දුරකථන) 0112669192 , 0112675011
தொலைபேசி) 0112698507 ,
0112694033
Telephone) 0112675449 , 0112675280

ෆැක්ස්) 0112693866
பெக்ஸ்) 0112693869
Fax) 0112692913

විද්‍යුත් තැපැල)postmaster@health.gov.lk
மின்னஞ்சல் முகவரி)
e-mail)

වෙබ් අඩවිය) www.health.gov.lk
இணையத்தளம்)
website)

සුවසිරිපාය
சுவசிரிபாய
SUWASIRIPAYA

මගේ අංකය)
எனது இல)
My No.) EPID/508/2025

ඔබේ අංකය)
உமது இல)
Your No.)

දිනය)
திகதி) 06 /05/2025
Date)

සෞඛ්‍ය හා ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය
சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
Ministry of Health & Mass Media

All Provincial Directors of Health Service

All Regional Directors of Health Service

Director-NIHS

Chief Medical Officer of Health-Colombo Municipal Council

All Medical officers of Health

Guidelines for Organizing a Safe and Hygienic Dansal

There is a possiblity of having food poisoning and food-borne diseases during the Vesak, Poson periods and other religious and cultural festivals due to consumption of dansal food. Improper food handling, inadequate storage, poor personal hygiene, and lack of awareness about safe cooking practices have been linked to outbreaks of foodborne illnesses. Therefore, organizers of dansals must implement strict food safety and hygiene measures.

The annexed guideline is recommended to minimize the risk of foodborne diseases by promoting safe and hygienic practices during dansal operations. I look forward to your cooperation in safeguarding the public during this festival session.

Director General of Health Services

Actg. Director General of Health Services
Ministry Of Health
"Suwasiripaya"
385, Rev. Baddegama Wimalawansa Thero Mawatha,
Colombo-10.

Cc: Secretary Health
DDG PHS(1)
DDG (E&OH)
DDG MS (1)
Chief Epidemilogist
Provincial Epidemilogist
Regional Epidemilogist

දුරකථන) 0112669192 , 0112675011
தொலைபேசி) 0112698507 , 0112694033
Telephone) 0112675449 , 0112675280

ෆැක්ස්) 0112693866
பெக்ஸ்) 0112693869
Fax) 0112692913

විද්‍යුත් තැපෑල)postmaster@health.gov.lk
மின்னஞ்சல் முகவரி)
e-mail)

වෙබ් අඩවිය) www.health.gov.lk
இணையத்தளம்)
website)

සුවසිරිපාය
சுவசிரிபாய
SUWASIRIPAYA

මගේ අංකය)
எனது இல)
My No.) EPID/508/2025

ඔබේ අංකය)
உமது இல)
Your No.)

දිනය)
திகதி) /05/2025
Date)

සෞඛ්‍ය හා ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය
சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
Ministry of Health & Mass Media

Guidelines for Organizing a Safe and Hygienic Dansal:

Dansal is a deeply valued tradition in Sri Lanka, particularly observed during the Vesak, Poson and other religious and cultural festivals. During these days, many people generously set up stalls offering free food and drinks to all passersby. While this act of kindness and community service is widely appreciated, it also poses public health challenges. The operation of *dansals* has been associated with the risk of foodborne illnesses, primarily due to improper food handling improper storage, and lack of hygiene practices. With the rising number of reported cases, ensuring proper food hygienic practices during these events is essential to safeguard public health.

Detailed Guidelines for Safe and Hygienic Food Preparation During Dansals

To ensure public safety and prevent the spread of foodborne illnesses during Vesak, Poson and other religious celebrations, the following guidelines must be strictly followed when organizing a dansal:

Registration with Health Authorities

All *dansals* must be registered with the relevant area Medical Officer of Health (MOH) office well in advance of the event. This ensures regulatory oversight and allows for timely inspection and guidance.

Information Collection by Public Health Inspectors (PHIs)

The designated Public Health Inspector (PHI) must gather the following details from the organizers:

- Date and the time/duration of the proposed event
- Address or the location of the proposed event
- Name and contact details of the chief organizer
- Names and contact details of food handlers

- Type of food and beverages to be served
- Available storage and logistical facilities (e.g., water supply, cooking areas, waste disposal methods, refrigeration, raw materials)

Ensure Personal Hygiene of Food Handlers

Maintaining high standards of personal hygiene is critical in preventing food contamination. All food handlers must adhere to the following hygiene practices:

- Wear clean, appropriate clothing at all times. Clothing should cover the body adequately and be changed daily or when soiled.
- Hair must be tied back or fully covered with a clean cap or hairnet.
- Avoid wearing jewellery, such as rings, bracelets, and watches, as these can harbour bacteria and pose contamination risks.
- Do not touch the face, hair, or other body parts while preparing or serving food.
- Refrain from smoking, chewing gum, or eating in the food preparation or serving area.
- Those who with wounds or rashes in their hand should refrain from food preparation and serving.

Hand Hygiene Practices to Be Adhered by Food Handlers

- Wash hands thoroughly and frequently with soap and clean water:
    - Before and after handling food
    - After using the toilet
    - After touching raw food, waste, or cleaning materials
    - After coughing, sneezing, or touching the face or hair
- If gloves are used, hands must be washed:
    - Before putting on gloves
    - After removing gloves
    - When switching tasks
- Change gloves frequently, especially after handling raw foods or if contamination is suspected.

Required Health Status of Food Handlers: Individuals who are ill or exhibiting symptoms such as diarrhoea, vomiting, fever, or respiratory infections must not handle food or enter the food preparation/serving area.

Ensure that water used for cleaning, washing and cooking food is suitable for consumption.

Raw Materials and Ingredients Used

To maintain food safety and quality during *dansals*, all raw materials and ingredients must be carefully selected, handled, and stored according to the following guidelines:

- Wash Thoroughly with Potable Water:
  All fruits, vegetables, grains, and other raw ingredients must be thoroughly washed with clean, potable (drinking) water to remove dirt and microbial contaminants.
- Separate Handling of Raw and Cooked Foods:
  Avoid cross-contamination by handling raw and cooked foods separately at all stages—preparation, storage, and serving. Use separate utensils, cutting boards, and containers for each.
- Compliance with Food Act and Regulations:
  All raw materials and ingredients must conform to the Food Act and related food safety standards. Avoid the use of low-quality, unbranded, or suspicious products.
- Safe Use of Ice:
  Ice used for food or beverages must be made only from potable water. Never use ice made from unverified or untreated water sources.
- Check Expiry and Best-Before Dates:
  All packaged food items, such as canned goods, spices, condiments, and ready-to-use ingredients, must be checked and used only within their expiration or best-before dates.
- Follow Manufacturer's Storage Instructions:
  Comply with any storage instructions mentioned on food packaging, such as refrigeration requirements, temperature guidelines, or shelf-life once opened.

Food Preparation

- All food must be thoroughly cooked or properly processed to ensure it is safe for consumption. Cooking should reach the appropriate internal temperatures to eliminate harmful bacteria and pathogens.

Handling and Storage of Food

Proper food handling and storage are essential to prevent contamination and maintain food quality. The following practices must be strictly followed:

- Cover and Protect Food:
  All food must be properly covered to protect it from dust, dirt, insects, and other sources of contamination.
- Clean and Well-Maintained Storage Areas:
  Food storage areas must be kept clean, dry, well-ventilated, and well-lit at all times. Regular cleaning should be conducted to maintain hygiene.

- Use Hygienic Containers:
  Store all food in clean, food-safe containers with lids. Containers must be washed and sanitized before use.
- Maintain Safe Temperatures:
  - Hot food should be kept at a temperature of above 60°C until served.
  - Cold food must be kept at refrigeration temperatures below 4°C where necessary.
  - Avoid keeping food at room temperature for extended periods.
- Use of Disposable Items:
  Disposable plates, cups, spoons, straws, gloves, paper towels, and other single-use items must be:
  - Used only once
  - Made from food-grade materials
  - Stored in a clean and dry environment
- Avoid Use of Newspapers:
  Newspapers or printed materials must not be used for packing, serving, or storing food as they may contain harmful inks and contaminants.
- Careful Handling of Ready-to-Eat Food:
  Foods that are ready to serve (e.g., rice, sweets, drinks) should be handled with extra care, always kept covered, and not exposed to open air.
- Elevated Storage of Food Containers:
  All food containers must be stored above ground level, using shelves or platforms, to prevent contact with dirt, pests, or water and to facilitate proper cleaning.

Waste Disposal

Proper waste management is essential to maintain hygiene, prevent pest attraction, and ensure a clean environment around the dansal area. The following waste disposal practices must be followed:

- Provision for Waste Management:
  Each stall must have adequate facilities for the collection and disposal of both solid and liquid waste. Waste containers should be designated and separated where necessary.
- Safe Disposal of Leftovers:
  Leftover food items that have been kept at room temperature for more than 4 hours (from the time of preparation), especially perishable items, must be disposed of safely and hygienically. Such food should not be reused or served.

- Use of Covered Garbage Bins:
  It is strongly recommended to use covered bins with foot pedals to minimize hand contact and prevent exposure to flies, insects, and odours.
- Prevent Overfilling:
  Garbage bins should be emptied regularly and not allowed to overflow, as this can lead to unsanitary conditions and contamination of the surrounding area.

Food Hygiene Awarness

To ensure food safety during dansals, it is essential that all food handlers are properly made aware of hygiene and safe food practices:

- The Public Health Inspector (PHI) and the Medical Officer of Health (MOH) should organize food hygiene awarness sessions for all individuals involved in food preparation and distribution.
- Awarness should be conducted before the event and cover key topics such as personal hygiene, food handling, storage, cleaning, waste management, and prevention of foodborne diseases.

Food Hygiene and safety Inspection

To maintain high standards of hygiene and ensure public safety, regular inspections must be carried out during dansal operations according to the Food(Hygiene)Regulations 2011 under Food Act.

- The PHI, under the guidance of the MOH, shall conduct frequent inspections of each dansal stall throughout its operation.
- These inspections should verify compliance with hygiene, food safety, and waste management guidelines.
- Immediate corrective actions must be taken if any unsafe or unhygienic practices are observed.

Director General of Health Services

Actg. Director General of Health Services
Ministry Of Health
"Suwasiripaya"
385, Rev. Baddegama Wimalawansa Thero Mawa...
Colombo-10.

දුරකථන) 0112669192 , 0112675011
தொலைபேசி) 0112698507 , 0112694033
Telephone) 0112675449 , 0112675280

ෆැක්ස්) 0112693866
பெக்ஸ்) 0112693869
Fax) 0112692913

විද්‍යුත් තැපැල)postmaster@health.gov.lk
மின்னஞ்சல் முகவரி)
e-mail)

වෙබ් අඩවිය) www.health.gov.lk
இணையத்தளம்)
website)

මගේ අංකය)
எனது இல)
My No.) EPID/508/2025

ඔබේ අංකය)
உமது இல)
Your No.)

දිනය)
திகதி) 06 /05/2025
Date)

සුවසිරිපාය
சுவசிரிபாய
SUWASIRIPAYA

සෞඛ්‍ය හා ජනමාධ්‍ය අමාත්‍යාංශය
சுகாதார மற்றும் வெகுஜன ஊடக அமைச்சு
Ministry of Health & Mass Media

ආරක්ෂිත සහ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත දන්සලක් සංවිධානය කිරීම සඳහා මාර්ගෝපදේශ:

දන්සල් යනු ශ්‍රී ලංකාවේ ඉතා වටිනා සම්ප්‍රදායකි . විශේෂයෙන් වෙසක්, පොසොන් සහ අනෙකුත් ආගමික හා සංස්කෘතික උත්සව වලදී දන්සල් දක්නට ලැබේ. මේ දිනවල බොහෝ අය නොමසුරුව සියලු පුද්ගලයන්ට නොමිලේ ආහාර පාන පිරිනමන දන්සල් කුටි ඉදිකරති. මෙම ප්‍රජා සේවය පුළුල් ලෙස අගය කරනු ලැබුවද, එය මහජන සෞඛ්‍ය අභියෝග ද ඇති කරයි. දන්සල් ක්‍රියාත්මක කිරීම ආහාර මගින් බෝවන රෝග ඇතිවීමේ අවදානම සමඟ සම්බන්ධ වී ඇති අතර, ප්‍රධාන වශයෙන් නුසුදුසු ආහාර සැකසීමේ ක්‍රම, නුසුදුසු ගබඩා කිරීම සහ සනීපාරක්ෂක පිළිවෙත් නොමැතිකම හේතුවේ. වාර්තා වන රෝගීන් සංඛ්‍යාව වැඩිවීම නිසා, නිසි ආහාර සනීපාරක්ෂක පිළිවෙත් සහතික කිරීම මහජන සෞඛ්‍යය ආරක්ෂා කිරීම සඳහා අත්‍යවශ්‍ය වේ.

දන්සැල්වල ආරක්ෂිත සහ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ආහාර පිළියෙල කිරීම සඳහා සවිස්තරාත්මක මාර්ගෝපදේශ

වෙසක්, පොසොන් සහ අනෙකුත් ආගමික උත්සව සමයේදී මහජන ආරක්ෂාව සහතික කිරීම සහ ආහාර මගින් බෝවන රෝග පැතිරීම වැළැක්වීම සඳහා, දන්සලක් සංවිධානය කිරීමේදී පහත මාර්ගෝපදේශ දැඩි ලෙස අනුගමනය කළ යුතුය:

සෞඛ්‍ය බලධාරීන් සමඟ ලියාපදිංචි වීම

සියලුම දන්සැල් උත්සවයට පෙර අදාළ ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී (MOH) කාර්යාලයේ ලියාපදිංචි කළ යුතුය. මෙය නියාමන සහ අධීක්ෂණය කටයුතු පහසු කරන අතර නිවැරිදි මග පෙන්වීම සඳහා ඉඩ සලසයි.

මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන් (PHIs) විසින් තොරතුරු රැස් කිරීම

ප්‍රදේශයේ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක (PHI) විසින් සංවිධායකයින්ගෙන් පහත තොරතුරු රැස් කළ යුතුය:

- යෝජිත දන්සැල් පවත්වන දිනය සහ වේලාව/කාලසීමාව
- යෝජිත දන්සැල් පවත්වන ලිපිනය හෝ ස්ථානය
- ප්‍රධාන සංවිධායකගේ නම, ලිපිනය සහ දුරකථන අංක

- ආහාර පිලියෙල කරන්නන් ගේ සහ පිළිගන්වන්නන් ගේ නම්, ලිපින සහ දුරකථන අංක
- සකස් කිරීමට සැලසුම් කර ඇති ආහාර පාන වර්ග ලැයිස්තුව
- පවතින ගබඩා සහ සැපයුම් පහසුකම් (උදා: ජල සැපයුම, ඉවුම් පිහුම් ප්‍රදේශ, අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීමේ ක්‍රම, ශීතකරණය, අමුද්‍රව්‍ය)

ආහාර පිලියෙල කරන්නන්ගේ පෞද්ගලික සනීපාරක්ෂාව සහතික කිරීම.

ආහාර නිසා ඇතිවන රෝග වැලැක්වීම සඳහා ඉහළ පෞද්ගලික සනීපාරක්ෂාවක් පවත්වා ගැනීම ඉතා වැදගත් වේ. සියලුම ආහාර හසුරුවන්නන් පහත සඳහන් සනීපාරක්ෂක පිළිවෙත් පිළිපැදිය යුතුය:

- සැම විටම පිරිසිදු, සුදුසු ඇඳුම් අඳින්න. ඇඳුම් ශරීරය ප්‍රමාණවත් ලෙස ආවරණය කළ යුතු අතර අපිරිසිදු වූ විට මාරු කළ යුතුය.
- හිසකෙස් පිටුපසට බැඳ හෝ පිරිසිදු තොප්පියකින් හෝ දැලකින් (hair net) සම්පූර්ණයෙන්ම ආවරණය කළ යුතුය.
- මුදු, වළලු සහ ඔරලෝසු වැනි ආභරණ පැළඳීමෙන් වළකින්න, මන්ද මේවා බැක්ටීරියා ගබඩා කළ හැකි අතර අහාර දූෂණය වීමේ අවදානමක් ඇති කරයි.
- ආහාර පිළියෙළ කිරීමේදී හෝ පිළිගැන්වීමේදී මුහුණ, හිසකෙස් හෝ අනෙකුත් ශරීර කොටස් ස්පර්ශ නොකරන්න.
- ආහාර පිළියෙළ කරන විට හෝ පිළිගන්වන ස්ථානයේ දුම්පානය, චුයින්ගම් හෝ ආහාර ගැනීමෙන් වළකින්න.
- අතේ තුවාල හෝ කුෂ්ඨ ඇති අය ආහාර පිළියෙළ කිරීමෙන් සහ පිළිගැන්වීමෙන් වැළකී සිටිය යුතුය.

ආහාර හසුරුවන්නන් විසින් පිළිපැදිය යුතු අත් පිරිසිදුව තබා ගැනීම හා සම්බන්ධ සනීපාරක්ෂක පිළිවෙත්

- සබන් හා පිරිසිදු ජලය යොදා නිතර නිතර අත් හොඳින් සෝදන්න:
  - ආහාර පිළියෙළ කිරීමට හෝ පිළිගැන්වීමට පෙර සහ පසු
  - වැසිකිළිය භාවිතා කිරීමෙන් පසු
  - අමු ආහාර, අපද්‍රව්‍ය හෝ පිරිසිදු කිරීමේ ද්‍රව්‍ය ස්පර්ශ කිරීමෙන් පසු
  - කැස්ස, කිවිසුම් යාම හෝ මුහුණ හෝ හිසකෙස් ස්පර්ශ කිරීමෙන් පසු
- අත්වැසුම් භාවිතා කරන්නේ නම්, පහත අවස්ථා වලදී අත් සේදිය යුතුය:
  - අත්වැසුම් පැළඳීමට පෙර
  - අත්වැසුම් ඉවත් කිරීමෙන් පසු
  - කාර්යයන් මාරු කිරීමේදී
  - විශේෂයෙන් අමු ආහාර හැසිරවීමෙන් පසු හෝ නරක්වී ඇති බවට සැක කරන අහාර හැසිරවීමෙන් පසු, අත්වැසුම් වෙනස් කරන්න.

ආහාර හසුරුවන්නන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වය:

අසනීප වී සිටින හෝ පාචනය, වමනය, උණ හෝ ශ්වසන ආසාදන වැනි රෝග ලක්ෂණ පෙන්නුම් කරන පුද්ගලයින් ආහාර හැසිරවීම හෝ ආහාර පිළියෙල කරන/පිළිගන්වන ප්‍රදේශයට ඇතුළු වීම නොකළ යුතුය.

ආහාර පිරිසිදු කිරීම, සේදීම සහ පිසීම සඳහා භාවිතා කරන ජලය පරිභෝජනයට සුදුසු බව සහතික කර ගන්න.

භාවිතා කරන අමුද්‍රව්‍ය

දන්සැල් අතරතුර ආහාර සුරක්ෂිතතාව සහ ගුණාත්මකභාවය පවත්වා ගැනීම සඳහා, සියලුම අමුද්‍රව්‍ය ප්‍රවේශමෙන් තෝරා ගැනීම, හැසිරවීම සහ ගබඩා කිරීම පහත මාර්ගෝපදේශයන්ට අනුකූල විය යුතුය:

- **පිරිසිදු ජලයෙන් හොඳින් සෝදන්න:**

සියලුම පලතුරු, එළවළු, ධාන්‍ය වර්ග සහ අනෙකුත් අමුද්‍රව්‍ය අපිරිසිදු හා ක්ෂුද්‍රජීවී දූෂක ඉවත් කිරීම සඳහා පිරිසිදු ජලයෙන් හොඳින් සේදිය යුතුය.

- **අමු සහ පිසූ ආහාර වෙන වෙනම හැසිරවීම:**

සකස් කිරීම, ගබඩා කිරීම සහ පිළිගැන්වීම යන සෑම අදියරකදීම අමු සහ පිසූ ආහාර වෙන වෙනම හැසිරවීමෙන් හරස් දූෂණය (cross contamination) වළක්වා ගත හැකිය. ඒ සඳහා වෙනම උපකරණ, කැපුම් පුවරු සහ බහාලුම් භාවිතා කරන්න.

- **ආහාර පනත සහ රෙගුලාසි වලට අනුකූල වීම:**

සියලුම අමුද්‍රව්‍ය ආහාර පනත සහ අදාළ ආහාර සුරක්ෂිතතා ප්‍රමිතීන්ට අනුකූල විය යුතුය. ගුණාත්මකබවින් අඩු, වෙළඳ නාම/ලේබල නොමැති හෝ සැක සහිත නිෂ්පාදන භාවිතා කිරීමෙන් වළකින්න.

- **අයිස් ආරක්ෂිතව භාවිතා කිරීම:**

ආහාර හෝ පාන වර්ග සඳහා භාවිතා කරන අයිස් **පානීය ජලයෙන්** පමණක් සෑදිය යුතුය. සත්‍යාපනය නොකළ හෝ පිරිපහදු නොකළ ජල ප්‍රභවයන්ගෙන් සාදන ලද අයිස් කිසි විටෙකත් භාවිතා නොකළ යුතුය.

- **කල් ඉකුත් වූ දින පරීක්ෂා කරන්න:**

ටින් කළ භාණ්ඩ, කුළුබඩු සහ භාවිතයට සූදානම් සියලුම ඇසුරුම් කළ ආහාර ද්‍රව්‍ය පරීක්ෂා කර ඒවායේ කල් ඉකුත්වීම දිනයන්ට පෙර පමණක් භාවිතා කළ යුතුය.

• නිෂ්පාදකයාගේ ගබඩා උපදෙස් අනුගමනය කරන්න:

අහාර නිෂ්පාදකයා විසින් ලබාදී ඇති ශීතකරණ අවශ්‍යතා, උෂ්ණත්ව මාර්ගෝපදේශ හෝ විවෘත කළ පසු භාවිතා කල හැකි කාලය වැනි ආහාර ඇසුරුම්වල සඳහන් ඕනෑම ගබඩා උපදෙස් වලට අනුකූල වන්න.

ආහාර පිළියෙල කිරීම

- පරිභෝජනයට සුදුසුබව සහතික කිරීම සඳහා සියලුම ආහාර හොඳින් පිස හෝ නිසි ලෙස සකස් කළ යුතුය. හානිකර බැක්ටීරියා සහ රෝග කාරක ඉවත් කිරීම සඳහා ආහාර පිසීමේදී සුදුසු අභ්‍යන්තර උෂ්ණත්වයකට ළඟා විය යුතුය.

ආහාර හැසිරවීම සහ ගබඩා කිරීම

ආහාර දූෂණය වීම වැළැක්වීමට සහ ආහාරවල ගුණාත්මකභාවය පවත්වා ගැනීමට නිසි ආහාර හැසිරවීම සහ ගබඩා කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. පහත සඳහන් පිළිවෙත් අනුගමනය කළ යුතුය:

• ආහාර ආවරණය කර ආරක්ෂා කරන්න:

දූවිලි, අපිරිසිදු පෘෂ්ට, කෘමීන් සහ අනෙකුත් දූෂණයන්ගෙන් ආරක්ෂා වීම සඳහා සියලුම ආහාර නිසි ලෙස ආවරණය කළ යුතුය.

• පිරිසිදු හා හොඳින් නඩත්තු කරන ලද ගබඩා ප්‍රදේශ:

ආහාර ගබඩා කරන ප්‍රදේශ සෑම විටම පිරිසිදු, වියලි, හොඳින් වාතාශ්‍රය ඇති සහ හොඳින් ආලෝකමත් විය යුතුය. සනීපාරක්ෂාව පවත්වා ගැනීම සඳහා නිතිපතා පිරිසිදු කිරීම සිදු කළ යුතුය.

• සනීපාරක්ෂක බහාලුම් භාවිතා කරන්න:

සියලුම ආහාර පියන සහිත පිරිසිදු, ආහාර ආරක්ෂිත බහාලුම්වල ගබඩා කරන්න. භාවිතයට පෙර බහාලුම් සෝදා විෂබීජහරණය කළ යුතුය.

• ආරක්ෂිත උෂ්ණත්වයන් පවත්වා ගන්න:

- උණුසුම් ආහාර පිළිගන්වන තෙක් 60°C ට වැඩි උෂ්ණත්වයක තබා ගත යුතුය.
- සීතල ආහාර පිළිගන්වන තෙක් 4°C ට අඩු ශීතකරණ උෂ්ණත්වයක තබා ගත යුතුය.
- දිගු කාලයක් කාමර උෂ්ණත්වයේ ආහාර තබා ගැනීමෙන් වළකින්න.

• ඉවත දැමිය හැකි අයිතම භාවිතය:

ඉවත දැමිය හැකි පිඟන්, කෝප්ප, හැඳි, බීම බට, අත්වැසුම් සහ අනෙකුත් තනි භාවිත අයිතම:

- එක් වරක් පමණක් භාවිතා කළ යුතුය
- ආහාර ශ්‍රේණියේ ද්‍රව්‍ය වලින් සාදා තිබිය යුතුය
- පිරිසිදු හා වියළි පරිසරයක ගබඩා කළ යුතුය

• පුවත්පත් භාවිතය වළක්වා ගන්න:

පුවත්පත් හෝ මුද්‍රිත ද්‍රව්‍ය ආහාර ඇසුරුම් කිරීම හෝ ගබඩා කිරීම සඳහා භාවිතා නොකළ යුතුය, මන්ද ඒවායේ හානිකර තීන්ත සහ අපවිත්‍ර ද්‍රව්‍ය අඩංගු විය හැකි බැවිනි.

• කෑමට සූදානම් ආහාර ප්‍රවේශමෙන් හැසිරවීම:

පිළිගැන්වීමට සූදානම් ආහාර (උදා: බත්, රසකැවිලි, පාන වර්ග) අමතර පරිස්සමෙන් හැසිරවිය යුතුය, සෑම විටම ආවරණය කර තබා ගත යුතු අතර එළිමහනට නිරාවරණය නොවිය යුතුය.

• ආහාර බහාලුම් උස් ස්ථානවලගබඩා කිරීම:

අපිරිසිදු, පළිබෝධ හෝ ජලය සමඟ සම්බන්ධ වීම වැළැක්වීමට සහ නිසි පිරිසිදු කිරීම පහසු කිරීම සඳහා සියලුම ආහාර බහාලුම් බිම් මට්ටමට ඉහළින්, රාක්ක හෝ වේදිකා භාවිතා කර ගබඩා කළ යුතුය.

අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීම

දන්සල් අවට ප්‍රදේශය සනීපාරක්ෂාව පවත්වා ගැනීම, රෝග කාරක විෂබීජ ආකර්ෂණය වැළැක්වීම සහ පිරිසිදු පරිසරයක් සහතික කිරීම සඳහා නිසි අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණය අත්‍යවශ්‍ය වේ. පහත සඳහන් අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීමේ පිළිවෙත් අනුගමනය කළ යුතුය:

• අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණය සඳහා විධිවිධාන:

ඝන හා ද්‍රව අපද්‍රව්‍ය එකතු කිරීම සහ බැහැර කිරීම සඳහා සෑම කුටියකම ප්‍රමාණවත් පහසුකම් තිබිය යුතුය. අවශ්‍ය තැන්වල අපද්‍රව්‍ය බහාලුම් නම් කර වෙන් කළ යුතුය.

• ඉතිරිවන අහාර ආරක්ෂිතව බැහැර කිරීම:

කාමර උෂ්ණත්වයේ පැය **4** කට වඩා වැඩි කාලයක් (සකස් කළ අවස්ථාවේ සිට) තබා ඇති ඉතිරි ආහාර ද්‍රව්‍ය, ආරක්ෂිතව සහ සෞඛ්‍යාරක්ෂිතව බැහැර කළ යුතුය. එවැනි ආහාර නැවත භාවිතා කිරීම නොකළ යුතුය.

• ආවරණය කරන ලද කසළ බඳුන් භාවිතය:

මැස්සන්, කෘමීන් සහ ගන්ධයන් පැතිරීම වැළැක්වීම සඳහා පාද පැඩල් සහිත ආවරණය කරන ලද කසල බඳුන් භාවිතා කිරීම නිර්දේශ කෙරේ.

• **අධික ලෙස පිරවීම වැළැක්වීම:**

කසළ බඳුන් ක්‍රමවත්ව හිස් කළ යුතු අතර ඒවා ඉතිරී යාමට ඉඩ නොදිය යුතුය, මන්ද මෙය අවට ප්‍රදේශය අපිරිසිදු තත්වයන්ට සහ දූෂණයට හේතු විය හැකි බැවිනි.

ආහාර සනීපාරක්ෂාව පිළිබඳ දැනුවත්භාවය

දන්සැල් පැවැත්වීමේදී ආහාර සුරක්ෂිතතාව සහතික කිරීම සඳහා, සියලුම ආහාර හසුරුවන්නන් සනීපාරක්ෂාව සහ ආරක්ෂිත ආහාර පිළිවෙත් පිළිබඳව නිසි ලෙස දැනුවත් කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ:

- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක (PHI) සහ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී (MOH) විසින් ආහාර පිළියෙල කිරීමේ සහ බෙදා හැරීමේ කටයුතුවල නියැලී සිටින සියලුම පුද්ගලයින් සඳහා ආහාර සනීපාරක්ෂක දැනුවත් කිරීමේ සැසි සංවිධානය කළ යුතුය.
- උත්සවයට පෙර දැනුවත් කිරීම පැවැත්විය යුතු අතර පුද්ගලික සනීපාරක්ෂාව, ආහාර හැසිරවීම, ගබඩා කිරීම, පිරිසිදු කිරීම, අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණය සහ ආහාර මගින් බෝවන රෝග වැළැක්වීම වැනි ප්‍රධාන මාතෘකා ආවරණය කළ යුතුය.

ආහාර සනීපාරක්ෂාව සහ සුරක්ෂිතතා පරීක්ෂාව

ඉහළ සනීපාරක්ෂාවක් පවත්වා ගැනීම සහ මහජන ආරක්ෂාව සහතික කිරීම සඳහා, ආහාර පනත යටතේ 2011 ආහාර (සනීපාරක්ෂක) රෙගුලාසිවලට අනුව දන්සල් මෙහෙයුම් අතරතුර නිතිපතා පරීක්ෂා කිරීම් සිදු කළ යුතුය.

- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරියාගේ මඟ පෙන්වීම යටතේ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරයා, සෑම දන්සල් කුටියක්ම එහි ක්‍රියාකාරිත්වය පුරාවටම නිතර පරීක්ෂා කළ යුතුය.
- මෙම පරීක්ෂණ මගින් සනීපාරක්ෂාව, ආහාර සුරක්ෂිතතාව සහ අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණ මාර්ගෝපදේශවලට අනුකූලද යන්න තහවුරු කළ යුතුය.
- කිසියම් අනාරක්ෂිත හෝ අපිරිසිදු පිළිවෙත් නිරීක්ෂණය කළහොත් වහාම නිවැරදි කිරීමේ ක්‍රියාමාර්ග ගත යුතුය.

සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

වෛ.ඕ. සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය
"සුවසිරිපාය"
385, පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,
කොළඹ 10.