

Maisha ya Rafu ya Chakula

Oregon Food Bank mara kwa mara hupeana bidhaa za chakula ambazo ni “imepita tarehe.” Tarehe kwenye lebo za chakula zinaweza kutatiza. Ukweli ni, mara nyingi zina uhusiano mdogo tu na usalama wa chakula. Isipokuwa fomula ya watoto wachanga, tarehe ya bidhaa haisisitizwi na kanuni za Kitaifa.

Tarehe inakwambia mda gani chakula kitakuwa hali bora zaidi ikiwa hakijafunguliwa. Mara tu chakula kikipita tarehe hiyo, maduka mengi na biashara hukitoa mchango katika benki za chakula. Wafanyikazi wa Food Bank wanakagua chakula hiki wahakikishe ubora wake bado ni mzuri.

Mambo muhimu kujua



Vyakula vya pekee vinavyotakiwa kuwa na tarehe ya mwisho wa matumizi ni **fomula ya watoto**

wachanga, virutubisho, na dawa za duka la madawa. Ingawa kanuni za kitaifa hazijumuishi chakula cha watoto, Feeding America inahimiza washirika wake watupe chakula cha watoto na fomula ya watoto wachanga mara tu tarehe ya matumizi ikifika.



Baada ya tarehe ya “tumia hadi” au “bora hadi” kupita,

huenda utaanza kutambua mabadiliko taratibu kwenye muundo, rangi au ladha ya ya bidhaa ambayo haijafunguliwa. Lakini bora umekuwa ukihifadhi vyema, kwa kawaida unaweza hata baada ya tarehe hii. Hifadhi ya sawa ni 50 – 70°F kwa vyakula vya makopo au vikavu.



Nyingi ya bidhaa za makopo na maboksi

ni salama kula mda mrefu baada ya tarehe kwenye kifurushi, na mda wa rafi wa vyakula vilivyogandishwa unaweza kuongezwa ikiwa vimewekwa baridi kutoka kwa mtengenezaji hadi kwa mtumiaji.



Mara tu bidhaa inayoweza kuharibika upesi inagandishwa upesi kwa barafu, iko salama daima ikiwekwa chini ya 0°F, ingawa ubora huzidi kupungua baada ya mda.

Upesi kabisa tupilia mbali paketi yoyote iliyowazi au inavuja, bila kujali tarehe.

Namna bora zaidi kujua ikiwa chakula cha rafu ambacho hakijafunguliwa bado ni kizuri ni rahisi tu kwa kunusa au kukagua kwanza. **Kila mara tupa vyakula vyenye harufu,** ladha au muonekano usiokuwa kawaida.

Kukiwa na shaka kuhusu historia au hali ya bidhaa ya chakula, itupe!

Kazi ya usalama wa chakula ni kazi ya usawa. Kila mtu anastahili kupata chakula salama.



Tarehe kwenye kifurushi

Tarehe kwenye vifurushi zinamaanisha nini?

Tarehe ya Kwisha Matumizi (Mifano: “Matumizi Mwisho 2/15/22” au “Usitumie baada ya 2/15/22”)

- **Itafute katika:** Fomula ya watoto wachanga, madawa, vitamini, hamira, poda ya kuoka
- **Inamaanisha nini:** Mahali pekee huenda utakutana na tarehe aina hii ni kwenye, fomula ya watoto wachanga, dawa, au virutubisho vya chakula, ambavyo ni vyakula vya pekee ambavyo serikali husimamia tarehe zake. Kila mara tumia tu bidhaa kabla tarehe hii ya kwisha matumizi haijapita! Hamira na poda ya kuoka huwa dhaifu baada ya tarehe ya kwisha matumizi lakini ni salama kula. Feeding America inataka tutupe fomula ya watoto wachanga na pia chakula kilichokwisha matumizi.

Tarehe ya Kupakia (Mifano: “Imepakwa 2/15/22” au “192 VIG 2109”)

- **Itafute katika:** Vyakula vya kopo, vitafuno, biskuti, viungo. Huonekana kama mfululizo wa herufi na/au namba kwenye kifurushi, wakati mwingine huonyesha tarehe au saa ya kutengezwa.
- **Inamaanisha nini:** Hii ndio tarehe chakula kilipakwa. Simbo za kupakia (Packing codes) husaidia watengezaji na wenye maduka kuzungusha hifadhi zao za chakula na kupata bidhaa upesi ikiwa kutakuwa na rudisho (recall). Chakula hicho hakina ushauri wa tumia hadi, na kawaida athari ndogo ya usalama wa chakula. Tumia ikiwa inaonekana na inanukia inavyotarajiwa.

Tarehe ya Uza Hadi, au Tarehe ya Ondoa (Mfano: “Uza hadi 2/15/22” au “Bora hadi 2/15/22”)

- **Itafute katika:** Vyakula vya friji kama maziwa, mtindi, tofu, salad iliyo pakwa, michuzi na nyama.
- **Inamaanisha nini:** Tarehe ni mwongozo kwa wenye maduka wajue ni mda gani wanaweza kuonyesha bidhaa fulani. Kama chakula kimekuwashughulikiwa sawasawa, bado unaweza kukihifadhi nyumbani kwa mda kiasi zaidi ya tarehe hiyo, na bado kiwe salama kula. Wafanyikazi wa benki ya chakula wanakagua chakula hiki wahakikishe ubora wake bado ni mzuri. Kwa mfano, maziwa ambayo yamewekwa friji wakati wote kwa kawaida yataendelea kuwa salama kunywa kwa kama wiki moja baada ya tarehe ya “uza hadi” kwenye paketi.

Tumia Hadi Tarehe (Mfano: “Tumia hadi 2/15/22”)

- **Itafute katika:** Chakula kilichohifadhiwa frji kama nyama, vitu vya duka deli na mchicha wa mfuko.
- **Inamaanisha nini:** Chakula lazima kisambazwe au kigandishwe baridi kufikia tarehe hii. Tunapendekeza kusambaza chakula kilichohifadhiwa ndani ya miezi mitatu. Nyama zilizogandishwa mnamo au kabla tarehe ya matumizi ni salama daima, lakini fahamu kuwa ubora (ladha, muundo, rangi) utabadilika baada ya miezi 12.

**Kazi ya usalama wa chakula ni
kazi ya usawa. Kila mtu anastahili
kupata chakula salama.**

