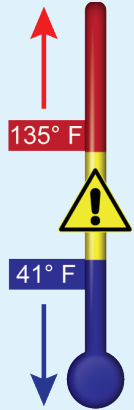


ਭੋਜਨ ਦੁਆਰਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਾਰਨ



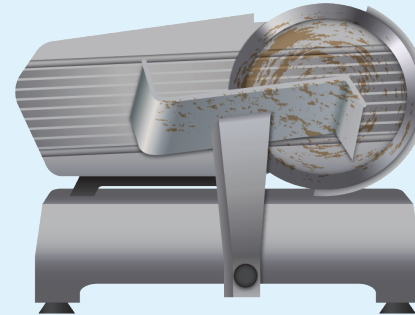
ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਗਰਮ ਨਾ ਕਰਨਾ (135°F ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੱਕ) ਠੰਡਾ ਕਰਨਾ (41°F ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤੱਕ)।



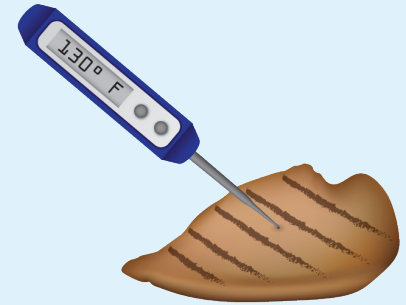
ਸੁਰੱਖਿਅਤ (ਵਪਾਰਕ) ਭੋਜਨ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰਨਾ।



ਬਿਮਾਰ ਫੂਡ ਵਰਕਰ।



ਉਪਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਨਾ ਕਰਨਾ।



ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਾ ਪਕਾਉਣਾ।



ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਠੰਡਾ ਕਰਨਾ।



ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਨੰਗੇ ਹੱਥੀਂ ਨਾ ਫੜਨਾ।



ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੱਥ ਧੋਣਾ।