# খাবারে অ্যালার্জি ও অসহিষ্ণুতা

## যদি একজন গ্রাহক বলেন যে তার একটি খাবারে অ্যালার্জি বা অসহিষ্ণুতা আছে

- এটিকে গুরুত্ব সহকারে নিন। খাবারে অ্যালার্জি প্রাণঘাতী হতে পারে। খাবারে অসহিষ্ণুতা গুরুতর হজমজনিত উপসর্গ সৃষ্টি করতে পারে।
- গ্রাহকের সাথে উপাদান এবং খাদ্য প্রস্তুতি নিয়ে আলোচনা করতে প্রস্তুত থাকুন।
- খাবারে অ্যালার্জি বা অসহিষ্ণুতা সম্পর্কে রান্নাঘরের কর্মীদের জানান।
- কোনো মেনু আইটেমে সেই খাবারটি রয়েছে কিনা তা নিয়ে আপনি নিশ্চিত না হলে সেটি গ্রাহককে জানান।
- সর্বদা গ্রাহককে তাদের নিজস্ব সিদ্ধান্ত নিতে দিন।

## ক্রস-কন্ট্যাক্ট প্রতিরোধ করুন

- অ্যালার্জেনযুক্ত খাবার অন্যান্য খাবারের থেকে আলাদা রাখুন।
- শর্টকাট এড়িয়ে চলুন, যেমন স্যালাড থেকে বাদাম সরানো। এমনকি অল্প পরিমাণে অ্যালার্জেন একটি গুরুতর এবং সম্ভাব্য জীবন-ঝুঁকির প্রতিক্রিয়া সৃষ্টি করতে পারে।
- ক্রস-কন্ট্যাক্টের সমস্ত উৎস বিবেচনা করুন, যেমন ভাগ করা পৃষ্ঠতল, ফ্রাইয়ারের তেল এবং রান্নার স্প্ল্যাটার।

## অ্যালার্জেন বা অসহিষ্ণুতা-মুক্ত খাবার তৈরি করার আগে

- ধুয়ে ফেলুন, পরিষ্কার করুন এবং জীবাণুমুক্ত করুন বা পরিবর্তন করুন: বাসনপত্র, কাটিং বোর্ড এবং খাবারের কন্ট্যাক্টের পৃষ্ঠতল।
- আপনার হাত ধুয়ে ফেলুন এবং গ্লাভস পরিবর্তন করুন।

**যদি একজন গ্রাহকের অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়া হয়ে থাকে, তাহলে 9-1-1 নম্বরে কল করুন**