলফিশ



সয়া



তিল

যখন কোনও গ্রাহক কোনও সার্ভারকে খাদ্য অ্যালার্জির বিষয়ে জানান, তখন সার্ভারের উচিত:

- শেফ বা ম্যানেজারকে জিজ্ঞাসা করা যে অ্যালার্জি সৃষ্টিকারী খাবারটি অর্ডার করা খাবারের মধ্যে আছে কিনা বা তার সংস্পর্শে এসেছে কিনা।
- শেফ বা ম্যানেজার যা বলেছেন তা গ্রাহককে বলা।
- কখনও অনুমান করবেন না! প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করুন!

ক্রস-কন্ট্যামিনেশন রোধ করতে, রান্নাঘরের কর্মীদের এবং সার্ভারদের করা উচিত:

- প্যাকেজ করা খাবারে সমস্ত উপাদান পরীক্ষা করা এবং লেবেলগুলি পড়া।
- তাদের হাত ধোয়া।
- তাদের গ্লাভস পরিবর্তন করা।
- কাজের জায়গা পরিষ্কার করা।
- অন্যান্য খাবার তৈরি করার জন্য ব্যবহার করা হয় এমন কোনও সরঞ্জাম বা পাত্র ব্যবহার না করা।
- অন্যান্য খাবার তৈরি করতে ব্যবহৃত তেল কখনোই ব্যবহার না করা।
- স্প্ল্যাশ এবং ছড়িয়ে পড়া প্রতিরোধ করা।
- সম্পূর্ণ করা ডিশটি অন্যান্য খাবার থেকে আলাদা রাখা।