

# Waraaqda Xaqiiqooyinka Xeerka Cuntada #25

Waxa loo baahan yahay in aad ka ogaato Xeerka

WWW.HEALTHOREGON.ORG  
/FOODSAFETY

OAR 333-150-0000,  
CUTUBKA 1-201.10

“Goobta Adeegga Cuntada ee Isku Dhafka ah” micnaheedu waa goob kasta oo cunto oo ku taala goob qura ama goob kaliya, taasoo samaysa howlaha khuseeya shati siinta ama shuruudaha kormeerka ee labadaba Maamulka Caafimaadka Oregon iyo Waaxda Beeraha Oregon, howlaha la sharciyeeyayna ay u siman yihiin ku shaqeyaha.

## SABABAHA LA XIRIIRA CAAFIMAADKA BULSHADA:

Hanaanada gaarka ah waxay ka baxsan yihiin Shuruudca Fayadhowrka Cuntada waxayna u baahan yihiin tababar gaar ah iyo aqoonsiyo si loo qiimeeyo. Ayada oo ay sabab u yihiin diyaariyayaasha shatiyada ODA iyo kormeerada, shaqaaluhu waxay horayba u heleen tababarka loo baahan yahay iyo aqoonsiyada si ay u kormeeraan noocyadaan hanaanada gaarka ah. Waxaa aad uga waxtar badan in la adeegsado ilaha horayba u diyaarsanaa halkii shaqaalaha ismaamulka la tababari lahaa si ay u baaraan goobaha yar ee maamulkooda kajira.

## Hanaanada Gaarka ah ee Goobaha Adeegga Cuntada

Goobta adeegga cuntada waxaa laga yaaba in ay maamulaan labadaba Hay'adda Caafimaadka Bulshada ee Gudaha (LPHA) iyo Waaxda Beeraha Oregon (ODA) haddii ay samaynayso hanaan gaar ah.

Qaar badan oo kamid ah hanaanadaan waxay u baahan yihiin maqaaxi si ay shatigooda hadda u ilaaliyaan ismaamulka dhexdiisa, laakiin hadda waxaa laga doonayaa in ay helaan shati gaar ah oo ay ka helaan ODA sidoo kale kaasoo loogu tala galay hanaanka gaarka ah.

Goobahaan gudahooda, ODA waxay kaliya shati siin doontaa ayna kormeeri doontaa hanaanka gaarka ah, LPHA-na waxay shati siin doontaa ayna baari doontaa howsha inta kale.

Qaybaha guurguura waxay kaliya hanaanka gaarka ah ka samayn karaan maqaaxi ku taalla saldhig milatari ama xabsi oo shati haysata.

### Hanaanada u baahan in Kala duwid laga helo OHA:

- **Daaweynta hilibka** – Ku daridda maadooyinka nitrites/nitrates hilibka, doolshayaasha qalalan ee la khamiiriyay iyo waxyaabaha heerkooga biyuhu hooseeyaan sida prosciutto
- **Curdanka goobta ku yaala**—si loo bixiyo ayada oo si buuxda u karsan
- **Aysiid ku daridda goobta** ee bariiska sushi
- Howlaha **Seejalidda Oksijiinka la Yareeyay** ee ka baxsan shuruudaha Shuruudca Fayadhowrka Cuntada
- Howlaha kale ee cuntada lagu maamulo ee ka baxsan Sharciga Fayadhowrka Cuntada

Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan hanaanka kala duwidda, tag: [www.healthoregon.org/foodsafety/Pages/variance.aspx](http://www.healthoregon.org/foodsafety/Pages/variance.aspx)

### Hanaanada u baahan shatiga ODA:

- **Diyaarinta Cuntada ee Aysiidka leh** —cunto aysiidku ku yaryahay taasoo aysiidka ama cuntada aysiidka lagu darayo taasoo leh isudhiganta 4.6 oo ah heerka aysiidka iyo base-ka ama kasi hoosba iyo heer biyood ka badan 0.85.

Kuwaani waa cuntooyinka cimriga leh sida salsa, suugada shiilan, iyo koosaarada kuwaa oo dhalo lagu shubay lana dheereeyay cimriga ay jirayaan ama loogu tala-galay in tafaariiq ahaan loo iibiyo. Tani kuma jirto aysiid ku daridda bariiska.

- **Curdanka goobta**— lagu qaybiyo cayriin goobta cuntada
- **Diyaarinta cuntada badda**— seejalidda/ ka iibinta kaluunka/waxyaabaha kaluunka laga sameeyo goob kale oo shati haysata ama iib goobta ka baxsan
- **Diyaarinta cabitaanka**— seejalidda/ ka iibinta cabitaanka waxyaabaha cabitaanka laga sameeyo goob kale oo shati haysata ama iib goobta ka baxsan
- **Diyaarinta Cuntada Gasacadaysan ee Aysiidku ku yaryahay** — cunto kasta oo leh iskudhignaanta aysiidka iyo base-ka oo ka sareeya 4.6 iyo heer biyood ka sareeya 0.85, sida digirta cagaaran. Arintaan waxaa maqaaxiyaha lagu arkaa si dhif ah sababtoo ah baaxada balaaran iyo kharrashaadka qalabka lagama maarmaanka u ah diyaarinta
- **Diyaarinta waxyaabaha caanaha laga sameeyo** —Seejalidda/ ka iibinta waxyaabaha caanaha laga sameeyo goob kale oo shati haysata ama iibka goobta ka baxsan. Waxyaabaha la qaboojiyay ee aan caanaha ka samaysnayn loogama baahna in ay shati gaar ah ka helaan ODA.

Haddii goobtu doorato in ay samayso mid kamid ah hanaanadaan gaarka ah, talaabada koo-waad waa in ay diyaarisaa kulan ka dhexeeya kormeerayaal ka socda LPHA iyo ODA. Kormeerayaasha labada hay'adood waxay ka hadli doonaan hanaanka gaarka ah waxayna ku heshiin doonaan hay'adda shatiga siinaysa baaraysana qayb kasta oo goobta kamid ah.

Natiijada LPHA ee hanaanada gaarka ah ee shati la'aanta ah iyo/ama ogolaansho la'aanta ah si ay shati u siiso ODA goob cunto waa in ku shaqeyaha laga dalbado in uu joojiyo diyaarinta lana xiriiri saaxiibkiisa ODA ee deegaankiisa si ay shaqada uga wada hadlaan.