

Tunatumai unafurahia milo ya shule yako! Ili kutoa huduma bora zaidi na hali bora zaidi ya milo, tafadhali chukua muda kidogo kusoma habari ifuatayo kuhusu usalama, uhifadhi na utayarishaji wa milo yako. Pia tunataka kukuhakikishia ya kwamba tutafuata sheria zote zinazofaa za mazoea ya usalama.

JCPS inakaa salama kwanza! Sisi:

- Tunatoa uchukuzi bila mawasiliano
- Kuvaa vifuniko vya uso
- Tunazoea umbali wa kijamii
- Kutakasa sehemu mara kwa mara
- Kukamilisha uchunguzi wa afaya kila siku

Tuko pamoja katika hili...ila futi 6 mbali!



Tafadhali saidia Wafanyakazi wa Huduma ya Chakula ya JCPS kwa:

- Kuvaa kifuniko cha uso/barakoa wakati wa kuchukua milo
- Kukaa nyumbani ikiwa una homa au unajihisi mgonjwa

MUHIMU

Kwa yeyote ambaye ana mizio, tafadhali soma lebo ZOTE kabla ya kunywa!

Ikiwa hakuna lebo, unaweza kupata habari ya vizio kwa www.jcps.nutrislice.com au utume maswali au maombi yanayohusika na mahitaji maalum ya ulaji kwa barua pepe kwa nutritionalspecialdiets@jefferson.kyschools.us

Vyakula vyote vinavyohitaji kuwekwa kwenye jokofu vinahitaji kuwekwa kwenye joto la 41°F au chini. Weke vitu kwenye jokofu ndani ya masaa 2 ya kupokea. Hifadhi bidhaa kwenye jokofu sio zaidi ya siku 5 au tarehe iliyochapishwa kwenye furushi. Vitu vinavyostahimili rafu vinafaa kuhifadhiwa kwa joto la 70°F au chini. **Isipokuwa: Mkate wa dalasini usipowekwa kwenye jokofu unafaa kuliwa ndani ya siku 3; PB&J ikishayeyushwa katika halijoto ya kawaida, inafaa iliwe siku hiyo hiyo. Mkate wa siagi ni wa kuyeyusha na kuandaa na kuliwa ndani ya siku 21.

Vifaa vya chakula cha mchana vinavyotarajiwa kupashwa joto (k.v. mikate ya mahindi, bidhaa za kuku, mkate wa Texas wa dalasini, steki ya soseji, mkate wa siagi, mayai ya kukaanga n.k.) – Hifadhi kwenye jokofu hadi wakati uko tayari kupsha joto & kutumia. (*Tazama dokezo & vizuizi hapo juu.) Pasha moto vitu kwa kutumia maagizo ya kupasha moto yaliyo nyuma ya fomu hii, na ule ndani ya masaa mawili.

Maziyo na Juusi Zote Mbichi - Kuwekwa kwenye jokofu kunahitajika. Tumia kwa ile tarehe ya "Nzuri Hadi" inayopatikana kwenye bidhaa.

Nyama ya Bata/Kipande cha Nyama ya Bata - Kugandishwa kunahitajika. Tumi ndani ya siku 5.

Matunda Yote Yanayostahimili Rafu na Maziwa Yanayostahimili Rafu - (m.f.: vikombe vya matunda/mboga, zabibu & maziwa ya Hershey, n.k.) - Inastahimili Rafu. Hakuna jokofu linahitajika. Tumia kwa ile tarehe ya "Nzuri Hadi" inayopatikana kwenye bidhaa.

Nafaka Zote, Biskuti, Vibanzi, Kuki, - Inastahimili Rafu. Hakuna jokofu linahitajika. Tumia kwa ile tarehe ya "Nzuri Hadi" inayopatikana kwenye bidhaa.

PB&J - Hifanyi ikiwa imegandishwa. Yeyusha katika halijoto ya kawaida na uitumie hiyo siku ya kuyeyusha; Tupa baada ya masaa 10.

Matunda & Mboga na pia Matunda mbichi baridi yaliyotengenezwa/kufungwa - Kugandishwa kunahitajika. Tumia kwa ile tarehe ya "Nzuri Hadi" inayopatikana kwenye bidhaa.

Tungependa kukupikia lakini kwa sababu ya hali, hatuwezi. Vitu vimepikwa kabla na mtengenezaji lakini vinakusudiwa kupashwa moto kwa ubora zaidi. Ikiwa bidhaa ina maagizo ya kupashwa moto kwenye ufungaji, fuata maagizo ya mtengenezaji yaliyopendekezwa ya kupasha moto kwenye ufungaji.

Ikiwa bidhaa haina maagizo ya kupasha moto kwenye ufungaji, fuata maaizo yaliy hapo chini ili kupasha kwa usalama. Bidhaa zinine zinaweza kuandaliwa.

Baadhi ya bidhaa za kuandaliwa joto:

- Steki ya soseji ya kuku
- Mkate wa mahindi
- Steki ya Kuku
- Kuku Iliyo na Mfupa
- Maharagwe Mbichi*
- Mahindi*
- Mayai ya Kukaanga (kikangazi peke yake)
- Mkate Texas wa Dalasini-Ukipashwa joto kwenye kikangaza, pika tu kwa dakika 9-11.

MAAGIZO YA KUPASHA MOTO

Tafadhali kumbuka: Kwa vile aina ya bidhaa hutofautiana, na mikrowevu na viokeo vinatofautiana kwa nguvu, bidhaa zote za kupikia ni takriban na vinaweza hitaji kubadilishwa.

TAHADHARI: Bidhaa itakuwa moto wakati wa kutoa kwenye mikrowevu au kiokeo. Tumia kwa tahadhari.

***KIFAA KIPYA!**

Vikombe vya Mboga - Vinaweza kupashwa joto au kuandaliwa katika halijoto ya kawaida. Maagizo ya Kikangazi:

Toa kifuniko; Pasha juu kwa sekunde 25-30; Wacha ipoe sekunde 15 kabla ya kutoa.

MIKROWEVU, KUTOKA KUYEYUSHWA:



1. Toa bidhaa kutoka ufungaji na ufunge na kitanbaa cha karatasi.
2. Mikrowevu kwa JUU kwa sekunde 45.
3. Bidhaa iko tayari kutumiwa wakati joto ya ndani ya angalau gidirii 165°F inafikiwa.
4. Ikiwa bidhaa haijafikisha joto la ndani la angalau 165°F, endelea kupasha moto kwenye JUU katika vipindi vya sekunde 15-20 hadi joto la ndani la chini la 165°F lifikiwe.
5. Ondoa bidhaa kwenye mikrowevu, na uiwache ikae dakika moja kabla ya kutumia.
6. Tumia ndani ya masaa 2.

***TAHADHARI: Bidhaa itakuwa moto. Tumia kwa tahadhari.**

MIKROWEVU, KUTOKA KUGANDISHWA:



1. Toa bidhaa kutoka ufungaji na ufunge na kitanbaa cha karatasi.
2. Mikrowevu kwa JUU kwa sekunde 90.
3. Bidhaa iko tayari kutumiwa wakati joto ya ndani ya angalau gidirii 165°F inafikiwa.
4. Ikiwa bidhaa haijafikisha joto la ndani la angalau 165°F, endelea kupasha moto kwenye JUU katika vipindi vya sekunde 30 hadi joto la ndani la chini la 165°F lifikiwe.
5. Ondoa bidhaa kwenye mikrowevu, na uiwache ikae dakika moja kabla ya kutumia.
6. Tumia ndani ya masaa 2.

***TAHADHARI: Bidhaa itakuwa moto. Tumia kwa tahadhari.**

KIOKEO, KUTOKA KUYEYUSHWA:



1. Toa bidhaa kutoka kifungio na uweke kwenye sinia ya kupikia.
2. Pasha moto kiokeo kwa 325°F.
3. Weka karatasi ya kuoka kwenye rafu ya katikati, na upike kwa dakika 10-15.
4. Bidhaa iko tayari kutumiwa wakati joto ya ndani ya angalau gidirii 165°F inafikiwa.
5. Ikiwa bidhaa haijafikia joto la ndani la angalau 165°F, endelea kupika katika kiokeo, ukiangalia kila dakika 5-10 hadi joto la chini la angalau 165°F lifike.
6. Ondoa bidhaa kutoka kwenye kiokeo, na uwache ikae kwa dakika 2 - 5 kabla ya kutumia.
7. Tumia ndani ya masaa 2.

***TAHADHARI: Bidhaa itakuwa moto. Tumia kwa tahadhari.**

KIOKEO, KUTOKA KUGANDISHWA:



1. Toa bidhaa kutoka kifungio na uweke kwenye sinia ya kupikia.
2. Pasha moto kiokeo kwa 325°F.
3. Weka karatasi ya kuoka kwenye rafu ya katikati, na upike kwa dakika 20-25.
4. Bidhaa iko tayari kutumiwa wakati joto ya ndani ya angalau gidirii 165°F inafikiwa.
5. Ikiwa bidhaa haijafikia joto la ndani la angalau 165°F, endelea kupika katika kiokeo, ukiangalia kila dakika 5-10 hadi joto la chini la angalau 165°F lifike.
6. Ondoa bidhaa kutoka kwenye kiokeo, na uwache ikae kwa dakika 2 - 5 kabla ya kutumia.
7. Tumia ndani ya masaa 2.

***TAHADHARI: Bidhaa itakuwa moto. Tumia kwa tahadhari.**