

TRAVELLING TO INDIA? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਫ਼ਰ 'ਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ?



It is **AGAINST THE LAW** to bring back any **MEAT** and **DAIRY** products into the UK from countries outside the EU.

BANS or weight **RESTRICTIONS** also apply to **OTHER FOOD** products.

Illegal products will be **SEIZED** and **DESTROYED** by Customs, you will face **DELAYS**, and you could face **PROSECUTION** or a **FINE**.

WHAT ARE THE RULES? ਨਿਯਮ ਕੀ ਹਨ?

- If you travel to countries outside the EU, it is against the law to bring back any meat and dairy products into the UK, even for your own personal use.
- Bans or weight restrictions also apply to other food products (see the Chart in this leaflet for more information). The same rules apply to any products sent by post.
- An illegal product is one that is either banned or has been brought back in a weight amount greater than is allowed.

- All travellers may bring in a limited quantity of powdered infant milk, infant food and special foods required for medical reasons for personal use to cover the length of the stay and the number of infants/adults. These products must not require refrigeration before opening and must be in commercially branded packaging, unopened unless in current use.
- Separate rules apply for commercial imports.

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਯੂਰਪੀਅਨ ਯੂਨੀਅਨ (ਈ ਯੂ) ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਫ਼ਰ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉੱਥੋਂ ਮੀਟ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਯੂ ਕੇ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣਾ ਗ਼ੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ - ਆਪਣੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਲਿਆਉਣਾ ਵੀ।
- ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਮਨਾਹੀਆਂ ਜਾਂ ਭਾਰ (ਮਿਕਦਾਰ) ਦੀਆਂ ਰੋਕਾਂ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। (ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿਚ ਦਿੱਤੇ ਚਾਰਟ ਤੋਂ ਲਓ)। ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਇਹੋ ਨਿਯਮ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਗ਼ੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਚੀਜ਼ ਉਹ ਹੈ ਜਿਹਨੂੰ ਲਿਆਉਣਾ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਿੰਨੀ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿਚ ਉਹ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ ਉਹਤੋਂ ਵੱਧ ਲਿਆਂਦੀ ਜਾਏ।

- ਸਭ ਯਾਤਰੀ, ਇਸ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਠਹਿਰਨ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ/ਬਾਲਿਗ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖ ਕੇ, ਸੀਮਿਤ (ਬੋੜੀ) ਜਿਹੀ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਦੁੱਧ ਦਾ ਪਾਊਡਰ, ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਵਲੋਂ ਦੱਸਿਆ ਖ਼ਾਸ ਭੋਜਨ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫ਼੍ਰਿਜ਼ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਜੇ ਇਹ ਇਸ ਵੇਲੇ ਵਰਤੀਆਂ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਤਾਂ ਇਹ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀ ਕੰਪਨੀ ਦੇ ਪੈਕੇਜਾਂ ਵਿਚ ਬੰਦ ਹੋਣ।
- ਵਪਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਲਿਆਈਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਵੱਖਰੇ ਨਿਯਮ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।



WHY DO THE RULES EXIST? ਨਿਯਮ ਕਿਉਂ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ?

- Diseases like Foot and Mouth Disease and Bird Flu can be brought into the UK via food products (particularly those containing meat or milk). Fruits and vegetables may carry pests that can infect plants and vegetables in the UK. Such diseases can have a devastating effect on rural communities, businesses and the economy as a whole. Some products may also contain residues or contaminants that harm human/public health. Controlling the food that comes into the UK is therefore essential and, in the case of commercial imports, health-checks protect public health.
- All EU countries have the same import controls as the UK

REMEMBER... ਯਾਦ ਰੱਖੋ...

- To check the rules on what food products you **CAN** and **CANNOT** bring back into the **UK BEFORE** you travel.
- All **MEAT** and **MILK BASED PRODUCTS** are **BANNED**.
- Check **BANS** or weight **RESTRICTIONS** on **OTHER FOOD PRODUCTS**.
- Use the Chart in this leaflet to help you.
- The **MAJORITY** of these products are **AVAILABLE IN THE UK**, so there's no need to put yourself or the UK at risk.
- Illegal products will be **SEIZED** and **DESTROYED** by Customs, you will face **DELAYS**, and you could face **PROSECUTION** or a **FINE**.

FOR FURTHER INFORMATION... ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ...

If you have read this leaflet and are still not sure about what food products you can or cannot bring back into the UK, please contact **Defra (Department for Environment, Food and Rural Affairs)**:

ਜੇ ਇਹ ਪਰਚਾ ਪੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਯੂ ਕੇ ਵਿਚ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ **ਡੈਫ਼ਰਾ (ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਫ਼ਾਰ ਐਨਵਾਇਰਨਮੈਂਟ ਐਂਡ ਰੂਰਲ ਅਫ਼ੇਅਰਜ਼)** ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ:

Website

www.direct.gov.uk/foodimports

Helpline

(from 9am to 5pm, Monday to Friday)
(ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ ਦੇ 5 ਵਜੇ ਤਕ)

From the UK:
ਯੂ ਕੇ ਤੋਂ

08459 33 55 77 (local rate)

From outside the UK:
ਯੂ ਕੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰੋਂ

+44 (0)20 7238 6951

- ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਮੀਟ ਜਾਂ ਦੁੱਧ ਹੋਵੇ) ਨਾਲ ਯੂ ਕੇ ਵਿਚ ਛੁੱਟ ਐਂਡ ਮਾਊਥ ਅਤੇ ਬਰਡ ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਰੋਗ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਫਲਾਂ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਉਹ ਕੀੜੇ ਮਕੋੜੇ ਵੀ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਯੂ ਕੇ ਵਿਚ ਬੂਟਿਆਂ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਪੇਂਡੂ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ, ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੀ ਆਰਥਿਕਤਾ ਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਅਜਿਹੀ ਰਹਿੰਦ ਖੁੰਧ ਜਾਂ ਗੰਦਗੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ/ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਯੂ ਕੇ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਬਚਾਓ ਲਈ ਵਪਾਰਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਚੈਕ ਕਰਨਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਈ ਯੂ ਦੇ ਸਭ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੇ ਬਾਹਰੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਯੂ ਕੇ ਵਰਗੇ ਕੰਟਰੋਲ ਲਾਗੂ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ।

- ਸਫ਼ਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਯੂ ਕੇ ਵਿਚ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਸਕਦੇ।
- ਮੀਟ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਆਉਣਾ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹੈ।
- ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਲੱਗੀਆਂ ਮਨਾਹੀਆਂ ਜਾਂ ਭਾਰ 'ਤੇ ਰੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ।
- ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿਚ ਦਿੱਤੇ ਚਾਰਟ ਤੋਂ ਮਦਦ ਲਓ।
- ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਯੂ ਕੇ ਵਿਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਕਰਕੇ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਂ ਯੂ ਕੇ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ।
- ਕਸਟਮਜ਼ ਵਾਲੇ ਗ਼ੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਬਤ ਕਰਕੇ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਦੇਣਗੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਰ ਹੋਏਗੀ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਮੁਕੱਦਮਾ ਚਲਾਇਆ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੁਰਮਾਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Use this Chart to help you remember what food products are or are not allowed back into the UK from: INDIA

TO HELP YOU REMEMBER THE RULES, FOOD PRODUCTS HAVE BEEN DIVIDED INTO CATEGORIES:

ਇਸ ਚਾਰਟ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਭਾਰਤ ਤੋਂ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਸ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਨਿਯਮ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿਚ ਵੰਡਿਆ ਗਿਆ ਹੈ:

| BANNED PRODUCTS ਮਨਾਹੀ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ | | All MEAT BASED products are BANNED, whether they are FRESH, DRIED, CURED, COOKED, FROZEN, POWDERED, CANNED or VACUUM PACKED. | | ਮੀਟ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਆਉਣਾ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਤਾਜ਼ੀਆਂ, ਸੁਕਾਈਆਂ, ਪਕਾਈਆਂ, ਫ੍ਰੇਜ਼ਨ, ਪਾਊਡਰ ਕੀਤੀਆਂ, ਡੱਬੇ ਵਿਚ ਬੰਦ ਜਾਂ ਵੈਕਿਊਮ ਪੈਕ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਣ। | |
|---|---|--|---|--|--|
| MEAT BASED |  | BANNED PRODUCTS INCLUDE: | ਮਨ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ: | WHY? | ਕਿਉਂ? |
| | | <ul style="list-style-type: none">• Meat curries• Chicken curries• Meat pickles• Goose | <ul style="list-style-type: none">• ਮੀਟ ਕਰੀਆਂ• ਚਿਕਨ ਕਰੀਆਂ• ਮੀਟ ਦੇ ਅਚਾਰ• ਬੱਤਖ | Products containing (1) meat (e.g. lamb or goat) may carry diseases such as Foot and Mouth Disease and (2) poultry meat (e.g chicken and goose) may carry diseases such as Bird Flu. | ਜਿਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ (1) ਮੀਟ (ਭੇਡ ਜਾਂ ਬੱਕਰੀ ਦਾ) ਹੋਵੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਫੁੱਟ ਐਂਡ ਮਾਊਥ ਵਰਗੇ ਰੋਗ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ (2) ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਪੋਲਟਰੀ (ਮੁਰਗੀ ਜਾਂ ਬੱਤਖ) ਦਾ ਮੀਟ ਹੋਵੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਬਰਡ ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਰੋਗ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। |
| MILK BASED |  | BANNED PRODUCTS INCLUDE: | ਮਨ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ: | WHY? | ਕਿਉਂ? |
| | | <ul style="list-style-type: none">• Milk powder• Ghee• Paneer• Yoghurt• Condensed milk• Mithai• Khoya | <ul style="list-style-type: none">• ਦੁੱਧ ਦਾ ਪਾਊਡਰ• ਘਿਓ• ਪਨੀਰ• ਦਹੀਂ• ਕੰਡੇਂਸਡ (ਗਾੜ੍ਹਾ ਕੀਤਾ) ਦੁੱਧ• ਮਠਿਆਈ• ਖੋਇਆ | Products containing milk/dairy may carry diseases such as Foot and Mouth Disease. | ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਆਉਣਾ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਤਾਜ਼ੀਆਂ, ਸੁਕਾਈਆਂ, ਪਕਾਈਆਂ, ਫ੍ਰੇਜ਼ਨ, ਪਾਊਡਰ ਕੀਤੀਆਂ, ਡੱਬੇ ਵਿਚ ਬੰਦ ਜਾਂ ਵੈਕਿਊਮ ਪੈਕ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਣ। |
| OTHER ANIMAL PRODUCTS |  | Some other ANIMAL products are BANNED, whether they are FRESH, DRIED, COOKED, FROZEN, POWDERED, CANNED or VACUUM PACKED. | | ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਆਉਣਾ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਤਾਜ਼ੀਆਂ, ਸੁਕਾਈਆਂ, ਪਕਾਈਆਂ, ਫ੍ਰੇਜ਼ਨ, ਪਾਊਡਰ ਕੀਤੀਆਂ, ਡੱਬੇ ਵਿਚ ਬੰਦ ਜਾਂ ਵੈਕਿਊਮ ਪੈਕ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਣ। | |
| | | BANNED PRODUCTS INCLUDE: | ਮਨ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ: | WHY? | ਕਿਉਂ? |
| | | <ul style="list-style-type: none">• Bivalves - e.g. Mussels, oysters• Eggs | <ul style="list-style-type: none">• ਬਾਈਵਾਲਵਜ਼ (ਜਿਵੇਂ ਮੁਸਲਜ਼ ਅਤੇ ਐਇਸਟਰਜ਼)• ਆਂਡੇ | Eggs may carry diseases such as Bird Flu. Bivalves may contain residues or contaminants that harm human/ public health. | ਆਂਡਿਆਂ ਵਿਚ ਬਰਡ ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਰੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਾਈਵਾਲਵਜ਼ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦ ਖੂਧ ਅਤੇ ਗੰਦਗੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ/ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। |
| FRUITS AND VEGETABLES |  | All POTATOES are BANNED. ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਆਲੂ ਲਿਆਉਣਾ ਮਨ੍ਹਾਂ ਹੈ। | | WHY? | ਕਿਉਂ? |
| | | | | Potatoes may carry pests and diseases which can devastate our environment and agricultural and horticultural industries. | ਆਲੂਆਂ ਵਿਚ ਉਹ ਰੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਾਡੇ ਮਾਹੌਲ, ਅਤੇ ਖੇਤੀ ਬਾੜੀ ਦੀ ਸਨਅੱਤ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। |
| RESTRICTED PRODUCTS ਜਿਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ‘ਤੇ ਰੋਕਾਂ ਹਨ | | Some other ANIMAL products have special restrictions. For example, you may only bring in 1kg in total of these products. | | ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ‘ਤੇ ਖ਼ਾਸ ਰੋਕਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ 1 ਕਿਲੋ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। | |
| OTHER ANIMAL PRODUCTS |  | RESTRICTED PRODUCTS INCLUDE: | ਰੋਕਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ: | WHY? | ਕਿਉਂ? |
| | | <ul style="list-style-type: none">• Fish - e.g. Tilapia• Fish products - e.g. Crayfish, prawns and shrimps• Egg products or foods with egg• Honey including products containing honey | <ul style="list-style-type: none">• ਮੱਛੀ - ਜਿਵੇਂ ਟਿਲਾਪੀਆ• ਮੱਛੀ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ - ਜਿਵੇਂ ਕ੍ਰੇਅਫ਼ਿਸ਼, ਪ੍ਰਾਅਨਜ਼ ਅਤੇ ਸ਼ਰਿੰਪਸ• ਆਂਡੇ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਜਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਆਂਡੇ ਪਾਏ ਹੋਣ• ਸ਼ਹਿਦ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਦ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ | The restriction to 1kg is the amount reasonably allowed for your own personal use. | ਨਿਜੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਆਉਣ ਲਈ 1 ਕਿਲੋ ਤਕ ਦੀ ਹੱਦ ਮਿੱਥਣਾ ਜਾਇਜ਼ ਹੈ। |
| FRUITS AND VEGETABLES |  | Some FRUITS AND VEGETABLES have special restrictions. For example, you may only bring in 2kg in total of these FRESH products. | | ਕੁਝ ਫਲਾਂ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ‘ਤੇ ਖ਼ਾਸ ਰੋਕਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਸਭ ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ 2 ਕਿਲੋ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ। | |
| | | RESTRICTED PRODUCTS INCLUDE: | ਰੋਕਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ: | WHY? | ਕਿਉਂ? |
| | | <ul style="list-style-type: none">• Mangoes• Lemons• Oranges | <ul style="list-style-type: none">• ਅੰਬ• ਨਿੰਬੂ• ਸੰਤਰੇ | These products may carry pests and diseases which can devastate our environment and agricultural and horticultural industries, although the risk they pose, whilst still of concern, is less significant than from potatoes. | ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਉਹ ਕੀੜੇ ਮਕੋੜੇ ਅਤੇ ਰੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਾਡੇ ਮਾਹੌਲ, ਅਤੇ ਖੇਤੀ ਬਾੜੀ ਦੀ ਸਨਅੱਤ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਹੋ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਖ਼ਤਰੇ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਤਾਂ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਖ਼ਤਰਾ ਆਲੂਆਂ ਵਾਲੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਗੰਭੀਰ ਹੈ। |
| | | The restriction to 2kg is the amount reasonably allowed for your own personal use. ਨਿਜੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਆਉਣ ਲਈ 2 ਕਿਲੋ ਤਕ ਦੀ ਹੱਦ ਮਿੱਥਣਾ ਜਾਇਜ਼ ਹੈ। | | | |



FOOD
STANDARDS
AGENCY



HM Revenue
& Customs



defra
Department for Environment
Food and Rural Affairs

For further information, visit the Defra website at: www.direct.gov.uk/foodimports or call the Defra helpline on: 08459 33 55 77

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਡੈਫਰਾ ਦੀ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਪੜ੍ਹੋ - www.direct.gov.uk/foodimports ਜਾਂ ਡੈਫਰਾ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੂੰ ਇਸ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ - 08459 33 55 77