



متعلقہ HACCP چارٹس: تمام HACCP چارٹس

الرجین مینجمنٹ باؤس رولز

الرجین کیا ہے؟

کھانے سے متعلق الرجی اس وقت ہوتی ہے جب جسم کا مدافعتی نظام مخصوص کھانوں پر غیر معمولی ردعمل ظاہر کرتا ہے۔ جسم جس کھانے پر ردعمل ظاہر کرتا ہے اسے الرجین کہا جاتا ہے۔ کھانے سے متعلق الرجک ردعمل زیادہ تر بلکہ ہوتے ہیں، لیکن کچھ بہت سنگین اور بعض صورتوں میں **مہلک** ہو سکتے ہیں۔ کھانے کی الرجی سے نمٹنے کا واحد طریقہ یہ ہے کہ لوگ ان کھانوں سے پرہیز کریں جو انہیں بیمار کرتے ہیں۔

صارفین کو کسی بھی قسم کے کھانے سے الرجی ہو سکتی ہے۔ اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کہ آپ محفوظ کھانے اور مشروبات فراہم کر سکتے ہیں، آپ کے پاس اجزاء کی شناخت کرنے، محفوظ خوراک تیار کرنے اور اس معلومات کو اپنے صارفین تک پہنچانے کے لیے صحیح کنٹرول ہونا چاہیے۔

14 بڑے الرجین ایسے ہیں کہ جب انہیں کھانے میں اجزاء کے طور پر استعمال کیا جائے تو ان کا تذکرہ کئے جانے کی ضرورت (خواہ لیبل پر یا فراہم کردہ معلومات کے ذریعہ جیسے مینو) ہوتی ہے۔ صارفین کو خوراک کی معلومات کی فراہمی سے متعلق موجودہ قانون سازی (ریٹینڈ ریگولیشن (EU) نمبر 1169/2011) اور فوڈ انفارمیشن (اسکاٹ لینڈ) ریگولیشنز 2014 کے تحت، کھانے کے کاروبار کے مالکان کا یہ فرض منصبی ہے کہ وہ اس بات کو یقینی بنائیں کہ (14 الرجین سے متعلقہ) تمام لازمی معلومات درست، دستیاب اور صارفین کے لیے آسانی سے قابل رسائی ہیں۔

**Inbhe
Bìdh Alba**

14 بڑے الرجین ایسے ہیں کہ کھانے میں اجزاء کے طور پر استعمال کے وقت ان کا تذکرہ (خواہ لیبل پر یا مینو جیسے فراہم کردہ معلومات کے ذریعہ) کیا جانا چاہئے۔ یہاں الرجین، اور کچھ ایسے کھانوں کی مثالیں ہیں جن میں انہیں پایا جاسکتا ہے

گلوٹین پر مشتمل سیریل

گندم (تمام قسمیں بشمول سپیلٹ، خراسان وغیرہ)، رائی، جو اور جئی ایسے اناج ہیں جن میں گلوٹین ہوتا ہے۔ یہ اناج آٹے پر مشتمل کھانے کی اشیاء، جیسے بیٹر، بریڈ، کریمبس، بریڈ، کیکس، کزکوس، پراسیسڈ میٹ پروڈکٹس، پاستا، پیسٹری، چینی، سوپ، تلی ہوئی ایسی چیزیں جن میں آٹے کی تہہ ہوتی ہے، بیکنگ پاؤڈر کے کچھ برانڈز وغیرہ میں بھی مل سکتے ہیں۔



انڈے

انڈوں میں تمام پرندے جن میں مرغی، بطخ، بٹیر وغیرہ ہیں کے انڈے شامل ہیں۔ انڈے کیک، گوشت کی کچھ مصنوعات، مایونیز، موس، پاستا، کیچ، چینی، پیسٹری یا انڈے سے برش کئے گئے یا چمکائے گئے کھانے وغیرہ جیسے کھانے کی اشیاء میں بھی پائے جاسکتے ہیں۔



سرسوں

سرسوں، سرسوں کا پاؤڈر اور سرسوں کے بیج اس زمرے میں شامل ہیں۔ سرسوں کو بریڈ، سالن، میرینیڈ، گوشت کی مصنوعات، سلاد ڈریسنگ، چینی اور سوپ وغیرہ میں بھی پایا جاسکتا ہے۔



تل کے بیج

تل کے بیج عام طور پر بیمبرگر بنس اور سلاد میں پائے جاتے ہیں۔ انہیں بریڈس اور بریڈ اسٹکس، ہمس، تل کے تیل، تابینی وغیرہ میں بھی پایا جاتا ہے۔



درختوں پر پائے جانے والے گری دار میوے

درختوں پر پائے جانے والے گری دار میوے سے مراد وہ گری دار میوے ہیں جو درختوں پر اگتے ہیں، یعنی - بادام، بیزنٹ، اخروٹ، کاجو، پکن گری دار میوے، برازیل گری دار میوے، پستاد گری دار میوے، میکادامیا (یا کوئینز لینڈ) گری دار میوے درختوں پر پائے جانے والے گری دار میوے بہت سے کھانوں میں بھی پائے جاتے ہیں جن میں بریڈ، بسکٹ، کریکرس، میٹھے، نٹ بٹر، نٹ پاؤڈر (اکثر ایشیائی سالن میں استعمال ہوتے ہیں)، تلی ہوئی ڈشز، آئس کریم، مارزپیان (بادام کا پیسٹ)، نٹ کا تیل، چینی وغیرہ شامل ہیں۔



کرشیشینس (قشری)

کرشیشینس میں کیکڑے، لابسٹر، جھینگے اور سکیمپی شامل ہیں۔ انہیں کیکڑے کی چینی، جھینگا پیسٹ (عام طور پر تھائی اور جنوب مشرقی ایشیائی کھانوں میں استعمال ہوتے ہیں)، شیلفش اسٹاک، پیلا، مچھلی کے سوپ جیسے بسکس اور بوٹیلابیس وغیرہ میں بھی پایا جاسکتا ہے۔



سلفر ڈائی آکسائیڈ اور سلفائٹس

سلفر ڈائی آکسائیڈ اور سلفائٹس اکثر خشک میوہ جات جیسے کہ کشمش، خشک خوبانی، کنائی وغیرہ میں بطور محافظ استعمال ہوتے ہیں۔ یہ گوشت کی مصنوعات، جھینگے، سبزیوں، سافٹ ڈرنکس، شراب اور بیٹر وغیرہ میں بھی پائے جاسکتے ہیں۔



اجوائن

اجوائن میں اجوائن کے ڈنٹھل، پتے، بیج اور سیلیریک نامی جز شامل ہوتے ہیں۔ اجوائن سیلری نمک، سلاد، گوشت کی کچھ مصنوعات، سوپ، اسٹاک کیوبز وغیرہ میں بھی پائی جاتی ہے۔



دودھ

دودھ میں گائے، بھیر، بکری وغیرہ سمیت تمام جانوروں کا دودھ شامل ہے۔ مکھن، پنیر، کریم، دودھ کے پاؤڈر اور دہی دودھ سے حاصل کیے جاتے ہیں۔ دودھ مختلف قسم کے کھانوں جن میں دودھ لگائے گئے یا دودھ سے چمکائے ہوئے کھانے، اور پاؤڈر سوپ اور چینی وغیرہ شامل ہیں میں بھی استعمال کیا ہوا پایا جاسکتا ہے۔



سویا بین

سویا بین جسے سویا بھی کہا جاتا ہے، ٹوفو/بین دہی، ایڈامیم بینز، مسو پیسٹ، بناوٹ سویا پروٹین، سویا آٹا یا لیسیتھن E322 (اگر سویا سے بنایا گیا ہو) میں پایا جاتا ہے۔ سویا مشرقی کھانوں کا ایک اہم جزو ہے۔ اسے مٹھائیوں، آئس کریم، گوشت کی مصنوعات، چینی، سبزی سے بنی ہوئی مصنوعات وغیرہ میں بھی پایا جا سکتا ہے۔



مونگ پھلی

مونگ پھلی پھلیاں ہیں اور زیر زمین اگتی ہیں، اسی لیے بعض اوقات انہیں گراؤنڈ نٹس بھی کہا جاتا ہے۔ مونگ پھلی کو اکثر بسکٹ، کیک، سالن، میٹھے اور چینی (جیسے سائے چینی) میں بطور جزو استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ مونگ پھلی کے تیل، مونگ پھلی کے آٹے اور مونگ پھلی کے مکھن وغیرہ میں بھی پایا جاتا ہے۔



مچھلی

مچھلی میں مچھلی کی تمام اقسام، مچھلی کے تیل اور کیویا شامل ہیں۔ مچھلی مصالحہ جات جیسے فش ساس، ورسیسٹر شائر ساس، سلاد ڈریسنگ (مثلاً سیزر سلاد)، اسٹاک کیوبز وغیرہ میں بھی پائی جاتی ہے۔



گھونگھا

گھونگھے میں ام الخول، صدفہ، سیپ، خوردنی گھونگا (اسٹیلز)، آکنوپس اور سکویڈ بشمول اس کی سیاہی شامل ہیں۔ وہ اوپسٹر ساس، پیلا، مچھلی کے سوپ وغیرہ میں بھی پائے جاتے ہیں۔



لوپین

لوپین کا آٹا اور بیج کچھ قسم کی روٹی، پیسٹری، پاستا وغیرہ میں استعمال کیے جاسکتے ہیں۔



خوراک کی عدم رواداری کیا ہے؟

کھانے میں عدم رواداری زیادہ عام ہے اور اس کی وجہ جسم کا لیکٹوز جیسے بعض مادوں کو ہضم کرنے سے قاصر ہونا ہے۔ وہ کھانے کی الرجی کی طرح نہیں ہیں، کیونکہ زیادہ تر میں مدافعتی نظام شامل نہیں ہوتا ہے۔

کھانے کی عدم رواداری کسی کو بہت بیمار بنا سکتی ہے اور ان کی طویل مدتی صحت کو متاثر کر سکتی ہے۔ آپ عام طور پر کھانے کی الرجی کے مقابلے میں کھانے کی عدم رواداری کی علامات آہستہ آہستہ محسوس کریں گے، اور بعض اوقات یہ آپ کے کھانا کھانے کے چند گھنٹوں بعد تک محسوس نہیں ہوتا ہے۔ علامات گھنٹوں تک، یہاں تک کہ اگلے دن تک باقی رہ سکتی ہیں۔

الرجین کا اہتمام کرنا کیوں ضروری ہے؟

ایک فوڈ بزنس آپریٹر کے طور پر یہ یقینی بنانے کے لئے کہ آپ جو کھانے اور مشروبات پیش کرتے ہیں وہ صارفین کو نقصان نہیں پہنچاتے ہیں محفوظ خوراک تیار کرنا، الرجین سے متعلق معلومات فراہم کرنا اور لیبلنگ کے قوانین پر عمل کرنا آپ کی قانونی ذمہ داری ہے۔

اس کا مطلب یہ ہے کہ فوڈ بزنس آپریٹرز کو:

- صارفین کو پہلے سے پیک شدہ اور پہلے سے غیر پیک شدہ کھانے اور مشروبات دونوں کے لیے الرجین کی معلومات فراہم کرنا چاہئے
- نوٹ:- مشروبات میں وہ تمام مشروبات شامل ہیں جو احاطے سے فروخت کئے جاتے ہیں جیسے اسموتھیز، جوس، کاک ٹیلز، وغیرہ
- تیاری کے دوران کھانے پینے کی الرجین کو مؤثر طریقے سے سنبھالنا اور ان کا انتظام کرنا چاہئے۔

کھانے کے کاروباروں کو یہ یقینی بنانا چاہیے کہ ان کا عملہ الرجین سے متعلق تربیت یافتہ ہے اور کاروبار کے تمام شعبوں میں الرجین کے محفوظ انتظام کو یقینی بنانے کے لیے کاروباری طریقہ کار اور طریقوں سے واقف اور قابل ہے۔

کم گلوٹین اور گلوٹین فری

اگر آپ گلوٹین فری مصنوعات پیش کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں تو آپ کو درج ذیل امور پر توجہ دینا چاہیے:-

موجودہ قانون سازی نے ان کھانوں کے لیے گلوٹین کی سطحیں متعین کی ہیں جو یا تو 'گلوٹین فری' یا 'بہت کم گلوٹین' ہونے کا دعویٰ کرتے ہیں۔ یہ سطحیں ہیں:

- 'گلوٹین فری' - 20 ملی گرام/کلوگرام گلوٹین۔
 - 'بہت کم گلوٹین' - 100 ملی گرام/کلوگرام گلوٹین۔ تاہم، صرف اناج کے اجزاء والی غذائیں جنہیں گلوٹین کو بنانے کے لیے خصوصی طور پر بنایا گیا ہے 'بہت کم گلوٹین' کا دعویٰ کر سکتی ہیں۔
- یہ ضوابط تمام کھانے کی اشیاء پر لاگو ہوتے ہیں - پہلے سے پیک شدہ یا خردہ میں فروخت کئے گئے، جیسے کہ ہیلتھ فوڈ اسٹورز یا کیٹرننگ اداروں میں۔
- کھانے کے کاروبار 'گلوٹین فری' کے فقرے کا استعمال صرف اس وقت کر سکتے ہیں جب وہ اس بات کی نمائش کر سکیں کہ، جب ٹیسٹ کیا جائے تو، ان کی مصنوعات میں فی ملین گلوٹین کے 20 یا اس سے کم حصے ہوں۔ انہیں یہ بھی ظاہر کرنے کی ضرورت ہوگی کہ 'بہت کم گلوٹین' ہونے کا دعویٰ کرنے والی کوئی بھی مصنوعات قانون کی تعمیل کرتی ہیں۔

جان بوجھ کر گلوٹین پر مشتمل اجزاء کے بغیر کھانے کی اشیاء پیش کرنا جوان علاقوں میں تیار کی جاتی ہیں جہاں گلوٹین کراس آلودگی کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے، پر 'گلوٹین فری' یا 'بہت کم گلوٹین' کا لیبل نہیں لگایا جاسکتا۔

مثال کے طور پر، ایک چھوٹی بیکری/گھریلو کچن میں آٹا استعمال کرتے ہوئے جس میں گلوٹین ہوتا ہے، ہوا میں آٹے کی دھول سے ممکنہ آلودگی کی وجہ سے گلوٹین فری مصنوعات پیش کرنا بہت مشکل ہوگا۔

میں الرجین کی ضروریات کیسے پورا کر سکتا ہوں؟

الرجین فوڈ قانون کی تعمیل کرنے کے لیے، کھانے کے کاروبار کو الرجین کی صحیح شناخت اور ان کا انتظام کرنے کے لیے ان کے اجزاء، عمل اور مصنوعات کی اچھی سمجھ بونی چاہیے۔ اس سے کھانے کے کاروبار کو عملے کو تربیت دینے اور اپنے صارفین کے ساتھ بات چیت کرنے میں مدد ملے گی۔

الرجین کے انتظام کو آسانی سے چار مراحل میں کیا جا سکتا ہے:

1. اپنے کاروبار میں الرجین کی شناخت کرنا
2. الرجین کے خطرے کا انتظام کرنا
3. اپنے عملے کو تربیت دینا
4. صارفین کے ساتھ بات چیت کرنا

الرجین کے انتظام کے ساتھ کھانے کے کاروبار کی مدد کے لیے ذیل میں مفت ٹولز دستیاب ہیں؛

[آن لائن الرجین کی تربیت](#)

الرجین سے آگاہی میں آپ اور آپ کے عملے کی مدد کرنے کے لئے اس تربیت کو اپنے عملے کے تربیتی پروگرام میں شامل کرنے پر غور کریں۔ مینوفیکچرنگ اور کیئرنگ ترتیبات میں الرجین کے بارے میں زیادہ سے زیادہ آگاہی فراہم کرنے کے لئے اسے فوڈ اسٹینڈرڈز اسکاٹ لینڈ نے تیار کیا ہے۔

[MenuCal](#)

MenuCal مفت استعمال کے لیے ایک آن لائن ٹول ہے جسے کھانے کے کاروباروں کو الرجین کی معلومات کو منظم اور ریکارڈ کرنے کے لیے قانونی تقاضوں کی تعمیل میں مدد کرنے کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے۔ مفت ٹول کا استعمال آپ کے تیار کردہ کھانے کے اندر موجود توانائی کی مقدار کا حساب لگانے کے لیے بھی کیا جا سکتا ہے۔ MenuCal آپ کے مینو میں موجود کھانوں اور مشروبات کے لئے الرجین کی معلومات کی شناخت، ان کا انتظام اور بات چیت کرنے میں آپ کی مدد کر کے قانون کی تعمیل میں مدد کرتا ہے۔

مرحلہ 1: اپنے کاروبار میں الرجین کی شناخت کرنا

کھانے کے کاروبار کے طور پر آپ کی بنیادی قانونی ذمہ داری ہے کہ آپ HACCP (خطرے کا تجزیہ اور ایس کنٹرول نقاط) کے اصولوں پر مبنی فوڈ سیفٹی مینجمنٹ سسٹم رکھیں۔ یہ CookSafe دستاویز آپ کے فوڈ سیفٹی مینجمنٹ سسٹم کا حصہ ہے۔ فوڈ الرجین کو آپ کے تیار کردہ کھانے اور مشروبات میں ایک خطرہ کے طور پر سمجھا جانا چاہئے، لہذا انہیں آپ کے فوڈ سیفٹی مینجمنٹ سسٹم میں ایک کلیدی مرکز ہونا چاہئے۔ یاد رکھیں، الرجین صرف کچن کے لئے نہیں بلکہ آپ کے کاروبار کے تمام شعبوں کے لئے خطرہ ہیں۔ مشروبات جو آپ بار میں بناتے ہیں (کافی، چائے، کاک ٹیل وغیرہ) سبھی میں الرجین شامل ہو سکتے ہیں اور آپ کے فوڈ سیفٹی مینجمنٹ سسٹم میں ان پر غور کیا جانا چاہئے۔

اپنے کھانوں اور مشروبات میں الرجین کی شناخت کرنا

کھانے اور مشروبات خریدنا اور وصول کرنا

- اجزاء، کھانے اور مشروبات خریدتے وقت، فراہم کنندہ کو آپ کو تمام ضروری اجزاء اور الرجین کی معلومات فراہم کرنا چاہئے۔ جہاں کھانوں پر لیبل نہیں لگا ہوا ہے وہاں انہیں ملحقہ پیپرورک میں فراہم کیا جانا چاہئے۔
- جب آپ کو ڈیلیوری موصول ہو، تو آپ کو موصول ہونے والے کھانے کو آپ کے آرڈر کے مطابق ہونا چاہئے۔ جائزہ لیں کہ آیا کوئی متبادل یا کوئی مختلف برانڈز تو شامل نہیں ہے۔ مختلف برانڈز کی مصنوعات میں مختلف اجزاء اور ان کی وجہ سے مختلف الرجین ہو سکتے ہیں۔ یہ دوسرے فراہم کنندگان کے لیے بھی درست ہے، کیونکہ ان کی مصنوعات میں مختلف اجزاء اور الرجین شامل ہو سکتے ہیں۔
- اجزاء میں کسی بھی متبادل یا تبدیلی کو اجزاء اور الرجین کی معلومات کے ساتھ ریکارڈ کیا جانا چاہئے اور اسی کے مطابق اپ ڈیٹ کیا جانا چاہئے۔
- آپ کو موصول ہونے والے کسی بھی سامان کی پیکیجنگ کی حالت کی جانچ کرنا اچھا عمل ہے۔ اس طرح آپ اس بات کو یقینی بنا سکتے ہیں کہ کسی بھی پیکیجنگ کو نقصان نہیں پہنچا ہے جو ممکنہ طور پر کھانے کو دوسرے الرجین کے ساتھ آلودہ کر سکتا ہے۔

معیاری ریسپیٹ

- اپنے کاروبار میں الرجین کی شناخت کرنے کا سب سے آسان طریقہ معیاری ریسپیٹ بنانا اور ان پر عمل کرنا ہے۔ اگر آپ معیاری ریسپیٹ استعمال کرتے ہیں تو جب بھی آپ یا آپ کا عملہ اسے بنائیں گے تو کھانا اسی برانڈ اور/یا الرجین کے ساتھ بنایا جائے گا۔
- معیاری ریسپیٹ پر عمل کر کے آپ آسانی سے کسی ڈش میں استعمال ہونے والی الرجین کی شناخت کر سکتے ہیں اور صحیح اور مستقل معلومات بشمول کسی بھی 'مشمتمل ہو سکنے والی' معلومات کے فراہم کر سکتے ہیں جو کہ اس کھانے کے لیبل پر مشتمل ہیں جنہیں آپ استعمال کرتے ہیں۔
- اگر آپ غیر معیاری ریسپیٹ (روزانہ/ہفتہ وار مخصوص) کا استعمال کرتے ہیں تو آپ کے پاس ایک ایسا نظام ہونا چاہئے جو اس بات کو یقینی بنائے کہ آپ ڈش/پروڈکٹ کے اندر موجود تمام اجزاء اور کسی بھی الرجی کی شناخت کر سکیں اور اپنے عملے اور صارفین کو اس کی اطلاع دے سکیں۔
- یہ ایک **معیاری ریسپیٹ ٹیمپلیٹ** ہے جو کہ ریسپیٹ کی ریکارڈنگ میں معاون ہو سکتا ہے، یا متبادل طور پر **MenuCal ٹول** کو ریسپیٹ ریکارڈ کرنے اور الرجین کی معلومات کا انتظام کرنے کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔

مرحلہ 2: الرجین کے خطرات کا انتظام کرنا

میں الرجین کے خطرہ کا انتظام کیسے کروں؟

اسے اپنے کاروبار کے لیے درج ذیل ہدایات کو اپنا کر کیا جا سکتا ہے۔

ڈیلیوریوں اور لیبلز

- اجزاء، کھانے اور مشروبات وصول کرتے وقت فراہم کنندہ کو آپ کو تمام ضروری اجزاء اور الرجین کی معلومات فراہم کرنی چاہیے۔ جہاں کھانوں پر لیبل نہیں لگا ہوا ہے وہاں انہیں ملحقہ پیپرورک میں فراہم کیا جانا چاہیے۔
- جائزہ لیں کہ ڈیلیوری کیا گیا کھانا آپ کے آرڈر سے میل کھاتا ہے۔ اگر میل نہیں کھاتا ہے، تو متبادل پروڈکٹ کے اجزاء کی فہرست اور الرجین کی معلومات کو چیک کریں پھر جب آپ نئے اجزاء کا استعمال شروع کریں تو اپنے ریکارڈ کو اپ ڈیٹ کریں۔
- آپ کو اس وقت تک ڈیلیوری قبول نہیں کرنی چاہیے جب تک کہ آپ کو مکمل طور پر یقین نہ ہو کہ آپ کے پاس تمام مطلوبہ درست معلومات ہیں۔
- سراخ پزیری کو یقینی بنانے کے لئے اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ تمام رسیدوں اور انوائسز کو مناسب وقت تک اپنے پاس رکھتے ہیں۔ اس نظام کو برقرار رکھنے سے کسی پروڈکٹ میں کوئی مسئلہ ہونے پر اسے آسانی سے شناخت اور ٹریس کیا جاسکتا ہے۔
- اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کہ کوئی کراس آلودگی نہیں ہے چیک کریں کہ پیکجنگ کو نقصان نہیں پہنچا ہے۔
- اجزاء اور ریسیپی کی تبدیلیوں کے لیے باقاعدگی سے استعمال ہونے والے اجزاء، کھانے پینے اور مشروبات کا بار بار جائزہ لینا اچھا عمل ہے۔ کسی بھی تبدیلی کو لکھا جانا اور ریکارڈ کیا جانا چاہئے

معیاری ریسیپی

- کھانے پینے کی اشیاء اور مشروبات کے لیے معیاری ریسیپی پر عمل کرنا اس بات کو یقینی بناتا ہے کہ تیار کردہ تمام پکوان بنیادی طور پر بار بار ایک جیسے ہوں۔
- جب کسی غیر معیاری ریسیپی (مثلاً روزانہ/ہفتہ وار مخصوص) کا استعمال کیا جائے تو اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ایک نظام ہونا چاہیے کہ تمام اجزاء اور کسی بھی الرجی کی شناخت اور ریکارڈ کیا جائے۔
- اگر آپ ایک نئے برانڈ یا نئے سپلائر کا انتخاب کرتے ہیں، تو آپ کو یہ دیکھنے کے لیے چیک کرنا چاہیے کہ آیا ان تبدیلیوں میں آپ کے استعمال کردہ پچھلے برانڈز یا سپلائرز کے مقابلے اضافی یا مختلف الرجین شامل ہیں۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ کے پاس ایک بیچ کے اختتام کو لاگ ان کرنے اور نئے اجزاء کے ساتھ نئے بیچ کے آغاز کا طریقہ ہے
- جہاں کم اسٹاک یا خصوصی درخواستوں کے نتیجے میں متبادلات کیے گئے ہیں، کھانے کے کاروبار کے پاس تمام عملے اور متعلقہ صارفین کو تبدیلیوں کو ریکارڈ کرنے اور ان سے بات کرنے کے لیے ایک نظام ہونا چاہیے۔
- اپنی ریسیپی کا بار بار جائزہ لینا اچھا عمل ہے۔

اسٹوریج

- کھانے کے کاروباروں کے پاس خوراک کو محفوظ طریقے سے ذخیرہ کرنے کے طریقہ کار کا ہونا ضروری ہے، خاص طور پر الرجین پر مشتمل کھانے اور مشروبات کی کراس آلودگی کو کم کرنے کے لئے۔ اس میں ٹھنڈا اور منجمد اسٹوریج شامل ہے۔
- ایسی غذائیں جن میں پاؤڈر کی شکل میں الرجین ہوتی ہے جیسے کہ دودھ کا پاؤڈر یا آٹا انہیں ہوا بند ٹائٹ کنٹینرز میں رکھنا چاہیے۔
- جہاں کھانے پینے کی اشیاء کو کنٹینرز میں صاف کیا جاتا ہے، اس بات کو یقینی بنائیں کہ کنٹینرز پر واضح طور پر لیبل لگا ہوا ہے کہ ان میں کون سے کھانے ہیں ساتھ ہی ساتھ کوئی اجزاء اور کوئی الرجین تو نہیں ہے۔

کراس آلودگی

- الرجین ایک کھانے سے دوسرے میں یا سطحوں/آلات سے کھانے میں آسانی سے منتقل ہو سکتے ہیں۔ یہ اس وقت ہو سکتا ہے جب کھانے کو ایک ہی سطح پر تیار کیا جاتا ہے یا جب الرجین سے پاک کھانے کو الرجین پر مشتمل برتنوں کے قریب تیار کیا جاتا ہے (جیسے آٹے کی دھول، چھڑکاؤ)۔
- جہاں ممکن ہو، ایک شفٹ کے آغاز میں الرجین فری ڈشیز تیار کیے جا سکتے ہیں۔
- الرجین فری کھانا تیار کرنے سے پہلے تمام سامان، برتن اور ورک ٹاپس کو اچھی طرح صاف کریں، یا علیحدہ آلات استعمال کریں۔
- کھانے کو سنبھالنا — الرجین سے پاک کھانا تیار کرنے سے پہلے ہمیشہ اپنے ہاتھ اچھی طرح دھولیں۔
- الرجین فری کھانا تیار کرنے کے بعد، اسے ڈھانپ کر رکھیں، اس پر لیبل لگا کر رکھیں اور اسے الگ سے صارف کو ڈیلیور کریں۔
- ان کھانوں کے درمیان جن میں الرجین ہوتی ہے اور جن میں الرجین نہیں ہوتی ہے آلودگی کو روکنے کے لیے اقدامات کریں۔ **یاد رکھیں!** ان کھانوں کے منٹ کے نشانات جن میں الرجین ہوتے ہیں دوسری کھانوں میں داخل ہو سکتے ہیں اور ردعمل کا سبب بن سکتے ہیں۔

صفائی، ستھرائی اور جراثیم کشی

- آگاہ رہیں کہ کسی بھی الرجین کی باقیات الرجک رد عمل کا سبب بننے کے لیے کافی ہیں۔ الرجین کی باقیات کسی بھی جگہ پائی جا سکتی ہیں جس کا الرجین سے رابطہ ہوا ہو اور ساتھ ہی کہیں بھی دھول، ٹکڑوں اور خوراک جمع ہو سکتی ہو۔
- آپ کو یقینی بنانا چاہیے کہ آپ ساز و سامان اور سطحوں پر صفائی اور جراثیم کشی کے مؤثر طریقے انجام دے رہے ہیں۔
- سطحوں کو 2 مرحلہ صفائی اور ڈس انفیکشن استعمال کر کے صاف کیا جا سکتا ہے (**دیکھیں کلیننگ ہاؤس رول**) طریقہ۔
- برتنوں کو بھی بالکل اسی طریقہ سے یا مناسب جراثیم کشی انفیکشن فراہم کرنے کے قابل ڈش واشر کے ساتھ صاف کیا جا سکتا ہے (**کلیننگ ہاؤس رول دیکھیں**)۔

- آلات کے بڑے پچیدہ ٹکڑوں کو صاف اور جراثیم سے پاک کرنے کے لیے توڑنا پڑ سکتا ہے۔ جبکہ کچھ دوسرے سامان اسی حد تک صاف نہیں ہو سکتے جیسے ویکيوم پیکر، ڈیپ فیٹ فرائر، سلائسز وغیرہ۔ الرجین کے انتظام کے لیے طریقہ کار ہونا چاہیے جیسے الگ الگ الرجین سے نامزد سامان۔
- کسی بھی الرجین سے پاک کھانے اور مشروبات کی تیاری سے پہلے، سطح، کسی بھی برتن اور سامان کو صاف اور جراثیم سے پاک کرنا ضروری ہے۔

الرجی سے متاثر شخص کے لئے کھانے اور مشروبات کی تیاری کے لئے مخصوص اصول

الرجی سے متاثر شخص کے لئے کھانا تیار کرتے یا پیش کرتے وقت ہمیشہ:

- جہاں ممکن ہو الرجین فری کھانا یا مشروب تیار کرنے کے لیے علیحدہ کام کی سطح/علاقہ کا استعمال کریں۔ جہاں یہ ممکن نہ ہو اس بات کو یقینی بنائیں کہ تیاری کے علاقے اور آلات کی صفائی اور جراثیم کشی عملی ہے۔
- کھانا تیار کرنے سے پہلے اور بعد میں کام کی سطحوں کو صاف اور جراثیم سے پاک کریں۔
- کسی بھی الرجین فری ڈشیز کو تیار کرنے سے پہلے آلات اور برتنوں کو صاف اور جراثیم سے پاک کریں۔
- تمام آلات کو صحیح طریقے سے صاف نہیں کیا جا سکتا، جیسے ڈیپ فیٹ فرائیڈرز، ویکيوم پیکرز وغیرہ۔ اس قسم کے آلات الرجین فری کھانے اور الرجین پر مشتمل کھانے دونوں کے لئے استعمال نہیں کئے جاسکتے۔
- اپنے ہاتھوں کو اچھی طرح دھوئیں۔ جہاں دستانے استعمال کیے جاتے ہیں، اس بات کو یقینی بنائیں کہ الرجین فری آرڈر تیار کرنے سے پہلے انہیں تبدیل کر دیا گیا ہے۔
- الرجین فری کھانے کو اس تیل میں نہ پکائیں جس میں آپ نے دیگر کھانے پکائے ہیں۔
- تیار شدہ ڈش سے الرجی پیدا کرنے والے اجزاء، جیسے گری دار میوے، کو نہ نکالیں اور اسے الرجی سے پاک کہیں کیونکہ الرجی والے اجزاء کی باقیات ڈش میں رہ سکتی ہیں اور پھر بھی ردعمل کا سبب بن سکتی ہیں۔
- بوفیٹ یا ڈسپلے کینٹ میں کھانے اور مشروبات کی نمائش کرتے وقت، انہیں ہمیشہ اس طرح سے باہر رکھیں جس سے الرجین سے پاک کھانے کی کسی دوسری ڈش کے اجزاء سے آلودہ ہونے کا خطرہ کم ہو اور پیش کرنے کے علیحدہ برتن فراہم کریں۔
- گارنش اور ملحقات پر غور کریں۔ - کیا ان میں الرجین موجود ہیں جن پر غور کرنے کی ضرورت ہے؟ جیسے سوپ پر کریم فریج کا گھومنا، کراؤٹن، کاک ٹیل پر گارنش، میٹھے پر ٹاپنگ وغیرہ۔

ٹیک اوے اور ڈیلیوری

- فون کے ذریعے کوئی آرڈر وصول کرتے وقت، یہ یقینی بنانا اچھا عمل ہے کہ عملے کا رکن پوچھے کہ آیا صارف کو کوئی الرجی ہے
- اگر آپ آن لائن مینو/آرڈرنگ استعمال کرتے ہیں تو آپ کو سائن پوسٹ کرنا چاہیے کہ گاہک آپ کو کسی بھی الرجی سے آگاہ کریں۔

- آپ کو یہ یقینی بنانا چاہیے کہ آپ کے آن لائن مینو کا کثرت سے جائزہ لیا جاتا ہے اور اسے اپ ٹو ڈیٹ رکھا جاتا ہے۔
- یہ اچھا عمل ہے کہ جو کھانے کی ڈیلیوری کی جارہی ہے جو کہ الرجین سے پاک ہے اس پر اس طرح کا لیبل لگانا چاہیے اور اسے الگ الگ پیک کیا جانا چاہیے اور کسی بھی ایسی غذا سے دور ہونا چاہیے جس میں الرجین ہو، مثالی طور پر اس کے اپنے بیگ میں کراس آلودگی سے بچنے کے لیے۔
- فوڈ بزنس آپریٹرز جو پہلے سے پیک شدہ کھانا نہیں بیچتے ہیں (اس میں براہ راست فروخت کے لیے پہلے سے پیک شدہ کھانا شامل ہے) فاصلاتی فروخت کے ذریعے (مثلاً کھانے کے کاروبار جو ٹیلی فون/انٹرنیٹ کے ذریعے خریداری کی پیشکش کرتے ہیں) کو یقینی بنانا چاہیے کہ الرجین کی لازمی معلومات صارف کے لیے دستیاب ہوں (مفت):
- خریداری مکمل ہونے سے پہلے؛ اور
- ڈیلیوری کے موقع پر۔

مرحلہ 3: اپنے عملہ کو تربیت دینا

تمام عملے کو فوڈ الرجین کے انتظام میں بنیادی تربیت حاصل کرنی چاہیے اس سے پہلے کہ وہ کام شروع کریں اور باقاعدہ ریفریشر ٹریننگ حاصل کریں۔ انجام دئے گئے تمام تربیت کو درست طریقے سے لکھا جانا اور ریکارڈ کیا جانا چاہئے۔ تمام عملے کو کسی بھی گاہک کے الرجین کے سوالات سے نمٹنے کے لیے تربیت دی جانی چاہیے اور الرجین اور الرجین کی معلومات کو درست طریقے سے بینڈل نہ کرنے کی ممکنہ شدت کو سمجھنا چاہیے۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ تمام عملہ یہ سمجھے کہ انہیں کبھی یہ اندازہ نہیں لگانا چاہیے کہ کھانے میں الرجین موجود ہے یا نہیں۔ انہیں کسی جاننے والے شخص سے پوچھنا چاہئے۔ صارف کے ساتھ ہمیشہ ایماندار رہیں۔ اگر آپ نہیں جانتے ہیں، تو اعتراف کر لیں!

آپ کے عملہ کے اراکین کی تربیت اور الرجین کو سمجھنے میں آپ کی مدد کرنے کے لئے، آپ مندرجہ ذیل [الرجین ٹریننگ ٹول](#) پر جاسکتے ہیں۔

عملہ کے ارکان کے لیے تربیت کی تیاری کے وقت ذیل میں کچھ نکات پر غور کرنا چاہیے:-

انتظام	کچن	فرنٹ آف ہاؤس	ٹیک اوے/ ڈیلیوری
درستگی کے لئے تمام الرجین پیپرورک اور دستاویزات کی جانچ کریں	یقینی بنائیں کہ الرجین کے خطرات، کنٹرول اور معیاری ترکیبوں کی اہمیت کے بارے میں علم اور آگاہی موجود ہے	الرجین کے خطرات اور کنٹرول کے بارے میں علم اور آگاہی حاصل کریں۔	فون کے ذریعے کوئی آرڈر وصول کرتے وقت، آپ کو اس بات کو یقینی بنانا چاہیے کہ عملے کا رکن پوچھے کہ کیا گاہک کو کوئی الرجی ہے
الرجین کے خطرات اور کنٹرول کے بارے میں علم اور آگاہی کا انتظام کریں۔	اس بات کو یقینی بنانے کے لیے معیاری ترکیبیں بنائیں کہ باورچی خانے کا تمام عملہ اس بات سے آگاہ ہے کہ کن کھانوں میں کون سی الرجین ہوتی ہے۔	گاہکوں کی طرف سے الرجین کے سوالات کا جواب دینے کے لیے تربیت یافتہ	ڈش میں موجود اجزاء کے بارے میں کبھی اندازہ نہ لگائیں
اس بات کو یقینی بنائیں کہ عملے کے تمام ارکان الرجین کے خطرات اور کنٹرول کے بارے میں تربیت یافتہ ہیں	باورچی خانے کے اندر صفائی اور جراثیم کشی کے لیے ذمہ دار	جان لیں کہ انہیں الرجی کا شکار کسی بھی گاہک کے بارے میں دیگر متعلقہ عملے کے ارکان کو مطلع کرنا چاہیے۔	اگر آپ آن لائن مینو وغیرہ استعمال کرتے ہیں، تو آپ کو سائن پوسٹ کرنا چاہیے کہ گاہک آپ کو کسی بھی الرجی کے بارے میں آگاہ کریں۔
اس بات کو یقینی بنائیں کہ عملہ اس بات پر غور کرے کہ وہ ذاتی استعمال کی کون سی غذائیں جو وہ احاطے میں لا سکتے ہیں خاص طور پر الرجین سے پاک کھانے جیسے گلوٹین پر مشتمل روٹی، مونگ پھلی کی سلاخیں	درخواست کردہ کوئی بھی الرجین فری ڈشز بنائیں	جہاں آرڈرز آن لائن کیے جاتے ہیں، عملے کو اضافی طور پر کچن کو الرجین فری آرڈر کے بارے میں آگاہ کرنا چاہیے۔	جو کھانا الرجین سے پاک ہے اس پر اس طرح کا لیبل لگانا چاہیے اور اسے الگ الگ پیک کیا جانا چاہیے اور کسی بھی ایسی غذا سے دور ہونا چاہیے جس میں الرجین ہو، مثالی طور پر اس کے اپنے بیگ میں کراس آلودگی سے بچنے کے لیے
	اس بات کو یقینی بنانے کے لیے طریقہ کار وضع کریں کہ تمام عملے کو آخری لمحات کی ترکیب میں ہونے والی کسی بھی تبدیلی سے آگاہ کیا جائے۔	ڈش میں موجود اجزاء کے بارے میں کبھی اندازہ نہ لگائیں۔	تیار کردہ تمام کھانوں پر درست لیبلنگ ہونی چاہیے (جہاں لاگو ہو)۔

مرحلہ 4 اپنے گاہکوں کے ساتھ مواصلت کرنا

اپنے گاہکوں کو بتائیں کہ آپ کوان کے ساتھ ان کی ضروریات پر بات کرنے میں خوشی ہوگی۔ مثال کے طور پر، مینویا چاک بورڈ پر روشنی ڈالنا کہ اگر گاہک کو الرجین کے بارے میں کوئی تشویش ہے تو عملے سے مزید معلومات طلب کریں۔ آپ کو ایک پوسٹر بھی آویزاں کرنا چاہیے جو گاہکوں کو بتاتا ہے کہ اگر انہیں الرجی ہے تو اسے عملے کے ساتھ اٹھائیں، یعنی 'اگر آپ کو کھانے سے الرجی ہے تو براہ کرم عملے کے کسی رکن کو مطلع کریں'۔ جہاں ممکن ہو، اپنے مینو کو اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ڈیزائن کریں کہ پکوان کے نام اور تفصیل ممکنہ الرجینک اجزا کی عکاسی کرتی ہے، مثال کے طور پر، 'بادام کی شارٹ بریڈ کے ساتھ اسٹرابیری موس' یا 'مونگ پھلی کے ساتھ بنی سائے چینی' یا 'میرینڈز جیسے چکن کو چھاچھ میں مرینڈ کیا گیا ہو۔

گاہکوں کے ساتھ مواصلت

- بکنگ کا وقت – پوچھیں کہ کیا پارٹی کے کسی ممبر کو کوئی الرجی ہے۔ اگر ہاں تو اس کا نوٹس لیں اور یقینی بنائیں کہ پہنچنے پر عملے کے تمام اراکین کو یاد دلایا جائے۔
- آرڈر لینا – پوچھیں کہ کیا پارٹی کے کسی ممبر کو کوئی الرجی ہے۔
- آرڈر لینا – اگر آپ سے کسی ڈش کے بارے میں کوئی سوال پوچھا جاتا ہے تو جواب کا اندازہ نہ لگائیں بلکہ بات کریں تاکہ کسی ایسے شخص سے بات کریں جو جواب جانتا ہو جیسے کہ منیجر یا شیف الرجینک اجزاء کا پتہ لگا سکے۔
- میز پر ڈیلیوری – اس بات کو یقینی بنائیں کہ الرجین سے پاک ڈش کو الگ سے میز پر لے جایا جائے اور اس بات کو یقینی بنائیں کہ اگر آپ نے دوسری پلیٹیں یا کھانے کو سنبھالا ہے تو آپ اپنے ہاتھ دھوتے ہیں۔
- عملہ کی مواصلت – تمام عملے کو بتائیں جب کسی گاہک کو الرجی ہو، اس میں شفٹ اسٹاف کی کوئی بھی تبدیلی شامل ہے۔ اگر آپ سے کوئی سوال پوچھا جائے تو جواب کا اندازہ نہ لگائیں بلکہ کسی ایسے شخص سے بات کریں جو جواب جانتا ہو جیسے کہ منیجر یا باورچی سے الرجی پیدا کرنے والے اجزاء معلوم کرنے کے لیے۔
- بوفے – جہاں صارف اپنی مدد کر سکتے ہیں اور عملے کے ساتھ بات چیت کا کوئی موقع نہیں ہے۔ بوفے میں ہر ایک کھانے پر لیبل لگا دیا جانا چاہیے تاکہ کھانوں کو صاف کرنے کے لیے الگ برتنوں کے ساتھ الرجی پیدا کرنے والے اجزاء دکھاسکیں۔

الرجین کی معلومات کیسے فراہم کریں؟

اپنے صارفین کو الرجین کی معلومات فراہم کرنے کے کئی طریقے ہیں۔ آپ الرجین کی معلومات کیسے فراہم کرتے ہیں اس کا تعین اس طریقے سے کیا جائے گا جس میں آپ اپنے صارفین کو کھانے پینے کی اشیاء فراہم کرتے ہیں جیسے پیکجز، پہلے سے غیر پیک شدہ یا براہ راست فروخت کے لیے پہلے سے پیک شدہ۔

مختلف الرجین لیبلنگ قوانین لاگو ہوتے ہیں اس بات پر منحصر ہے کہ کھانا کیسے فراہم کیا جاتا ہے۔

کہانے کے فراہمی کا طریقہ	پیک کیا ہوا کھانا اور مشروبات	غیر - پری پیکڈ کھانا اور مشروبات	براہ راست فروخت کے لئے پہلے سے پیک کیا ہوا	فاصلاتی فروخت
تعریف	کسی بھی پروڈکٹ کو فروخت کرنے سے پہلے پیکینجنگ میں ڈال دیا جائے۔ فروخت سے پہلے پیک کیا گیا (حتمی صارف یا بڑے پیمانے پر کیٹرز کو)، جہاں پروڈیوسر اور گاہک کے درمیان براہ راست رابطے کا کوئی موقع نہیں ہے، اور پیکینجنگ کو کھولنے یا تبدیل کیے بغیر مواد کو تبدیل نہیں کیا جا سکتا۔	پہلے سے غیر پیک شدہ کھانا اور مشروبات غیر پیک شدہ کھانا ہے۔ جسے عام طور پر کھانے میں فروخت ہونے والے کھانے کے طور پر بیان کیا جاتا ہے۔	اسی فوڈ برنس کے ذریعے حتمی صارف کو فروخت سے پہلے تیار اور پیک کیا گیا کھانا۔ - ایک ہی کھانے کے احاطہ میں - ایک ہی جگہ پر - ایک ہی کھانے کے کاروبار کی ملکیت والے کسی دوسرے احاطہ جیسے کہ مارکیٹ اسٹال، موبائل ویپیکل میں۔	فاصلاتی فروخت یا فاصلاتی مواصلات کے ذریعہ فروخت ہونے والا کھانا۔ یہ کوئی بھی ذریعہ ہے جو، فراہم کنندہ اور صارف کی پیک وقت جسمانی موجودگی کے بغیر، ان فریقین کے درمیان معاہدے کے اختتام کے لیے استعمال کیا جا سکتا ہے۔
مثال	سپر مارکیٹوں میں فروخت ہونے والی زیادہ تر پہلے سے پیک شدہ کھانے اس تعریف کے تحت آئیں گی، جیسے نئے شدہ کھانا، تیار کھانا یا منجمد کھانے کی مصنوعات۔ خوردہ ماحول میں یہ کسی بھی کھانے پر لاگو ہوتا ہے جو ڈیلی کیٹینس کاؤنٹر سے ڈھیلے بیچے جاتے ہیں۔ مثال کے طور پر، ٹھنڈا گوشت، پنیر، کوچ، پائی اور ڈپس، تازہ پیزا، مچھلی، سلاد بار، بیکری کی دکانوں میں فروخت ہونے والی روٹی وغیرہ۔ کیٹرنگ کے ماحول میں یہ استعمال کے لیے تیار کھانے پر لاگو ہوتا ہے جیسے کہ کسی ریستوران، کیفے میں پیش کیے جانے والے کھانے یا ٹیک وے سے خریدے گئے کھانے۔	سینڈویچ تیار کیے جاتے ہیں اور پھر کھانے کے کاروبار کے ذریعے پیکنگ میں رکھے جاتے ہیں، اس سے پہلے کہ صارف انہیں منتخب کرے، اور اسی جگہ سے فروخت کیا جائے۔ ایک ہی آپریٹر کے ذریعہ تیار کردہ اور پیک کیے جانے والے کھانے اور پھر فروخت کرنے کے لیے ان کے بازار کے اسٹال پر لیے جایا جاتا ہے۔ کھانے کی اشیاء جو ایک آپریٹر کے ذریعہ ایک مرکزی احاطے میں تیار اور پیک کی جاتی ہیں اور پھر اسی کاروبار کے ذریعہ چلائے جانے والے موبائل شاپس یا اسٹالز سے صارفین کو فروخت کی جاتی ہیں۔	ٹیک اوے کھانا، جیسے پیزا، ٹیلی فون پر آرڈر کیا گیا۔ سپر مارکیٹ کی ویب سائٹ یا دیگر آن لائن مارکیٹ پلیس کے ذریعے آن لائن خریدی گئی خوراک۔	
لیبلنگ کی ضروریات	تمام اجزاء کی فہرست میں الرجین پر زور دیا جانا چاہیے (نمایاں، بولڈ، انڈر لائن وغیرہ) یہ قانونی تقاضوں کے مطابق ہونے کی ضرورت ہے جو کھانے کی اشیاء کے نام رکھنے اور اجزاء کی فہرست پر لاگو ہوتے ہیں۔ مکمل لیبلنگ گائڈ کے لئے لنک	اجزاء کی فہرست کے متن میں الرجین پر زور دیا جانا چاہئے (نمایاں، بولڈ، انڈر لائن وغیرہ)۔ یہ قانونی تقاضوں کے مطابق ہونے کی ضرورت ہے جو کھانے کی اشیاء کے نام رکھنے اور اجزاء کی فہرست پر لاگو ہوتے ہیں۔ لنک برائے PPDS ہدایات	فاصلاتی ذرائع سے فروخت کئے جانے والے پہلے سے پیک شدہ کھانوں کے لئے، FIC کے آرٹیکل 19(1) میں متعین خوراک کی لازمی معلومات (استقامت کی تاریخ کے علاوہ) خریداری مکمل ہونے سے پہلے اور بغیر کسی اضافی اخراجات کے دستیاب ہونی چاہیے۔ ڈیلیوری کے وقت صارف کو تمام لازمی معلومات فراہم کی جانی چاہئے۔ پہلے سے غیر پیک شدہ کھانے کے لئے، بشمول براہ راست فروخت کے لئے پہلے سے پیک شدہ، الرجین کی معلومات FBO کی طرف سے خریداری مکمل ہونے سے پہلے دستیاب کرائی جانی چاہیے، اور ڈیلیوری کے مقام پر دستیاب کی جانی چاہیے (مثلاً مینو، اسٹیکر کے ذریعہ)۔	

بیانات پر مشتمل ہوسکتا ہے

احتیاطی الرجین لیبلنگ کا استعمال کسی کھانے کی مصنوعات میں الرجین (مثلاً دودھ، انڈے، مونگ پھلی، بادام) کی غیر ارادی موجودگی کے خطرے سے آگاہ کرنے کے لیے، الرجین کے حادثاتی طور پر پروڈکٹ میں داخل ہونے کی وجہ سے، یا کراس آلودگی کے ذریعہ، رضاکارانہ بنیاد پر کیا جا سکتا ہے۔ اس طرح کے بیانات میں 'ایسے کچن میں تیار کیا گیا جو استعمال کرتا ہے...' یا 'مشمتمل ہوسکتا ہے' یا 'کے لئے موزوں نہیں...' شامل ہوسکتے ہیں۔ یہ بیانات صرف اس وقت استعمال کیے جائیں جب آپ کے کاروبار کی جانب سے ایک بامعنی خطرے کی تشخیص کی گئی ہو اور کھانے سے الرجی یا کھانے میں عدم رواداری رکھنے والے صارفین کے لیے ایک اہم اور حقیقی خطرہ سمجھا جاتا ہو اور کراس آلودگی سے بچا یا رعایت نہیں کی جا سکتی۔ اگر آپ رضاکارانہ لیبلنگ استعمال کرنے کا انتخاب کرتے ہیں تو اسے صارف کو گمراہ نہیں کرنا چاہیے، مبہم یا مبہم نہیں ہونا چاہیے، اور جہاں مناسب ہو سائنسی ڈیٹا پر مبنی ہونا چاہیے۔

ان بیانات کو حفظان صحت اور حفاظت کے اچھے طریقوں کے متبادل کے طور پر استعمال نہیں کیا جانا چاہیے۔ جب کوئی حقیقی خطرہ نہ ہو تو احتیاطی الرجین لیبلنگ کے استعمال کو خوراک کی گمراہ کن معلومات سمجھا جا سکتا ہے۔ خطرے کی تشخیص کرنے سے آپ کو ان خطرات کی نشاندہی کرنے میں مدد ملنی چاہیے جنہیں آپ دور کر سکتے ہیں، شاید کراس آلودگی کے مواقع کی نشاندہی کر کے اور اسے روک کر۔

الرجک رد عمل کی ہنگامی صورتحال کا انتظام کرنا

یہ کبھی بھی ایسی چیز نہیں ہو سکتی جس کا آپ کو سامنا ہو لیکن آپ کو اور تمام عملے کو تیار رہنا چاہیے اگر کوئی ایسا صارف ہو جسے شدید الرجک رد عمل ہو یا انفیلیکسس کا شکار ہو۔ اگر یہ صورت حال ہوتی ہے تو آپ کو ماہر بننے کی ضرورت نہیں ہے لیکن آپ کام کر سکتے ہیں اور فرق کر سکتے ہیں۔

جب الرجک رد عمل شروع ہوتا ہے تو یہ بہت جلد بگڑ سکتا ہے اس لیے فوری رد عمل ضروری ہے۔ اگر ممکن ہو تو عملے کو ابتدائی طبی امداد کی تربیت حاصل کرنی چاہیے جس میں یہ شامل ہو کہ الرجی کے رد عمل کی صورت حال میں کیا کرنا ہے۔

الرجک رد عمل – کیا کرنا چاہئے 19

[Anaphylaxis - بیمار باں اور حالات | NHS انفارم](#)

الرجک رد عمل :- انٹرنل پروسیس ریویو

اگر عوام کا کوئی رکن آپ کے کھانے سے الرجک رد عمل ظاہر کرتا ہے تو آپ کو اپنے الرجین کے طریقہ کار کا جائزہ لینا چاہیے۔ جس میں شامل ہوگا:

- جائزہ لینا کہ آپ الرجین کی شناخت کیسے کرتے ہیں۔
- جائزہ لیں کہ آپ الرجین کا انتظام کس طرح کرتے ہیں۔
- جائزہ لیں کہ عملہ کو الرجین کے انتظام میں کس طرح تربیت دی گئی ہے۔
- عملہ کے رکن اور صارفین کے درمیان مواصلت کے طریقوں کا جائزہ لیں

اگر کھانا اب بھی دستیاب ہے، تو اس پر مہر لگانا، لیبل لگانا اور ذخیرہ کرنا اچھا عمل ہے، مبادا کوئی بیرونی تحقیق جیسے کہ ماحولیاتی صحت انجام دی جائے۔

ایسے واقعات کو ریکارڈ کرنا اچھا عمل ہے تاکہ آپ اپنے طریقہ کار میں مسائل کی نشاندہی کر سکیں۔

اب آپ کو کیا کرنا چاہئے

اپنے کھانے کے کاروبار میں الرجین کا مؤثر طریقے سے انتظام کرنے کے لیے، ذیل میں حصہ 1 اور حصہ 2 میں دی گئی معلومات کو احتیاط سے پڑھیں، پھر اگلے دو صفحات اور الرجین مینجمنٹ ہاؤس کے قوانین اور Menucal ٹیمپلیٹ پر جائیں۔

حصہ 1: الرجین کی ریکارڈنگ اور پیشکش

الرجین معلومات ملاحظہ کریں اور پھر آپ معیاری ریسپیپز تیار کر سکتے ہیں تاکہ آپ اپنے خریدے اور فروخت کئے جانے والے دونوں کھانوں اور مشروبات میں موجود الرجین کی شناخت کر سکیں۔

حصہ 2: الرجین مینجمنٹ ہاؤس رولز

سابقہ صفحات پر مرحلہ 2، 3 اور 4 میں، فراہم کئے گئے ہدایات کو ملاحظہ کریں اور پھر اس حصہ کے اخیر میں جائیں اور اپنے کاروبار کے لئے الرجین انتظام کو کور کرنے والے ہاؤس رولز کی ایک فہرست لکھیں۔

یہ ایک مثال ہے کہ آپ اپنے ہاؤس رولز کیسے لکھ سکتے ہیں:

الرجین مینجمنٹ ہاؤس رولز	
بیان کریں: ● کنٹرول کے اقدامات اور اہم حدود	
● تعدد سمیت نگرانی	
اپنے صارفین سے مواصلت کرتا	<ul style="list-style-type: none"> ● بر مینو آنٹم کے نام اور تفصیل کو ممکنہ الرجینک اجزاء کی عکاسی کرنی چاہئے، ● کسی بھی ریسپیپی تبدیلی کے بارے میں تمام عملہ کو مطلع کریں

نگرانی

الرجین مینجمنٹ کے لیے اپنے ہاؤس رولز کو مکمل کر لینے کے بعد، آپ کو ان کے استعمال کی نگرانی کرنی چاہیے۔ اس نگرانی کا ریکارڈ رکھیں جو آپ انجام دیتے ہیں۔ اسے ہفتہ وار ریکارڈ استعمال کرتے ہوئے انجام دیا جاسکتا ہے۔

درست عمل

اگر آپ کو معلوم ہوتا ہے کہ آپ کے الرجین مینجمنٹ ہاؤس رولز پر عمل نہیں کیا جا رہا ہے، تو آپ کو اس مسئلے کا جس کی آپ نے شناخت کی ہے اور اسے درست کرنے کے لیے آپ نے کیا کارروائی کی ہے کا ریکارڈ بنانا چاہئے۔ اس معلومات کو بھی ہفتہ وار ریکارڈ میں درج کیا جاسکتا ہے۔

الرجین مینجمنٹ میں دی گئی ٹریننگ ٹریننگ ریکارڈ پر ریکارڈ کی جانی چاہیے۔ ٹریننگ ریکارڈ کی ایک مثال کو اس مینول کے ذیلی سیکشن ٹریننگ ہاؤس رولز میں پایا جاسکتا ہے۔

ایکشن پلان

اپنے تمام ہاؤس رولز کو مکمل کر چکنے کے بعد، اپنے ایکشن پلان کو اپ ڈیٹ کرنا یاد رکھیں۔

الرجین مینجمنٹ ہاؤس رولز آپ کے HACCP پر مبنی نظام کا ایک لازمی جزو ہیں اور انہیں بروقت اپ ڈیٹ رکھا جانا چاہیے۔ آپ کے ہاؤس رولز کو درست طریقے سے اس بات کی عکاسی کرنے کے لیے لکھے جانے کی ضرورت ہے کہ آپ اپنے کاروبار کو کس طرح چلاتے ہیں اور اسے کھانا سنبھالنے والے تمام عملہ کو آسانی سے سمجھ میں آنا چاہئے۔

الرجین مینجمنٹ ہاؤس رولز

اپنے الرجین مینجمنٹ ہاؤس رولز کا ایک بیان ذیل کے ٹیبل میں درج کریں:

الرجین مینجمنٹ ہاؤس رولز بیان کریں: • کنٹرول کے اقدامات اور اہم حدود • تعدد سمیت نگرانی	
	معیاری ریسپیپیز اور معلومات کی ریکارڈنگ
	ان کمنگ ڈیلیوریز اور لیبلز
	اسٹوریج اور کراس آلودگی سے حفاظت
	ڈشیز تیار کرنا
	ڈشیز پیش کرنا
	عملہ کی ٹریننگ
	اپنے صارفین سے مواصلت کرتا
	آؤٹ گوننگ ڈیلیوریز
	کسی ہنگامی صورت حال میں کیا کرنا چاہئے
	• ہفتہ وار ریکارڈز
	نگرانی / چیکنگ اور آپ کے کاروبار کے ذریعہ استعمال شدہ کوئی اور مناسب ریکارڈز

دستخط شدہ

کاروباری منصب

تاریخ

الرجین مینجمنٹ ہاؤس رولز آپ کے HACCP پر مبنی نظام کا ایک لازمی جزو ہیں اور انہیں بروقت اپ ٹو ڈیٹ رکھا جانا چاہیے۔

ریسیپی ٹیمپلیٹ

ریسیپی ٹائٹل:

فی رسیپی پیشکش:				ریسیپی کا نام:	
نوٹس	مقدار وزن / حجم	الرجین پر مشتمل ہو سکتا ہے	الرجین	برانڈ کا نام	اجزاء - جڑی بوٹیوں اور کسی بھی چٹنی یا گارنش سمیت استعمال ہونے والے تمام اجزاء کی تفصیل بیان کریں

کھانے کا نام

اجزاء: