ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi)

# ਤਾਪਮਾਨ ਦਾ ਲੌਗ

Temperature Log

ਸੁਰੱਖਿਆ ਭੋਜਨਾਂ ਲਈ ਸਮਾਂ/ਤਾਪਮਾਨ ਕੰਟਰੋਲ (TCS) 41°F ਤੋਂ ਘੱਟ ਜਾਂ 135°F ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਗਰਮ ਰੱਖੇ ਹੋਏ ਭੋਜਨ ਜੋ 135°F ਤੋਂ ਘੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ 2 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ 165°F ਤੱਕ ਮੁੜ-ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

**Do it Right!**
**Serve it Safe!**

| ਮਿਤੀ | ਸਮਾਂ | ਭੋਜਨ | ਅਸਥਾਨ | ਤਾਪਮਾਨ | ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ | ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈ |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi)

# ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਸੰਬੰਧੀ ਲੌਗ

Cooked Food Temperature Log

165°F—ਪੋਲਟਰੀ, ਸਟੱਫ਼ ਕੀਤਾ ਭੋਜਨ, ਮੁੜ-ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਭੋਜਨ
158°F—ਗਰਾਊਂਡ ਮੀਟ, ਮਸ਼ੀਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਰਮ ਕੀਤਾ ਮੀਟ
145°F—ਸਟੀਕਸ, ਭੁੰਨਣਾ, ਚੌਪਸ
145°F—ਮੱਛੀ, ਅੰਡੇ

**Do it Right!**
**Serve it Safe!**

| ਮਿਤੀ | ਸਮਾਂ | ਭੋਜਨ | ਤਾਪਮਾਨ | ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ | ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈ |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi)

# ਕੂਲਿੰਗ ਲੌਗ

Cooling Log

ਦੋ-ਇੰਚ ਦੇ ਖੋਖਲੇ ਪੈਨ ਕੂਲਿੰਗ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਧੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੂਲਿੰਗ ਲੌਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

Do it Right!
Serve it Safe!

| ਭੋਜਨ | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ਸ਼ੁਰੂਆਤ 'ਤੇ ਸਮਾਂ | | | | | | |
| ਤਾਪਮਾਨ | | | | | | |
| ਸ਼ੁਰੂਆਤ 'ਤੇ | | | | | | |
| 1 ਘੰਟਾ | | | | | | |
| 2 ਘੰਟੇ | | | | | | |
| ਚੈੱਕਪੁਆਇੰਟ। ਭੋਜਨ 70°F ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ 'ਤੇ ਠੰਡਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ? ਜੇਕਰ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਖ਼ਾਰਜ ਕਰੋ। | | | | | | |
| 3 ਘੰਟੇ | | | | | | |
| 4 ਘੰਟੇ | | | | | | |
| 5 ਘੰਟੇ | | | | | | |
| 6 ਘੰਟੇ | | | | | | |
| ਚੈੱਕਪੁਆਇੰਟ। ਭੋਜਨ 41°F ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ 'ਤੇ ਠੰਡਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ? ਜੇਕਰ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਭੋਜਨ ਖ਼ਾਰਜ ਕਰੋ। | | | | | | |
| ਸੁਧਾਰਾਤਮਕ ਕਾਰਵਾਈ (ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ)। | | | | | | |

ਭੋਜਨ ਨੂੰ 2 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ 135°F ਤੋਂ 70°F ਤੱਕ ਠੰਡਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕੁੱਲ ਛੇ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ 41°F ਤੱਕ ਠੰਡਾ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਦੋਵੇਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੋਜਨ ਖ਼ਾਰਿਜ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।