

A stylized illustration of a woman with dark, curly hair, wearing a light blue shirt and a yellow headband. She is looking directly at the viewer with a slight smile. In the background, there are shelves with various kitchen items like bottles and bowls. The overall color palette is warm, with reds and oranges.

A Trainer's Manual for Karinderya Food Safety Operations

This Manual was produced in 2021 by Jollibee Group Foundation in partnership with Kabuhayan sa Ganap na Kasarinlan Credit & Savings Cooperative and Kasagana-Ka Development Center, Inc. under Project Karinderya in response to COVID-19 with funding support from the German Federal Ministry for Economic Cooperation and Development (BMZ) through the Deutsche Investitions- und Entwicklungsgesellschaft (DEG).

JGF retains all rights over the Manual and its derivative works and no part of it may be reproduced in any form or by any means (electronic, mechanical, microcopying, photocopying, recording or otherwise) or transmitted without prior written permission of JGF.

All requests for replication, use of excerpts, creation of derivative works, and other use of this Manual should be sent to foundation@jollibee.com.ph. For more information on JGF and Project Karinderya, please visit our website at www.jollibeefoundation.org.

Table of Contents

Abbreviations and Definitions of Terms	4
I. Introduction	7
A. Background and Rationale	7
B. Purpose of the Manual	7
C. Training Qualifications	8
D. Preparation and Set-Up	8
II. Teaching Guide	9
A. Session Outline	9
B. Preliminaries	10
C. Module 1: Food Preparation	13
D. Module 2: Food Safety	22
E. Module 3: Customer Service	33
VI. Annexes	39

Abbreviation and Definition of Terms

Blended Learning	a style of education in which students learn via electronic and online media as well as traditional face-to-face teaching
COVID-19	a disease caused by a new strain of coronavirus that caused a global pandemic beginning in the year 2020
CLAYGO	or “Clean As You Go”, a cleaning strategy used to minimize risks to hygiene, health, and safety. It involves making cleaning part of your daily routine to ensure that surfaces, equipment, waste, and the premises are clean, hygienic, and clutter free.
Cross-Contamination	the process by which bacteria or other micro-organisms are unintentionally transferred from one substance or object to another, with harmful effects
Customer Touchpoints	the point of contact or interaction at any given time with a potential customer before, during, or after purchasing products or services from a brand
DEG	Deutsche Investitions- und Entwicklungsgesellschaft (German Investment Corporation), the funding partner for the Karinderya Project under the develoPPP.de COVID-19 programme
FIFO	or First In, First Out, an inventory control method that requires that items (i.e. meat, vegetables, condiments, etc.) first purchased or stored are also the first items to be used
FoodAID	Jollibee Foods Corporation and Jollibee Group Foundation’s FoodAID Program complements local initiatives in providing timely and appropriate food assistance during calamities. This program coordinates and systematizes the company-wide disaster response efforts to better address the needs of affected communities in the fastest time possible

Food Safety	the scientific discipline of handling, preparing, and storing food in a way to best reduce the risk of individuals becoming sick from foodborne illnesses
Independent Teaching	the final activity for qualified training facilitators to apply what they have learned from their initial training and conduct the actual Karinderya Training to participating karinderya owners
JGF	or Jollibee Group Foundation, the social development arm of Jollibee Foods Corporation, one of the largest and fastest growing Asian restaurant companies in the world. JGF implements programs on agriculture, education, and disaster response with partner communities nationwide
Karinderya	Karinderyas are small market or roadside food stalls or eateries located in neighborhoods, and, given their embeddedness in the communities and proximity to families, can serve as mechanisms to make meals easily accessible.
K-COOP	or Kabuhayan sa Ganap na Kasarinlan Credit & Savings Cooperative, a cooperative that aims to help improve the quality of life of its members in urban and peri-urban communities through economic and social empowerment activities and microfinance support
KDCI	or Kasagana-Ka Development Center, Inc., a service organization to the K-Coop that gives guidance and opportunity to raise standards of living and develop the character of poor Filipino women, their families and communities in the urban areas.
Pinggang Pinoy	or “Healthy food plate for Filipinos” is a food guide developed by the Department of Science and Technology’s Food and Nutrition Research Institute that uses food plate model to convey the right food group proportions on a per-meal basis to meet the body’s energy and nutrient needs. It serves as visual tool to help Filipinos adopt healthy eating habits at mealtimes by delivering dietary and healthy lifestyle messages.
Sato	a local term for the sites/location of participating karinderyas within a city or municipality

Teach Back

a process for qualifying potential training facilitators after they have passed a post-assessment test where they are graded and given feedback based on how they teach selected portions of the training program

Team Teaching

a process for qualifying potential training facilitators after the Teach Back session where they are required to teach selected portions of the training program with JGF to actual participants of the Karinderya Project

Introduction

Background and Rationale

The *Pagsasanay para sa Mga Kabahagi ng Project Karinderya* (Training for Project Karinderya Participants) is the education component of Project Karinderya, an initiative taken at the onset of the covid pandemic to help low-income families whose livelihoods and income were affected by the slowdown of the economy. It aims to re-establish the operations of karinderyas and operate them in a safe and efficient manner to serve vulnerable families needing food subsidy. The learning session designed for the participating Karinderya owners and comprises of three (3) modules which focuses on 1) establishing systems in food preparation, 2) food safety during COVID-19, and 3) customer service.

The training uses a blended learning approach where facilitators and resource persons are spread out to teach remotely via an online meeting platform and conduct face-to-face activities with the participants. Materials such as Powerpoint Presentations and bite-sized learning videos are also provided to aid learning.

The recommended group size is limited to 10 participants to create an environment conducive for sharing best practices and to ensure proper physical distancing.

Purpose of The Manual

This manual was based on the experience of Jollibee Group Foundation, KCOOP, and KDCI in training 21 participating groups of the DEG project and is published to serve as a guide for other government or non-government organizations interested in replicating the approach in other urban poor communities within or outside Metro Manila.

Training Qualifications

To become a Karinderya Trainer, one must have extensive knowledge of the three (3) main modules: 1) establishing systems on food preparation; 2) food safety during COVID-19; and 3) customer service.

Potential trainers are required to undergo a separate Food Safety Orientation to ensure mastery of topics where they are also required to answer a pre-test and post-test.

A Teach Back Session is also part of the trainers' training where potential trainers can practice discussing selected portions of the material back to a panel of instructors. This will also provide an opportunity to improve on content delivery and facilitation skills.

Prior to conducting the training independently, potential trainers can also do a Team Teaching Session where they are grouped with 2-3 more trainers to conduct the training.

Preparation and Set-Up

- ☐ Conduct a dry-run of the session with remote / live facilitators at least a day before the scheduled workshop.
- ☐ Check all logistical requirements: laptop, projector, screen, microphone, internet speed, and venue set-up. Recording the session, with permission from the participants, via the online meeting platform or a live video camera must also be observed.
- ☐ Ensure that the venue allows for proper physical distancing but is still conducive for learning. All participants must be able to clearly see and hear the screen and the facilitators.
- ☐ Coordinate with the assigned point persons to ensure that the participants are reminded of the date, time, and location of the workshop.
- ☐ On the day of the training, arrive / be online at least 60 minutes before the start of the workshop to ensure the necessary preparations. Test the powerpoint presentation and learning videos to minimize or prevent technical difficulties during the actual session.
- ☐ Keep pens and paper on standby. Prepare the training evaluation form (see Annex C) for the participants to fill out after the training.

Teaching Guide

Session Outline



Preliminaries

- Ice Breaker
- Session Outline
- House Rules



MODULE 1: Paglalagay ng Sistema sa Paghahanda ng Pagkain

- Masustansyang Pagkain
- Mga Paalala sa Pamimili
- Mga Paalala sa Pag-iimbak
- Mga Paalala sa Paghahanda
- Mga Paalala sa Pagluluto
- Waste Management



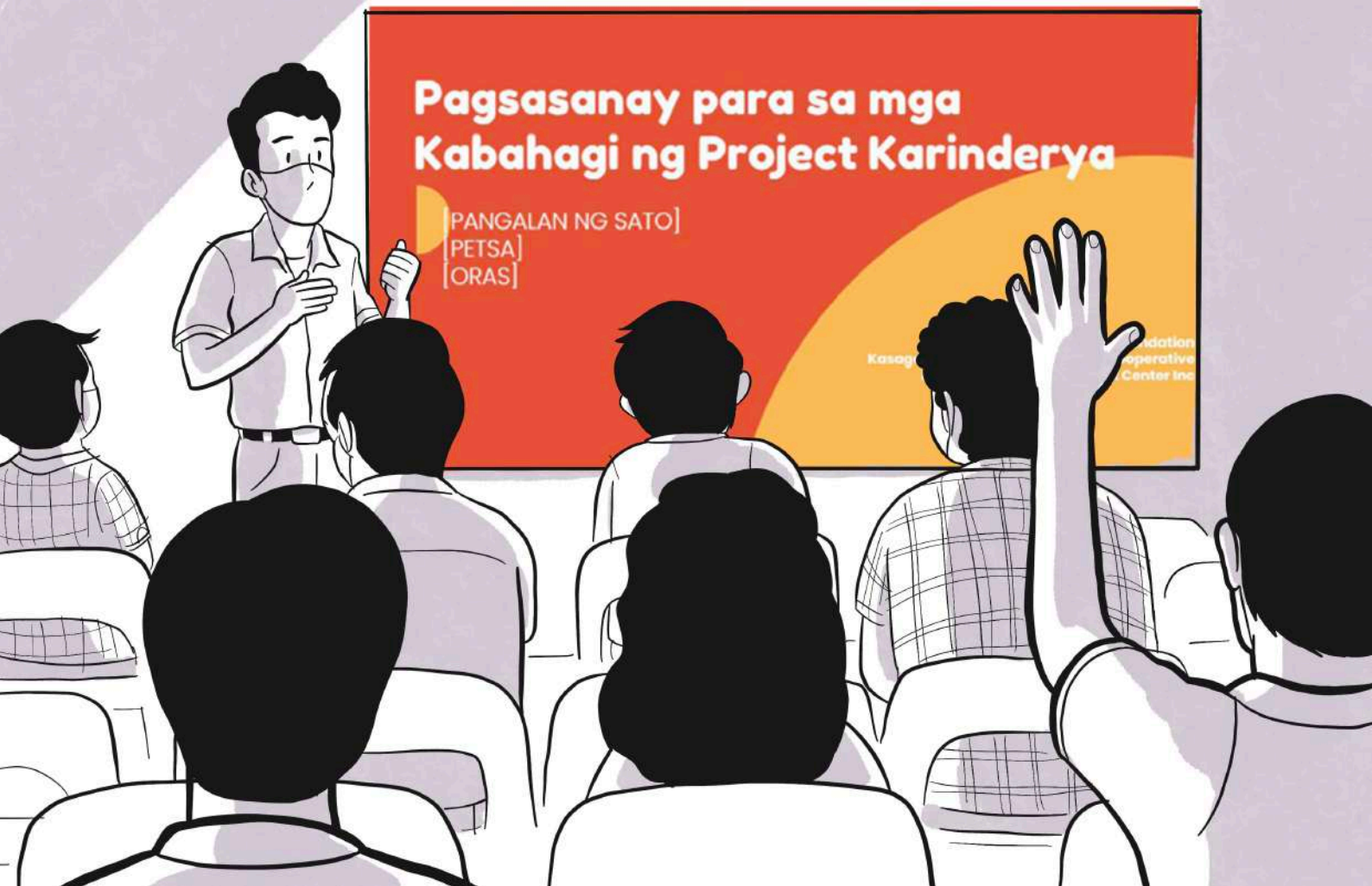
MODULE 2: Mga Paalala sa Malinis at Ligtas na Pagluluto ng Pagkain sa Panahon ng COVID-19

- Personal Hygiene
- Food Preparation
- Food Service



MODULE 3: Customer Service

- Customer Service
- Customer Touch Points
- Next Steps and Closing









Preliminaries

Food Safety Reminders during COVID-19

- Ice Breaker
- Session Outline
- House Rules



Main Topics	Description
<ul style="list-style-type: none"> • Ice Breaker • Session Outline • House Rules 	The introductory segment aims to provide learners with a better appreciation of the project, get to know each other, understand the flow of the training program, and define the guidelines within the learning environment.

Materials Needed	
 Internet Connectivity	 Projector
 Online Meeting Platform	 Microphone
 Presentation	 Speaker

Session Guide

Opening, 1 min

Pagsasanay para sa mga Kabahagi ng Project Karinderya

PANGALAN NG SATO]
[PETA]
[ORAS]

Jalisco Group Foundation
Kasaganaan-ko Credit and Savings Cooperative
Kasaganaan-ko Development Center Inc.

Magandang araw sa inyong lahat! Bago tayo magsimula, nais sana naming hingin ang inyong permiso upang i-record ang session na ito para madali nating mabalikan ang mga mapag-uusapan.

Pumapayag po ba kayo na i-record?
(*wait for response*)

Maraming salamat po!

Dahil tatlong oras tayong magkakasama ngayong hapon, maganda na makilala natin kung sino ang narito sa ating training.

Pakinggan natin si/sina (*name of facilitator/s*) mula sa (*name of organization /department*).

Transition, 6 mins

photos or videos of facilitator / facilitating organization

(*Introduce facilitator / group in this portion*)

Pagsasanay para sa mga Kabahagi ng Project Karinderya

PANGALAN NG SATO]
[PETA]
[ORAS]

[Transition]

Ice Breaker, 5 mins

ANONG TEAM MO?

Piliin ang iyong paborito.

Ngayong kilala na natin ang mga magtuturo sa atin ngayong hapon, mainam na kilalanin pa natin ang bawat isa.

Mayroon tayong paunang activity para sa lahat. Ito ay pinamagatang, "Anong Team Mo?"

Pipili lamang kayo sa 2 litrato na ipapakita namin sa screen. Tatayo lamang kayo kapag tinawag ang mapipili ninyong sagot.

Malinaw po ba ito? Inaanyayahan po ang lahat na makilahok.

Anong team mo?

TEAM KANIN



TEAM ULAM



Sino rito ang Team Kanin?
(*wait for audience to stand*)

Sino naman ang Team Ulam?
(*ask first batch to sit down, wait for next batch to stand*)

(*recap results*)

Anong team mo?

TEAM PRITO



TEAM SABAW



Sino rito ang Team Prito?
(*wait for audience to stand*)

Sino naman ang Team Sabaw?
(*ask first batch to sit down, wait for next batch to stand*)

(*recap results, facilitator to share own answers*)

Anong team mo?

TEAM SINIGANG



TEAM ADOBO



At ang panghuli, ang madalas na pagtalunan ng bayan!
Ano nga ba ang ating pambansang ulam?

Sino rito ang Team Sinigang?
(wait for audience to stand)

Sino naman ang Team Adobo?
(ask first batch to sit down, wait for next batch to stand)

(recap results, facilitator to share own answers)

Pagsasanay para sa mga Kabahagi ng Project Karinderya

PANGALAN NG SATO |
PETA |
ORAS |

Jelbabang Foundation
Kasaganaan ng Credit and Savings Cooperatives
Kasaganaan ng Development Gubat Inc.

Maraming salamat po sa inyong partisipasyon. Sana ay hanggang matapos ang training ay ganito tayo ka-excited.

Session Outline, 3 mins

So bakit nga po ba tayo nagtipon ngayong hapon?

LAMANG PAGSASANAY

Nilalaman ng Pagsasanay

Module 1

1. Masustansyang Pagkain
2. Paglalagay ng Sistema sa Paghahanda ng Pagkain

Module 2

Mga Paalala sa Malinis at ligtas na Pagluluto ng Pagkain sa panahon ng COVID-19

Module 3

Customer Service

Para tulungan kayong maglevel up sa inyong mga karinderya, mayroon tayong 4 na bagay na tatalakayin:

Sa Module 1, paguusapan natin ang Masustansyang Pagkain at ang kahalagahan ng Paglalagay ng Sistem sa Paghahanda ng Pagkain (Food Preparation).

Para naman sa mga paalala sa malinis at ligtas na pagluluto ng pagkain sa panahon ng COVID-19, mayroon tayong mga learning videos na ipapakita at ipoproceso sa Module 2.

At dahil mahalaga sa atin ang impact ng ating proyekto sa ating mga customers, tatalakayin din natin ang Customer Service sa Module 3.

House Rules

House Rules

- MAKINIG
- MAKILAHOK
- MAGTANONG

Meron lang po tayong ilang House Rules para magabayan tayo sa session na ito.

Una, inaanyayahan po tayong lahat na making ng maigi. Tinitiyak po naming na marami tayong matututunan ngayong araw.

Ikalawa, makilahok po tayo sa mga simpleng activity na inihanda naming para sa inyo.

At ikatlo, sabi nga sa commercial, huwag mahihiyang magtanong kung may mga bagay na kailangang bigyan ng linaw. Maglalaan po tayo ng oras para sa inyong mga katanungan.

Transition

Pagsasanay para sa mga Kabahagi ng Project Karinderya

[PANGALAN NG SATO]
[PETA]
2:00 – 5:00 PM

Joint-Bid Group Foundation
Kasagruhan ng Credit and Savings Cooperative
Kasagruhan ng Development Center Inc.

Handa na po ba tayong magsimula? (*wait for response*)

Para sa unang bahagi ng ating training, inaanyayahan ko po ang
aking kasamahan na si (*pangalan ng susunod na speaker*).










MODULE 1

Paglalagay ng Sistema sa Paghahanda ng Pagkain

Establishing Systems in Food Preparation

- Masustansyang Pagkain
- Mga Paalala sa Pamimili
- Mga Paalala sa Pag-iimbak
- Mga Paalala sa Paghahanda
- Mga Paalala sa Pagluluto
- Waste Management



Main Topics	Description	
<ul style="list-style-type: none">Masustansyang PagkainMga Paalala sa PamimiliPag-iimbak, PaghahandaPagluluto at Waste Management (Nutritious Food, Establishing Systems in Shopping, Storage, Preparation, Cooking, and Waste Management)	The interactive lecture aims to highlight the importance of preparing safe and nutritious food. The 5 Steps in Food Preparation are enumerated for participants to have a better understanding of the process. Discussions are embedded in the lecture to identify common practices that can be corrected or confirmed by the facilitator.	
Learning Objectives	Key Discussion Points	
<ol style="list-style-type: none">Describe the characteristics of customer expectations from Karinderyas.Define and identify the types of nutritious food.Understand the 5 steps in food preparation.	<ol style="list-style-type: none">Customers patronize / support karinderyas based on quality of their food and service, product affordability and store cleanliness.Serving nutritious food is not dependent on the variety of available dishes but the incorporation of several ingredients (carbohydrates, protein, vitamins and minerals) in a meal.A system should be employed in food preparation to ensure quality and consistency.All ingredients used in cooking should follow strict purchasing and storage standards.Facilities should be kept neat and orderly to prevent cross-contamination.	
Materials Needed		
<div></div> <div>Internet Connectivity</div>	<div></div> <div>Projector</div>	
<div></div> <div>Online Meeting Platform</div>	<div></div> <div>Microphone</div>	<div></div> <div>Pen & Paper</div>
<div></div> <div>Presentation</div>	<div></div> <div>Speaker</div>	

Session Guide

Mga Hinahanap ng Customer, 2 mins



Anong hanap ng customer?

- Masustansya
- Masarap
- Mura
- Malinis
- Ligas
- Mabait ang nagtitinda

(Facilitator to greet audience)

Simulan natin ito sa isang katanungan. Sa inyo po bang palagay, ano po kaya ang hinahanap ng mga customer natin sa karinderya? *(wait for response)*

Alam po ba ninyo na may survey na isinagawa ang isang grupo sa isang komunidad sa Metro Manila? Nalaman nila na may mga katangian na hinahanap ang mga customer sa isang karinderya para bumili sila rito. Ito ay ang mga sumusunod:

Masustansyang pagkain
Masarap
Mura
Malinis
Ligas; at siyempre
Mabait ang nagtitinda

Masustansiyang Pagkain

Masustansiyang Pagkain

Bukod sa masarap, dapat ay masustansiya rin ang hinahain na pagkain, lalo na ngayon na tumataas ang dami ng mga bata, buntis, at mga nagpapabreastfeed na kulang sa timbang. Kaya dapat siguraduhin na masustansiya ang ihahain.

Ito ang una nating paguusapan sa Module 1.

Activity, 5 mins

ACTIVITY



Pinggang Pinoy

Para mas maunawaan ito, magkakaroon tayo ng isang activity. Bibigyan kayo ng mga papel na maaari ninyong sulatan. *(distribute pen and paper)*

Lahat na po ba ay mayroon ng papel?

Ngayon ay gumuhit tayo ng bilog sa papel. Ito ang sisimbolo sa pangkaraniwang pinggang pinoy.

Kailangang hatiin natin ang pinggan ayon sa karaniwang kinakain ng pinoy. Sa inyong palagay, gaano ba karami dapat ang GO, GROW, at GLOW food?

Go, Grow, Glow Food



Bago natin ito gawin, i-review muna natin kung ano nga ba ang Go, Grow, at Glow Food:

Go – ito ay puno ng carbohydrates tulad ng kanin, tinapay, noodles, at root crops (hal: kamote at gabi)

Grow – ito naman ay maraming protina tulad ng karne, isda, itlog, gatas at beans; at panghuli, ang

Glow – ay mga pagkaing puno ng bitamina at mineral tulad ng prutas at gulay

Sige po, sa pinggang iginuhit ninyo sa inyong mga papel, ilang porsyento ho dapat ang Go? Grow? At Glow?

Pinggang Pinoy, 3 mins

PINGGANG PINOY

ISDA at mga
katumbas
(mas kaunti sa 1/4 ng
pinggan)

KANIN at mga
katumbas
(mas marami sa 1/4 ng
pinggan)



PRUTAS AT GULAY
(1/2 ng pinggan)

Kapag sinabi po natin na ang pinggang pinoy ay dapat naglalaman ng Go, Grow, at Glow Food, ang isda at mga katumbas ay dapat mas kakaunti sa $\frac{1}{4}$ ng pinggan. Ang kanin at mga katumbas naman ay dapat mas marami sa $\frac{1}{4}$ ng pinggan, at ang prutas at gulay naman ay dapat kalahati ng pinggan.

Tandaan natin na hindi kinakailangang hiwalay na ulam ang isda, manok, o karne. Maaring gawing rekado ang mga ito sa mga putaheng gulay at sabaw gaya ng ginisang ampalaya, tortang talong, gisadong sopas, at iba pa.

May mga naiisip ba kayong ibang putahe kung saan magkakahalo na ang iba't ibang sangkap? (*get 2-3 answers*)

Transition, 5 mins

Paglalagay ng Sistema sa Paghahanda ng Pagkain

Ngayon, alam na natin kung ano dapat ang itsura ng pinggang pinoy na may masustansyang pagkain.

Pag-usapan naman natin ang paglalagay ng sistema sa paghahanda ng pagkain.

Pag-lalagay ng Sistema sa Paghahanda ng Pagkain

Bakit Mahalaga ang Maayos na Sistema sa Paghahanda ng Pagkain

Masustansya

Masarap

Mura

Malinis

Kapag may sistema tayong sinusunod, masisigurado natin na:

Masustansya ang inihahain nating pagkain dahil nasisinsin natin ang kalidad at paghahanda nito.

Dekalidad at di nagbabago ang lasa o masarap. Mahalaga ito lalo na kung malaki ang bilang ng tao na ating ipinagluluto.

Magkakaroon din tayo ng kakayahang kontrolin ang presyo para mura natin itong maibenta sa mga customer.

Higit sa lahat, kapag may sistematayo ay madali nating matitiyak na malinis at ligtas ang proseso ng ating paghahanda.

Proseso ng Paghahanda ng Pagkain

Proseso ng Paghahanda ng Pagkain



Pamimili



Pagluluto



Pag-iimbak



Waste Management



Paghahanda

Ano nga ba ang proseso ng paghahanda ng pagkain? Mayroon tayong lima (5):

Pamimili o Shopping
Pag-iimbak o (storage)
Paghahanda o preparation
Pagluluto o cooking) tamang pagtatapon ng basura o waste management

Mga Paalala sa Pamimili, 10 mins

Unahin na natin ang mga paalala sa pamimili.

Mga Paalala sa Pamimili

Mga Paalala sa Pamimili



Bumili sa mga
pinagkakatiwalaang
suppliers.



Piliin ang sariwa, malinis
at mapagkakatiwalaang
sangkap.

Una, bumili sa pinagkakatiwalaang suppliers.

Sino po rito ang mayroong mga suki sa palengke? (*ask for a show of hands*)

Kaya natin sila binabalik-balikan dahil alam natin na hindi tayo mabibigo sa mga ibinebenta sa atin. Gayunpaman, kahit may suki na tayo ay magandang uglain ang pagiging mapanuri sa mga bibilhin.

Ikalawa, piliin ang sariwa, malinis, at magpagkakatiwalaang sangkap.

Anu ano nga po ba ang mga katangian ng sariwang gulay at karne? (*get 2-3 answers for each*)

Tama po ang mga sinabi ninyo.

Mga Paalala sa Pamimili



Gulay
Maliwanag at buhay na buhay ang kulay, mukhang malutong; walang mga pasa, pagkabulok o kagat ng insekto.



Root crop
Matibay at maayos ang hugis; walang mga pagbawas, pasa at pagkabulok.

Alam naming sanay na sanay na kayo rito sa tagal ninyo sa pagkakarinderya. I-review lamang natin ang mga dapat tandan sa pamimili at tignan kung ito rin ang sinusunod ninyong mga gabay.

Para sa gulay, tiyakin na maliwanag at buhay na buhay ang kulay. Dapat ito ay mukhang malutong, walang mga pasa, pagkabulok, o kagat ng insekto.

Para naman sa mga halamang ugat, i-check natin na ito ay matibay at maayos ang hugis; walang mga pagbawas, pasa, at pagkabulok. Mainam na huwag nang patagalin sa imbakan ang mga mabibiling gulay upang sariwa lang ang ating ihahanda.

Mga Paalala sa Pamimili



Manok
Makinis ang balat at walang mga pasa; matatag at walang malansang amoy.



Karne (Beef/Pork)
Karne: Matatag at walang masamang amoy.

Taba: Makinis at pantay ang pagkabahagi; ang sariwang karne ng baka ay matingkad na pula habang ang sariwang baboy naman ay light pink ang kulay.

Sa manok, dapat makinis ang balat at walang mga pasa, matatag at walang malansang amoy.

Ganito rin ang palatandaan natin sa pamimili ng karne. Suriin kung makinis at pantay ang pagkakabahagi. Ang sariwang karne ng baka ay matingkad na pula, habang ang sariwang baboy naman ay light pink o kulay rosas.

Kapag may kakaibang kulay o amoy ay huwag na itong lutuin.

Mga Paalala sa Pamimili



Isda
Mukhang malinis, may matingkad na pulang hasang, malinaw ang mga mata, may matatag na laman at sariwang amoy. Ang mga kaliskis ay nakalapit pa at makintab.



Bigas
Buo ang mga butil; malinis at walang mga amag, insekto, buto, bato at iba pang mga bagay.

Para naman sa isda, tinitignan natin kung matingkad na pula ang hasang nito. Malinaw ang mga mata, matatag ang laman at amoy sariwa. Ang mga kaliskis nito ay nakalapit at makintab.

At sa bigas, dapat ay buo ang mga butil, malinis at walang amag, insekto, buto, bato, at iba pang mga bagay.

Mga Paalala sa Pamimili



De-Lata at Naka-pack na Pagkain
Huwag bumili ng delata na may **ngiwi, singaw, butas, o umbek**.
Huwag bumili ng naka-pack na pagkain kung ito ay **may butas, may peste at dumli**.
Huwag bumili ng pagkain na **malapit na ang expiration date**.

Kapag bibili ng de lata, siguraduhin na wala itong ngiwi, singaw, butas, at naka-package (tulad ng pouch, bote, at tetrapack). Ang packaging na may butas ay maaring mapasukan ng mikrobyo. Samantalang ang de lata na may umbek ay indikasyon na ng pagkakaroon ng maraming mikrobyo at malapit na pagkasira ng pagkain.

Huwag din bumili ng naka-package na pagkain na may peste at dumli; at delata o naka-package na pagkain na malapit na ang expiration date.

Mga Paalala sa Pamimili



De-Lata at Naka-pack na Pagkain

Huwag bumili ng delata na may **ngiti, singaw, butas, o umbok**

Huwag bumili ng naka-pack na pagkain kung ito ay **may butas, may peste at dumi**

Huwag bumili ng pagkain na **malapit na ang expiration date**.

Hangga't maaari, kainin/gamitin ang pagkain bago ang Best Before o Consume Until Date. Ang mga pagkaing nakasaad ang EXPIRY DATE ay hindi na maaaring kainin pag lumagpas na sa nakatakdang petsa.

Mga Paalala sa Pamimili



Ihiwalay ang lagayan ng **wet goods** (isda, manok, karne) at **dry goods** (prutas, gulay at condiments)



Tandaan na pagkapamilya ay ihiwalay ang lagayan ng wet goods (isda, manok, karne) at dry goods (prutas at gulay). Bakit po kaya kailangan natin itong gawin?

Ito ay dahil mas maraming mikrobyo na nabubuhay sa pagkain na may tubig katulad na lamang ng isda, manok, at karne, at upang maiwasan ang cross contamination o ang paglipat ng mikrobyo mula sa isang pagkain papunta sa ibang pagkain.

Question & Answer

Mayroon po ba tayong katanungan?

Questions?

Mga Paalala sa Pag-iimbak

Mga Paalala sa Pag-iimbak

Natalakay na natin ang paalala sa pamimili. Dumako naman tayo sa mga paalala sa pag-iimbak.

Mga Paalala sa Pag-iimbak



First In, First Out (FIFO)
Unahin ang mga sariwang karne, isda, gulay, at mga prinosesong pagkain na malapit na ang expiration o use by date.

Bago tayo magsimula, sino po rito ang namamalengke araw-araw para sa lulutuin? Tuwing 2 araw? Lingguhan?

(wait for response)

Saan natin iniimbak ang ating mga napamili?

(request for 2-3 shares)

Kapag tayo ay nag-iimbak, sundin ang First-In, First-Out o FIFO method. Unahin ang mga sariwang karne, isda, gulay, at mga prinosesong pagkain na malapit na ang expiration o use by date.

Tandaan na huwag gamitin ang mga pagkaing may di kanais-nais na amoy o kulay.

Mga Paalala sa Pag-iimbak



Bigas
Malinis, tuyo at may takip na lalagyan



Gulay
Malinis na lalagyan (sa labas o loob ng refrigerator depende sa klase ng gulay)



Isda, Manok, Karne
Refrigerator o chiller



Pampalasa (condiments)
Malinis, may label at may takip na lalagyan

Heto ang karagdagan pang paalala:

Sa bigas, dapat malinis, tuyo, at may takip ang lalagyan.

Sa gulay, dapat malinis ang lalagyan (maaaring ilagay sa labas o loob ng refrigerator depende sa klase ng gulay).

(ask audience how they store meat and vegetables)

Ang isda, manok, karne, ay sa refrigerator o chiller naman ilagay.

Ikahuli, ang mga pampalasa kagaya ng asin, toyo, at suka naman ay dapat na malinis, may label, at may takip ang lalagyan.

Mga Paalala sa Pag-iimbak



Ihiwalay ang luto at hilaw na pagkain.



Ilayo mula sa kemikal at basurahan ang mga pagkain.



Huwag ilagay ang pagkain sa sahig. Dapat ito ay **6 inches** mula sa sahig.



Panatiliing **malinis** ang storage area.

Susunod, ihiwalay ang luto at hilaw na pagkain. Ginagawa natin ito para maiwasan ang cross-contamination.

Ano nga ulit ang cross-contamination?

(wait for response)

Huwag ilagay ang mga pagkain sa sahig. Ipatong ito 6 inches mula sa sahig. Ito ay upang maiwasan ang kontaminasyon at hindi madumihan, madapuan, o kainin ng peste. Maaari rin kasi nating masagi ito kapag tayo ay nagwawalis, naglalampaso, o nagpupunas ng sahig.

Ilayo mula sa kemikal at basurahan ang mga pagkain upang hindi ito makontamina.

At higit sa lahat, panatiliing malinis ang storage area.

Question & Answer

Mayroon po ba tayong mga katanungan?

Questions?

Mga Paalala sa Paghahanda, 10 mins

Tapos na tayo sa pamimili at pag-iimbak. Ngayon naman ay alamin natin ang mga paalala sa paghahanda ng pagkain

Mga Paalala sa Paghahanda

Mga Paalala sa Paghahanda



Gumamit ng **weighing scale** kung maghahanda ng maramihan.



Ilabas lamang ang isda, manok o karne kapag iluluto na.

Palambutin sa mga sumusunod na paraan:
Refrigerator: Ilipat mula sa freezer papunta sa chiller.

Malamig na tubig: Ilagay sa leak-proof plastic bag ang isda, manok, o karne at ibabad sa malamig na tubig. Palitan ang tubig kada-30 minuto.

Gumamit ng weighing scale kung magluluto ng isang recipe para sa 50 katao o higit pa.

Sino ho rito ang nagluluto ng isang ulam para sa 50 katao pataas?

(wait for show of hands)

Kung hindi naman magluluto para sa 50 na katao, maaaring hindi na magtimbang.

Ilabas lamang ang isda, manok, o karne kapag iluluto na ito.

Maaari itong palambutin gamit ang mga sumusunod na paraan:

Refrigerator: Ilipat mula sa freezer papunta sa chiller.

Malamig na tubig: Ilagay sa leak-proof plastic bag o plastic na hindi pinapasukan ng tubig ang isda, manok, o karne at ibabad sa malamig na tubig. Palitan ang tubig kada 30-minuto upang maiwasan ang cross contamination.

Mga Paalala sa Pagluluto

Ano naman ang kailangan nating tandaan sa pagluluto?

Mga Paalala sa Pagluluto

Mga Paalala sa Pagluluto



Lutuin agad ang sangkap matapos hiwain.



Iwasan na masobrahan ang luto ng gulay upang makuha ang sustansya nito.



Sumunod sa recipe

Lutuin ang sangkap matapos hiwain. Siguraduhin na hindi aabot sa 2 oras ang hiniwang pagkain sa room temperature upang maiwasan ang pagdami ng mikrobyo.

Iwasan na masobrahan ang pagkakaluto ng gulay upang manatili ang sustansya nito.

Sumunod sa recipe upang malaman natin ang aasahang servings sa isang luto at para maging consistent at kalidad ang lasa nito. Makatutulong rin ito upang makontrol natin ang magagastos sa mga sangkap.

Sundan ang Recipe

Monggo Guisado

Yield (Para sa ilang tao ang iniiluto)	20-30 servings
Serving Size (Dami kada order)	1 cup
Weight per serving (Timbang ng ulam kada order)	270 grams
Estimated Cost per Serving (Halaga ng ulam kada order)	Php 12.00
Energy & Protein per Serving (Enerhiya at Protina kada order)	

Ito ang halimbawa ng isang standard recipe para sa Monggo Guisado para sa 30 katao.

Ang kahalagahan ng pagkakaroon ng recipe ay madali mong malalaman ang mga sumusunod:

- Yield o para sa ilang tao ang iluluto
- Serving size o ang dami ng pagkain kada order
- Weight per serving o ang timbang ng ulam kada order
- Estimated cost per serving o halaga ng ulam kada order; at
- Energy and protein per serving o ang enerhiya at protina kada order.

Waste Management

Waste Management

- Reduce
- Reuse
- Recycle
- Refuse



Panghuli, dapat ay mayroon tayong maayos na waste management o tamang pag-iimbak at pagtatapon ng basura.

Heto ang ilan sa mga maaari ninyong gawin upang maisagawa ito ng maayos:

Reduce – bawasan ang bilang ng mga materyales na gagamitin

Reuse – kung maaari, piliin ang mga gamit na puwede pang ulutin. Iwasan ang single-use plastic, plato, kutsara, tinidor at iba pa.

Recycle – ipunin ang mga gamit tulad ng bote, lata, at iba pang kagamitan na maaaring ibenta sa mga junk shop. Maaari din itong gawin o i-convert upang maging bagong kagamitan; at

Refuse – Hangga't maaari, iwasan ang pagbili ng mga kagamitan na hindi maaaring i-recycle.

Alin sa mga ito ang nagagawa na natin sa ating mga karinderya o maging sa ating sariling tahanan?

Paglalagom



Siguraduhing ang pinggan ay naglalaman ng Go, Grow, at Glow foods. Tandaan na hindi kinakailangang magkakaiba ang ihahandang putahe upang masunod ito.

Tiyaking malinis at kalidad ang mga bibilhing kasangkapan sa mga suking tindahan.

Pahalagahan ang wastong pag-iimbak ng mga kasangkapan upang maiwasan ang pagkapanis at mapanatili ang kalinisan sa tindahan.

Makatutulong ang pagsunod sa recipe upang malaman ang enerhiya at protina kada order.

Sanayin ang pag-reduce, reuse, recycle, at refuse upang mabawasan ang mga kalat/basura sa paligid.

Question & Answer



Questions?

Mayroon pa ba tayong mga katanungan?
(address questions if any)

Transition



Para sa susunod na bahagi ng ating training, nais ko naman tawagin si (pangalan ng susunod na speaker).











MODULE 2

Mga Paalala sa Malinis at Ligtas na Pagluluto ng Pagkain sa Panahon ng COVID-19

Food Safety Reminders during COVID-19

- Personal Hygiene
- Food Preparation
- Food Service



Main Topics	Description	
<ul style="list-style-type: none">• 15 Paalala tungkol sa Personal Hygiene• Food Preparation at Food Service para sa Malinis at Ligtas na Paghahanda ng Pagkain (15 Reminders for Clean and Safe Food Preparation on Personal Hygiene, Food Preparation, and Food Service)	<p>The interactive lecture aims to highlight the safety reminders in preparing food in the context of a covid pandemic. There are 15 important reminders and those are discussed according to the aspects of Food Safety, namely: Personal Hygiene, Food Preparation, and Food Service.</p> <p>Discussions are embedded in the lecture to identify common practices that can be corrected or confirmed by the facilitator.</p>	
Learning Objectives	Key Discussion Points	
<ol style="list-style-type: none">1. Describe ways to maintain good personal hygiene to food servers.2. Enumerate food preparation practices that will prevent cross-contamination3. Provide tips in safely serving the food to customers.	<ol style="list-style-type: none">1. It is important to ensure that the food being prepared and served to customers are safe and of high quality especially in the time of a pandemic.2. Food safety has three (3) important aspects: personal hygiene, food preparation, and food service.3. Personal hygiene is ensuring that the self and food servers are healthy, clean, and practices safety protocols.4. Cross-contamination of food will be avoided through systematized preparation.5. Ensure that safety protocols are followed in serving food to the customers.	
Materials Needed		
<div> Internet Connectivity</div>	<div> Learning Videos</div>	<div> Speaker</div>
<div> Online Meeting Platform</div>	<div> Projector</div>	<div> Pen & Paper</div>
<div> Presentation</div>	<div> Microphone</div>	

Session Guide

Section Slide

Module 2. Mga Paalala sa Malinis at Ligtas na Pagluluto ng Pagkain sa Panahon ng COVID-19

Simulan na natin ito sa mga paalala sa malinis at ligtas na pagluluto ng pagkain.

Masustansiyang Pagkain



15 Bagay na Dapat Tandaan Para sa Malinis at Ligtas na Pagluluto

Sa session na ito, pag-uusapan natin ang labinlimang (15) paalala na dapat tandaan para sa malinis at ligtas na pagluluto.

Nahahati ang mga paalala sa tatlong bahagi: personal hygiene o pansariling kalinisan, food preparation na nagpapatungkol sa paghahanda at pagluluto, at ang food service o pamamahagi ng lutong ulam sa mga mamimili.

Upang simulan ang ating talakayan, naghanda kami ng mga videos tungkol sa tatlong bagay na ito na ating pag-uusapan pagkatapos. Handa na ba tayong manood at matuto?

VIDEO 1: Personal Hygiene, 5 mins



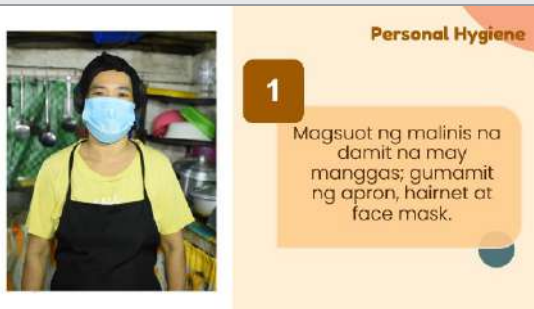
*(Play Video 1: Personal Hygiene)
(Process the video with the participants)*

1. Anu-ano ang inyong natandaan mula sa video?
(wait for response)
2. Bakit sa tingin ninyo ay mahalaga na magkaroon ng pansariling kalinisan ang isang karinderya owner?
(wait for response)

Mahalagang panatilihin ang pansariling kalinisan upang masiguro ang kaligtasan ng ating mga customers.

Maraming salamat sa inyong mga sagot! Tayo ay magpatuloy sa ating talakayan:

STEP ONE, 3 mins



Importante na bago magsimula ang mga gawain ay wasto ang ating kasuotan.

Magsuot ng malinis na damit na may manggas; gumamit ng apron, hairnet at face mask.

Sa paggamit ng hairnet, madalas na pagkakamali ang makalimutan ang pagtatakip sa tenga. Siguraduhing nakapasok ito sa ating hairnet tulad ng nasa larawan.

Sa face mask naman, siguraduhing nakatakip ang ilong at bibig lalo na ngayong may COVID-19

Bakit dapat may manggas ang damit na isusuot?
(wait for response)

Kailangan may manggas ang damit para maiwasan ang paghalo ng buhok o pawis sa pagkain. Ayaw natin na masamahan ng ibang bagay ang nilulutong pagkain.

Ang paggamit naman ng apron ay upang hindi madikit ang ating damit sa ating niluluto.

May nabanggit sa video na mahalagang panatilihin na maiksi ang kuko. Bakit nga ito mahalaga? (wait for response)

Ito ay upang hindi sumiksik ang dumi sa kuko na maaaring sumama sa mga nilulutong pagkain.

STEP TWO, 2 mins



2

Personal Hygiene

Maghugas ng kamay gamit ang sabon at malinis na tubig (20 segundo)

- ✓ bago humawak ng luto at hilaw na pagkain, at
- ✓ Matapos humawak ng hilaw na pagkain, kumain, gumamit ng palikuran, maglinis, magtapon ng basura, suminga, umubo at bumahing.

Ikalawa, maghugas ng kamay hanggang braso gamit ang sabon at malinis tubig sa loob ng 20 segundo, lalo na bago humawak ng luto at hilaw na pagkain, matapos humawak ng hilaw na pagkain, kumain, gumamit ng palikuran, maglinis, magtapon ng basura, suminga, umubo at bumahing.

Kapag humawak ng ibang bagay habang naghahanda ng pagkain, ugaliin na maghugas ng kamay.

Ito ay upang maiwasan na makontamina ang nilulutong pagkain dahil sa mikrobyo sa ating mga kamay.

Gaano nga ba katagal ang 20 segundo? Maaaring gamiting gabay ang pagkanta ng isang Happy Birthday song para masiguradong nahugasang mabuti ang ating mga kamay sa loob ng 20 segundo.

STEP THREE, 2 mins



3

Personal Hygiene

Iwasan ang paghawak sa iba't ibang bahagi ng katawan o sugat habang naghahanda ng pagkain.

Ikatlo, iwasan ang paghawak sa iba't ibang parte ng katawan o sugat habang naghahanda ng pagkain.

Kung sakaling hindi maiwasan na humawak sa katawan, siguraduhing maghugas ng kamay pagkatapos.

STEP FOUR, 3 mins



4

Personal Hygiene

Kung umubo o bumahing, palitan ng bago ang suot na face mask. Maghugas ng kamay bago ito isuot!

At ika-apat, kapag umubo o bumahing, palitan ang suot na face mask.

(Ano po nga po ang ilang uri ng masks na maaari nating gamitin na mga nabanggit sa video?)

Pwede po tayong gumamit ng cloth mask, surgical mask, o N95 mask.

Magbaon ng extra face mask kung magdu-duty sa karinderya.

Ilagay ang mga ito sa lalagyan na kahiwalay ang paglalagyan ng gamit na face mask.

Matapos umubo o bumahing, siguraduhin na itapon ang surgical mask at N95 o ilagay sa hiwalay na lalagyan para labhan naman ang cloth mask.

Huwag kakalimutan na maghugas ng kamay bago magsuot ng bagong face mask.

Personal Hygiene: Question, 3 mins

TANONG!

Alin sa mga sumusunod ang HINDI kabilang sa mga alituntunin ng Personal Hygiene?

- a. Palitan ang suot na face mask kapag umubo o bumahing.
- b. Iwasan ang paghawak sa iba't ibang parte ng katawan
- c. Maghugas ng kamay sa loob ng 20 minuto.
- d. Gumamit ng apron, hairnet, at face mask.

Tanong tungkol sa mga paalala para sa personal hygiene. Alin sa mga sumusunod and HINDI kabilang sa mga alituntunin ng Personal Hygiene?

- A. Palitan ang suot na face mask kapag umubo o bumahing.
 - B. Iwasan ang paghawak sa iba't ibang parte ng katawan
 - C. Maghugas ng kamay sa loob ng 20 minuto.
 - D. Gumamit ng apron, hairnet, at face mask.
- (wait for response)

Ang sagot ay letrang C. Maghugas ng kamay sa loob ng 20 minuto.

Tandaan na maghugas ng kamay gamit ang sabon at tubig sa loob ng 20 segundo at hindi 20 minuto. Sapat na ito para mapuksa ang mga mikrobyo sa ating mga kamay.

Mayroon ba tayong katanungan o paglilinaw sa bahaging ito?
(wait for response)

Session Outline, 1 min



Ngayon, atin namang pag-usapan ang mga bagay na dapat tandaan sa Food Preparation o ang paghahanda at pagluluto ng pagkain.

Para sa 9 na paalala sa bahaging ito, hahatiin natin ang mga ito sa dalawang videos – Food Preparation part 1 and part 2.

VIDEO 2: Food Preparation Pt. 1, 5 mins



(Play Video 2: Food Preparation part 1)
(Process the video with the participants)

1. Anu-ano ang inyong natandaan mula sa video?
(wait for response)
2. Ano ang ibig sabihin ng cross-contamination?
(wait for response)

Ang cross-contamination ay ang paglipat ng mikrobyo ng isang pagkain patungo sa isa pang pagkain.

3. Anu-ano ang mga maaari nating gawin para maiwasan ang cross-contamination sa ating paghahanda at pagluluto ng pagkain?
(wait for response)

Maraming salamat sa inyong mga sagot! Tayo ay magpapatuloy sa ating talakayan.

STEP 5, 2 mins



Paghahanda at Pagluluto

5

Gumamit ng tubig na galing sa gripo sa paghugas ng kamay, mga sangkap, panglinis at pangluto.

Siguraduhing manggagaling sa gripo ang tubig na gagamiting panghugas ng kamay at sangkap, panglinis, at pangluto.

Mahalaga na malinis ang tubig ang gagamitin upang maiwasan ang kontaminasyon na madalas ay nagiging sanhi ng iba't ibang sakit tulad ng diarrhea.

STEP 6, 2 mins



Paghahanda at Pagluluto

6

Linisin at i-sanitize ang lamesa at kagamitan na gagamitin sa paghihiwa at pagluluto ng pagkain.

Ugaliing linisin at i-sanitize ang lamesa at mga ng kagamitan para sa paghihiwa at pagluluto. Gawin ito bago magsimulang maghanda ng pagkain.

Maaaring may mga peste na napadaan sa lamesa at mga kagamitan kaya't napakahalaga na maglinis at magsanitize.

Sanitizing Solution, 4 mins

Sanitizing Solution



Para sa Lamesa

1 tbsp

1 litro



Para sa Kagamitan

1 tbsp

1 gallon o 3.8 litro

Bleach o Chlorine Solution
Tubig

Nabanggit sa video kung papaano gumawa ng sanitizing solution para sa lamesa at kagamitan. Balikan natin ito.

Para sa lamesa, ihalo ang 1 kutsara na bleach o chlorine solution sa 1 litro na tubig at ilagay sa spray bottle. I-sprayan ang lamesa gamit ang sanitizing solution at punasan gamit ang malinis na basahan.

Para naman sa mga kagamitan, ihalo ang 1 kutsara na bleach o chlorine solution sa 1 gallon na tubig sa timba.

Ibabad ang kawali, kaldero, sandok at iba pang kagamitan sa sanitizing solution sa loob ng 2 minuto. Patuyuin gamit ang malinis na tela o maaring ring pahanginan.

Tandaan na huwag maglagay ng sobrang bleach o chlorine sa recommended na dami dahil maglalasang bleach o chlorine solution ang kagamitan na maaring magdulot ng pagkalason kapag humalo sa nilulutong pagkain.

Kung walang bleach o chlorine solution, maaari ring ilubog ang mga kagamitan sa mainit na tubig na may 171 degrees Fahrenheit o 77 degrees Celcius sa loob ng 30 segundo upang ma-sanitize ang mga ito.

STEP 7, 3 mins



Paghahanda at Pagluluto

7

Punasan ang mga lata, bote at tetrapack gamit ang malinis na basang tela. Patuyuin gamit ang malinis na tuyong tela.

Isa pang paraan para makasiguro na maiwasan ang kontaminasyon ay ang paglilinis ng mga lalagyan ng pagkain, punasan ang mga lata, pouch, bote at Tetra-Paks gamit ang malinis na basang tela na may alcohol.

Pagkatapos ay patuyuin ang mga ito gamit ang malinis na tuyong tela upang maiwasan ang pagkakalawang.

STEP 8, 2 mins



Paghahanda at Pagluluto

8

Hiwalay na hugasan sa dumadaloy na malinis na tubig ang karne at gulay bago hiwain at lutuin.

Hiwalay na hugasan sa dumadaloy na malinis na tubig ang karne at gulay bago hiwain at iluto ang mga ito. Ito ay upang masiguradong maalis ang dumi at bacteria at maiwasan ang cross-contamination.

STEP 9, 3 mins



Paghahanda at Pagluluto

9

Gumamit ng magka-ibang kutsilyo, sangkalan at lalagyan para sa karne at gulay.

Isa pang paraan para makaiwas sa cross-contamination ay ang paggamit ng magkakaibang kutsilyo, sangkalan, at lalagyan para sa karne at gulay.

Kung iisa lang ang sangkalan, unahing gamitin ito para sa mga prutas at gulay at hugasan bago gamitin sa ibang pagkain.

Huwag din idikit ang mga kagamitang panluto sa hindi pa lutong pagkain upang maiwasan ang cross-contamination.

VIDEO 2: Food Preparation Pt. 2, 5 mins



*(Play Video 3: Food Preparation part 2)
(Process the video with the participants)*

1. Anu-ano ang inyong bagong natutunan mula sa video?
(wait for response)
2. Paano natin maiiwasan ang temperature danger zone kung saan mabilis dumadami ang bacteria?
(wait for response)

Maraming salamat sa inyong mga sagot! Tayo ay magpatuloy sa ating talakayan.

STEP 10, 2 mins



Paghahanda at Pagluluto

10

Ilagay sa malinis na lalagyan na may takip ang mga nahiwang sangkap.

Huwag ilagay sa sahig ang pagkain at sangkap.

Kapag nahiwa na ang mga sangkap, ilagay ang mga ito sa malinis na lalagyan na may takip, upang maiwasan na madapuan ng insekto o dumi habang abala pa sa paghahanda.

Huwag na huwag din ilagay ang pagkain at sangkap sa sahig dahil hindi nakakasiguro na malinis ito.

STEP 11, 3 mins



Paghahanda at Pagluluto

11

Gumamit ng malinis na kutsara pang-tikim.

Huwag tumikim gamit ang sandok na ginagamit sa pagluto.

Gumamit ng malinis na kutsara pangtikim sa niluto. Magagawa ito sa pamamagitan ng paglagay ng sabaw, sauce, o laman na titikman sa isang kutsara o kaya naman ay bowl, at doon tikman gamit ang malinis na kutsara.

Tandaan na huwag tumikim gamit ang sandok na ginagamit sa pagluto dahil mapapasama ang laway sa nilulutong pagkain.

Mainam din na tingnan ang kondisyon ng ating mga kagamitang panluto at siguraduhin na wala itong mga sira at kalawang dahil maaaring maging sanhi ang mga ito ng kontaminasyon.

STEP 12, 3 mins



12

Paghahanda at
Pagluluto

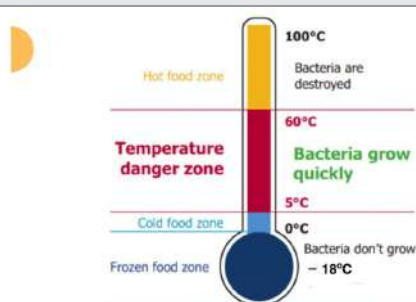
Siguraduhing luto ang karne upang mapatay ang mikrobyo.

Siguraduhing luto ang karne. Paano natin malalaman na luto na ang karne?

Malalaman na luto na ang karne o isda kapag ito ay mukhang naluto na, na kung saan ay wala ng dugo at nag-iba na ang kulay ng laman ng karne o isda. Iwasan naman na masobrahan ng luto ang gulay upang makuha pa rin ang sustansya nito.

Ang pagluto sa angkop na temperatura ay nakakatulong sa pagpatay sa mikrobyo. Balikan natin ang pinakitang guide mula sa video.

Temperature Danger Zone, 4 mins



Ang tinatawag na Frozen Food Zone ay may 0 hanggang negative 18 degrees Celsius temperature. Dito, hindi dumarami ang bacteria dahil sobrang lamig.

Ang dapat nating pag-ingatan ay ang tinatawag na Temperature Danger Zone na kung saan ang temperatura ay mula 5 to 60 degrees Celsius. Pinapaliwanag dito na kung nasa room temperature ang pagkain o hindi angkop ang temperatura sa pagluluto, mas mabilis dumadami ang mikrobyo.

May iba't ibang room temperature depende sa klima ng isang lugar. Natatandaan ninyo pa ba ang room temperature dito sa Pilipinas? (*wait for response*)

Tama! Dito sa ating bansa, ang room temperature ay 21 hanggang 32 degrees Celsius.

Sa Hot Food Zone naman na may temperatura mula 61 hanggang 100 degrees Celsius, napupukso na ang bacteria.

Kung walang thermometer para masukat kung anong temperatura ang meron habang nagluluto, siguraduhin na naluto nang husto ang ating pagkain. Anu-ano nga ang mga palatandaan na naluto na ang ating mga pagkain? (*wait for response*)

Isa pang paraan para makatulong sa pagpatay ng mikrobryo sa pagkain at ang pagsigurado na kumulo ang mga ito.

Sa video na ating napanood, nabanggit na ang nilulutong pagkain ay siguraduhing kumulo nang tatlo hanggang limang minuto.

Ang tagal ng pagpapakulo ay depende sa iba't ibang bagay gaya ng dami ng ulam, gayat ng karne, at iba pa. Mahalaga na tingnan din ang mga ganitong konsiderasyon.

STEP 13



13

Paghahanda at
Pagluluto

Siguraduhing malinis ang pinaglutan - "Clean as you go" (**CLAYGO**).

Hugasan ang kagamitan, punasan ng malinis na tela ang lamesa, at i-sanitize.

Pagkatapos magluto ay isagawa ang Clean As You Go o tinatawag na aa. Ito ay ang paglilinis at paghugas ng lamesa at mga kagamitan pagkatapos ng ating pagluluto.

Nagagawa ba natin ang CLAYGO pagkatapos magluto? (*wait for response*)

Food Preparation: Question, 2 mins

TANONG!

Bakit kailangang gumamit ng magkakaibang kutsilyo sa paghahanda ng pagkain?

- Para madaling hanapin pag kinakailangan.
- Para maiwasan ang cross-contamination.
- Para madali itong bilangin.
- Para magandang tignan.

Tanong. Bakit kailangang gumamit ng magkakaibang kutsilyo sa paghahanda ng pagkain? Eto ang mga pamimiliang sagot:

- Para madaling hanapin pag kinakailangan.
- Para maiwasan ang cross-contamination.
- Para madali itong bilangin.
- Para magandang tignan.

(wait for response)

Ang tamang sagot ay letter B.
Para maiwasan ang cross-contamination.

Food Preparation: Question, 3 mins

Tanong!

Paano maiiwasan ang cross-contamination?

Balikan natin ang tanong na ito, paano nga ba natin maiiwasan ang cross-contamination? Maraming nabanggit na pamamaraan mula sa ating talakayan, anu-ano nga ang mga ito?

(wait for response)

- Malinis na tubig
- Sanitized na kagamitan
- Paghihiwalay ng lagayan ng karne/ kasangkapan
- Paggamit ng magkahiwalay na kutsilyo
- Paggamit ng malinis na lalagyan Paggamit ng malinis na kutsara sa pagtikim
- Pagtiyak na luto ang pagkain

Session Outline



15 Bagay na Dapat Tandaan Para sa Malinis at Ligtas na Pagluluto

Nasa huling bahagi na tayo ng 15 paalala para sa malinis at ligtas na pagluluto. Sa bahaging ito ay tatalakayin natin ang Food Service o ang mga dapat tandaan sa paghahain ng pagkain sa mga mamimili. Panoorin ang video tungkol dito.

VIDEO 4: Food Service, 5 mins



(Play Video 4: Food Service)
(Process the video with the participants)

- Anu-ano po ang inyong bagong natutunan mula sa video?
(wait for response)
- Bakit mahalaga na maipamahagi ang ulam sa loob ng 2 oras?
(wait for response)

Upang masigurong dekalidad at ligtas ang pagkain na ibebenta sa ating mga customers.

Maraming salamat sa inyong mga sagot! Tayo ay magpatuloy sa ating talakayan.

STEP 14, 2 mins



14

Ipamahagi ang nalutong ulam sa loob ng 2 oras matapos iluto.

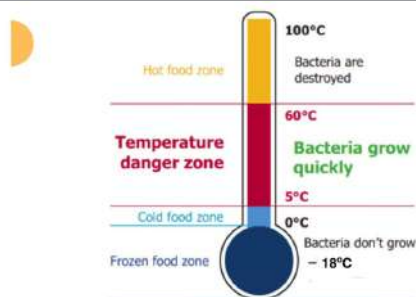
Food Service

Upang masigurong dekalidad at ligtas ang mga pagkain na ibebenta, ipamahagi ito sa loob ng dalawang oras matapos mailuto.

May pagkakataon na umaabot ng hapon ang ating mga niluto, tama ba? Ang mainam na gawin ay initin ang mga nilutong ulam kada 2 oras.

Para mas maunawaan natin ang kahalagahan na maipamahagi ang mga nalutong ulam sa loob ng 2 oras, balikan natin ang susunod na larawan.

Temperature Danger Zone, 2 mins



Naaalala ba natin ang Temperature Danger Zone na ating tinalakay sa Food Preparation?

Dahil pasok sa Temperature Danger Zone ang temperatura kapag maghahain ng pagkain, dito na magsisimula ang pagdami ng bacteria.

Pagmasdan natin ang susunod na slide upang ilarawan kung paano nangyayari ito.

Temperature Danger Zone, 2 mins

TIME	COUNT
20 mins	1
40 mins	2
1 hr	4
2 hrs	32
3 hrs	256
4 hrs	2,048

Mabilis na dumadami ang bacteria lalo na kung ang temperature ay nasa **5 – 60 degrees Celsius**



Dito makikita natin na habang tumatagal ang oras ay nadadagdagan ang bilang ng bacteria sa ating pagkain kapag nasa 5 to 60 degrees Celsius na temperatura.

Mula sa isang bacteria sa loob ng 20 minute, magdodoble ito pagkalipas ng 40 minuto. Hanggang sa maging 32 bacteria pagkatapos ng 2 oras.

Ngunit pagkatapos ng dalawang oras, makikita natin ang biglang pagdami ng mga ito. Nagdudulot ang mga mikrobyo na ito ng pagkapanis.

Kaya naman napakahalaga na initin ang ulam kada 2 oras.

Paalala, 2 mins



Food Service

Paalala

Panatilihin may takip ang mga panindang ulam habang nagbebenta.

May mga ilang bagay pa na mahalagang isaalang-alang sa paghahain ng pagkain.

Panatilihin na may takip ang mga panindang ulam habang nagbebenta. Makatutulong na may label o pangalan ang mga nakahaing ulam upang hindi na buksan ng mga mamimili ang mga ito.

Paalala, 2 mins



Food Service

Paalala
Maglagay ng pangalan sa bawat menu at pag-aayos ng paninda

Maganda rin ang paglalagay ng menu upang makapagbigay ng agarang impormasyon sa mga customer kung ano ang mga nakahaing ulam sa kasalukuyang araw.

Makakatulong ito para makakapagdesisyon agad sila kung ano ang bibilhin na ulam na hindi na kailangang buksan isa-isa ang mga nakahaing paninda. Isa itong pamamaraan upang maiwasan na ma-expose pa sa mikrobyo ang mga paninda.

Paalala, 2 mins



Food Service

Paalala
Pagdisplay ng mga polisiya gaya ng NO FACE MASK, NO CLAIM

At dahil mahalagang isaalang-alang ang kaligtasan ng bawat isa ngayong panahon ng pandemya, magdisplay ng polisiya gaya ng "NO FACE MASK, NO CLAIM."

Paalala, 3 mins



Food Service

Paalala
Magtakda ng schedule ng pagkuha ng pagkain.
Ipatupad ang physical distancing.

Sa pamamahagi ng ulam, i-schedule ang pagkuha nito upang maiwasan ang pagkumpol ng mga tao.

Subalit kung hindi maiiwasan na madaming tao ang kukuha sa nakatakdang oras, siguraduhin na nakapila nang maayos ang mga tao at sumusunod sa physical distancing na kung saan ay may 1 metro ang layo ng bawat isa.

Hikayatin din ang mga customers na magdala ng malinis na lalagyan upang maiwasan ang karagdagang basura.

STEP 15, 2 mins



Food Service

15

Ipaalala sa mga pamilya na kainin agad ang lutong ulam, upang maiwasan ang pagkapanis.

At panghuli, ipaalala na kainin agad ang lutong ulam, upang maiwasan ang pagkapanis.

Kung hindi nila makakain agad ang mga ito, sabihin sa customers na ilagay muna ang mga ito sa refrigerator at initin na lang kung kakainin na.

Tandaan, 1 min

Tandaan!

Mahalagang paalalahanan ang mga customer na kainin ang biniling pagkain sa loob ng 2 oras.

Tandaan natin! Mahalagang paalalahanan ang mga customer na kainin ang biniling pagkain sa loob ng 2 oras.

Paglalahagom, 2 mins

Paglalahagom

- Pansariling kalinisan
- Malinis at maayos na paghahanda at pagluluto para maiwasan ang contamination
- Tamang oras at pamamaraan sa pamamahagi ng pagkain

Para madali nating maalala ang 15 Paalala, ang pokus natin ay nasa:

1. Personal Hygiene o malinis na pangangatawan
2. Food Preparation o masinsin na paghahanda, at pagluluto para maiwasan ang cross-contamination
3. Food Service o ang pagpapaalala ng tamang oras ng pagkain para masigurado ang kaligtasan ng ating mga customers.

Transition, 1 min

Pagsasanay para sa mga Kabahagi ng Project Karinderya

PANGALAN NG SATO
[PETA]
2:00 – 5:00 PM

Jalisco Group Foundation
Kasagunang-Kredit and Savings Cooperative
Kasagunang-Kredit and Savings Cooperative

Para sa susunod na bahagi ng ating training, nais ko namang tawagin si *(pangalan ng susunod na speaker)*










MODULE 3

Customer Service

- Customer Service
- Customer Touch Points
- Next Steps and Closing



Main Topics		Description	
<ul style="list-style-type: none">• Customer Service• Customer Touch Points		The interactive lecture aims to introduce the concepts of Customer Service and the major points of interaction with customers that participants should be mindful of. They will be asked to demonstrate proper visual, vocal, and verbal communication through the practice exercises incorporated in the learning design.	
Learning Objectives		Key Discussion Points	
<ol style="list-style-type: none">1. Explain the importance of customer service and its impact to the Karinderyas.2. Describe the characteristics of a Karinderya that exemplifies good customer service.3. Understand the Customer Touch Points and demonstrate proper visual, vocal, and verbal communication.		<ol style="list-style-type: none">1. Good customer service demonstrates the karinderya’s ability to care for their customers by keeping their store and store personnel clean, serving safe and nutritious food, and communicating properly.2. The most important points of customer interaction are during the ordering and serving of food.	
Materials Needed			
	Internet Connectivity		Projector
	Online Meeting Platform		Microphone
	Presentation		Speaker
			Pen & Paper

Session Guide

Customer Service, 5 mins

Nilalaman ng Pagsasanay

- Ano ang Customer Service?
- Mga Katangian ng Super Karinderya
- Customer Touchpoints

Ngayon ay dadako na tayo sa pinakahuling bahagi ng training ngayong hapon: ang Customer Service.

Dito, pag-uusapan natin kung ano ang ibig sabihin ng Customer Service. Babalikan din natin ang mga katangian ng karinderya na mahalaga sa ating mga customer, at aalamin natin kung ano nga ba ang tinatawag na Customer Touchpoints.

Upang magbahagi sa huling session ngayong araw, tinatawagan ko si *(pangalan ng susunod na speaker)* para sa ating Module 3.

Para sa inyo, ano ang ibig sabihin ng Customer Service?
(get 2-3 answers)

Customer Service

Ano ang Customer Service?

ang pag-**alaga** sa mga mamimili sa pamamagitan ng pagbigay ng **malinis** at **ligtas** na **pagkain** sa **maayos** at **magalang** na pamamaraan

Tama naman ang inyong mga nabanggit.

Ang customer service ay ang pag-aalaga sa mga mamimili sa pamamagitan ng pagbigay ng malinis at ligtas na pagkain sa maayos at magalang na pamamaraan. Dahil sa panahon ngayon, binibigyang diin natin ang kaligtasan ng ating mga customer dahil gusto natin silang ilayo sa sakit o kapahamakan.

Mga Katangian ng Super Karinderya, 10 mins

Mga Katangian ng Super Karinderya

Kanina, napagusapan natin ang mga katangian na hinahanap ng isang customer sa isang karinderya. Naaalala niyo pa ba ang mga ito? *(get 2-3 answers)*

Ito ay masarap, mura, malinis, masustansya, mabait ang nagtitinda, at ligtas ang kapaligiran.

Mga Katangian ng Super Karinderya



Malinis ang pananamit at paligid



Ligtas



Maayos ang pananalita

Kung susumahin, anong klase ng serbisyo ang maaaring asahan ng ating mga customer sa ating karinderya? 3 bagay lamang:

Una, pagpasok ng customer, makikita niya na malinis ang pananamit at kapaligiran ng mga nagtitinda.

Pangalawa, tiyak na ligtas sa kapahamakan ang mga bumibili.

Pangatlo, maayos ang pananalita ng mga makakasalamuha.

Mayroon ba kayong karanasan sa karinderya na talagang tumatak sa inyo? *(get 1-2 answers from the audience)*

Pansariling Kalinisan

Pansariling Kalinisan



Ano ang napapansin ninyo sa pansariling kalinisan ng mga Nanay sa litrato?

Buhok

Nakasuot ba sila ng hairnet?

Nakatakip ba ang kanilang mga tenga?

Mukha

Nakasuot ba sila ng face mask (hindi pa required ang pagsusuot ng face shield sa panahon ng pagkuha ng litrato)

Damit

Mayroon ba silang apron?

Nakasuot ba sila ng malinis na shirt na may manggas?

Malinis na pantalon?

Malinis na Karinderya

Malinis na Karinderya

Sahig



Malinis at tuyo

Kagamitan



Malinis at hindi masebo

Walang Peste



Maayos at may takip ang basurahan

Maliban sa pansariling kalinisan ay dapat din nating panatilihin ang kalinisan ng ating mga karinderya. Heto ang mga dapat nating tandan:

Ang sahig ay malinis at tuyo.

Ang mga kagamitin ay hindi masebo.

Maayos at may takip ang basurahan.

Ano ang maaaring maging epekto sa mga customer natin kung hindi natin ito susundin? (*get 1-2 answers*)

Iwas COVID

Iwas COVID



Dahil gusto nating maging ligtas ang mga customer na tumatangkilik sa ating karinderya, narito ang ilang larawan kung paano tinitiyak ng mga karinderya owners na ligtas mula sa COVID ang kanilang mga tindihan:

- May plastic na barrier.
- Nakasuot ng face mask at face shield.
- Hindi nagkukumpulan sa isang lugar ang mga kumukuha ng pagkain.

Magalang na Komunikasyon

Magalang na Komunikasyon

Visual

- Eye contact
- Facial expression
- Appearance

Verbal

- Pagbati
- Suggestive selling
- Pakikipag-uganayan sa mamimili

Vocal

- Volume
- Speed

Maliban sa kalinisan at kaligtasan, magandang pagtuunan ng pansin ang pamamaraan ng ating pakikitungo sa ating mga customer. May 3 aspeto ng magalang na komunikasyon: ang visual, o ang mga bagay na napupuna ng mata; ang verbal, ang pamamaraan ng pakikipag-usap; at ang vocal, o ang tunog na naririnig ng ating mga customer.

Para sa Visual, ugaliin ang pagkakaroon ng eye contact o pagtingin sa mata ng ating mga customer. Ipinapakita nito ang ating sinseridad, lalo na sa paghahanda ng pagkain. Maganda rin na maging conscious tayo sa ating mga facial expression (kahit naka mask, nakikita pa rin ang mga nakakunot ang noo) at ang ating kabuuang physical appearance.

Sa Verbal, sanayin natin ang pagbati at pagsa -suggestive selling sa ating mga customer. Ito ay upang ipakita ang magandang pakikipag-uganayan sa mamimili.

Sa Vocal, pagtuunan ng pansin ang lakas o hina (volume) ng boses at bilis o bagal (speed) ng ating pananalita dahil makatutulong ito upang madali tayong maunawaan ng ating mga customer.

Customer Touchpoints, 10 mins

Ang ikahuling pag-uusapan natin ngayong hapon ay ang tinatawag na Customer Touchpoints.

Customer Touchpoints

Customer Touchpoints

- 1 Pag-order
- 2 Pagbigay ng Pagkain

Isa itong konsepto na ginagamit ng mga fast food tulad ng Jollibee.

Ang Customer Touchpoints ay ang kabuuang karanasan ng isang mamimili. Sa Karinderya, 2 bagay lamang ito: ang pag-order, at ang pagbibigay ng pagkain.

Pag-Order

Unahin natin ang pag-order.

Pag-order

Touch Point #1

Pagbati sa Customer

Pagbati sa Mamimili

Kapag ang mamimili ay:

Kukuha ng order (Server)

Papasok sa karinderya o pipila upang bumili (Cashier/Ibang kasama sa bahay)

Kapag ang customer ay papasok sa karinderya, pipila upang bumili, o mag-oorder, dapat ay binabati siya ng server o kahera sa karinderya.

Mas magiging memorable ang customer experience nila kung magiliw natin silang babatiin, malakas at malinaw ang ating boses, at mayroon tayong eye-contact.

Mahalaga ang eye contact lalo na ngayong nakamask at face shield tayo dahil sa simpleng paraan na ito, maipaparamdam natin sa kanila na tayo ay masaya at pumunta sila sa ating karinderya.

Para sa ating suki, maganda kung sasanayin natin na batiin sila gamit ang kanilang pangalan. Ipinapakita nito ang pagpapahalaga natin sa kanila.

Mga Paalala Habang Nag-Oorder ang Customer

Mga Paalala habang Nag-oorder ang Mamimili

1. Pagngiti at pagbati sa mamimili
2. Pagkuha ng order
3. Pagsagot sa mga katanungan ng mamimili. Siguraduhing alam ang sangkap ng bawat ulam na ibinebenta.
4. Pagrekomenda ng ibang pwedeng bilhin o suggestive selling

Narito ang kabuuan ng mga paalala habang nag-oorder ang customer:

Batiin at ngitian ang customer gaya ng nabanggit kanina.

Kunin ang order.

Sagutin kung mayroong mga katanungan. Makatutulong kung alam natin ang bawat sangkap ng kada putahe upang madali natin silang masasagot kung magkakaroon sila ng katanungan tungkol dito.

Maganda ring sanayin ang pagrerekomenda ng iba pa nilang pwedeng bilhin. Ito ay ang tinatawag nating suggestive selling na siya namang pag-uusapan natin maya-maya.

Mga Paalala habang Nag-oorder ang Mamimili

"Magandang umaga/hapon/gabi!
Ano pong order nila?"

Maaari niyo bang subukan ang pagbati sa customer? Paano niyo ito sasabihin sa kanila?

(ask the group to say the spiel out loud)

Suggestive Selling

- Para kumita ng mas malaki
- Matikman ng mamimili ang ibang ulam

May isa pang konsepto na maaari nating matutunan mula sa Jollibee. Ito ang tinatawag na Suggestive Selling.

Ginagawa ito para kumita ng mas malaki, o di kaya ay bigyan ang mga mamimili ng pagkakataon na makatikim ng ibang ulam.

Paano magiging Epektibo ang Suggestive Selling?

- Pagkilala sa mamimili. Alamin ang kanilang pangangailangan.
- Paglarawan sa mga ulam.

Sa paglalarawan ng mga ulam, maaaring banggitin ang mga kasangkapan o pag-usapan kung bakit ito masustansya at makakabuti sa kalusugan.

Paano ninyo ito magagawa sa inyong Karinderya?

(ask for 2-3 samples based on actual dishes the participants cook)

Ang huling touch point natin ay tungkol sa pagbibigay ng pagkain.

Pagbigay ng Pagkain

Touch Point #2

Mga Paalala sa Pagbibigay ng Pagkain



1. Ilagay sa malinis na lalagyan ang pagkain.
2. Paalalahanan na kainin ang pagkain sa loob ng 2 oras. Kung hindi man ay ilagay muna sa refrigerator at ilabas lamang kung kakainin.

Tandaan ang mga sumusunod:

1. Ilagay sa malinis na lalagyan ang pagkain.
2. Paalalahanan na kainin ang pagkain sa loob ng 2 oras. Bakit nga ito mahalaga?

(wait for 1 correct answer)

Mga Paalala sa Pagbibigay ng Pagkain

3. Ituro sa kasamahan/ cashier upang doon i-abot ang bayad o voucher.
Kung walang ibang kasama, kunin ang bayad o voucher, pagkatapos ay maglinis ng kamay gamit ang alcohol.
4. Kung may reklamo o hinaing, tugunan ito.
5. Humingi ng feedback.
6. Magpasalamat sa mamimili.

Kung hindi ito makakain agad ay maari itong ilagay sa refrigerator at ilabas lamang kung iinitin na bago kumain.

3. Ituro rin natin sa ating kasamahan sa karinderya (kung meron) kung saan lamang maaaring tumanggap ng bayad o voucher.
4. Kung may reklamo o hinaing ang sino man sa ating mga customer, agarang tugunan ito.
5. Maganda rin na magsanay tayo sa paghingi ng feedback mula sa ating mga customer upang mapag-aralan natin kung ano pa ang pwede nating pagandahin/ayusin sa ating serbisyo.
6. Panghuli, huwag kalilimutang magpasalamat sa mamimili.

Mga Paalala habang Nag-oorder ang Mamimili

"Para sa kaligtasan ng buong pamilya, kainin ang inyong binili sa loob ng 2 oras. Kung hindi man, ito ay ilagay sa refrigerator at ilabas kung kakainin na.

Salamat at magandang araw!"

Heto ang isang sample na spiel na maaari nating sabihin kapag iaabot na ang pagkain sa ating customer. (*ask for 1 volunteer to read aloud*)



QUESTIONS?

Mayroon po tayong mga katanungan?
(*address questions from participants*)

NEXT STEPS

Kung wala na, ay dumako tayo sa mga Next Steps ng Project Karinderya. Para sa bahaging ito, nais kong tawagin si (*pangalan ng susunod na speaker*).

(*leader of the Karinderya's sector/area to discuss Next Steps*)

Closing

PHOTO OPP

Maraming salamat po ulit sa inyong pagdalo sa ating training. Sana ay nadagdagan ang inyong kaalaman sa pagpapatakbo ng inyong mga karinderya.

Bago tayo magpaalam, maaari lang po ba kaming magrequest ng isang group photo? Huwag po nating kalimutan ang ating protocol sa social distancing.

Maraming
Salamat!

Maraming Salamat!

ANNEX A: KARINDERYA RATING TOOL

PETSA

KARINDERYA
OWNER

KABUUANG
RATING

20 NA BAGAY PARA SA MALINIS AT LIGTAS NA PAGLULUTO

MGA BAHAGI	INDICATORS	PANGUNAHING KINAKAILANGANG TIGNAN (Bilugan ang inyong nakita sa pangunahing kinakailangang tignan)	RATING (Bilugan ang resulta ng inyong naging obserbasyon sa Karinderya)
STORAGE	May angkop na imbakan at lalagyan ginagamit upang mapanatili ang kalidad ng mga sangkap ng pagkain.	1. Ang bigas ay nakatago sa malinis, tuyo at may takip na lalagyan.	0 Hindi nasusunod ang lahat ng food ingredients storage
		2. Ang gulay ay nakalagay sa malinis na lalagyan o magkakaibang lagayan.	1 Isa (1) lamang sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		3. Ang isda, karne at iba pang meat products ay naka-imbak sa coolers/ref o freezer.	2 Tatlo (3) sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		4. Ang mga rekado at mga pampalasa ay nakalagay sa malinis at may takip na lagayan.	3 Apat (4) o lahat ang nasusunod sa food ingredients storage
	Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out (FIFO)	1. Makikita ang mga expiration date sa mga rekado o food ingredients sa pagluluto tulad ng suka, toyo, patis at iba pa.	0 Hindi ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
		2. Wala nang expired na food ingredients sa lagayan.	3 Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
	Sinusunod ang wastong paraan ng pag-iimbak	1. Nakahiwalay ang dry sa wet at luto sa hilaw na ingredients	0 Hindi nasusunod ang lahat ng food ingredients storage
		2. Nakalagay ang ingredients sa hiwa-hiwalay na lalagyan at nakapatong sa mataas na lalagyan o hindi sa sahig nakalagay.	1 Isa (1) lamang sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		3. Ang mga gamit sa pagluluto ay hindi nakalagay sa maaaring source ng contamination (basurahan, maalikabok, insekto, at iba pa)	2 Tatlo (3) sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		4. Nililinis ang kusina at storage area araw-araw matapos ang pagtitinda.	3 Apat (4) o lahat ang nasusunod sa food ingredients storage

	Sariwa, good quality at tamang dami ng mga sangkap ang ginagamit sa recipe.	1. Gulay at Root crops: matingkad ang kulay , sariwa at walang sira .	0	Hindi nasusunod ang lahat ng food ingredients storage
		2. Ang karne (manok, baka at baboy): maganda ang kulay, bagong katay at walang amoy samantalang ang isda ay makintab ang gulay, malinaw ang mata, pula ang hasang at walang amoy.	1	Isa (1) lamang sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		3. Bigas: Malinis, buo, maputi at walang amoy.	2	Tatlo (3) sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
			3	Apat (4) o lahat ang nasusunod sa food ingredients storage
FOOD PREPARATION	Sinusunod ang wastong pamamaraan ng paghahanda ng pagkain	1. Nililinis ang kusina at sina-sanitize ang lahat ng ibabaw ng mesa bago magsimulang magluto.	0	Hindi nasusunod ang lahat ng food ingredients storage
		2. Gumagamit ng tamang sukat ng mga ingredients upang maiwasan ang sobra at kulang na sukat. Isulat kung paano ito ginagawa_____.	1	Isa (1) lamang sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		3. Hinuhugasan ng mga sangkap bago lutuin o kung kailangan	2	Tatlo (3) sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		4. Nakahiwalay ang dry sa wet at luto sa hilaw na ingredients	3	Apat (4) o lahat ang nasusunod sa food ingredients storage
		5. Ang mga karne ay nakalagay sa ref chiller at hindi sa labas ng ref		
COOKING	Nailuluto ang ulam 2 oras matapos maihanda ang mga sangkap	Ang ulam o putahe ay nailuluto sa loob ng dalawa (2) oras pagkatapos maihanda ang mga sangkap o ingredients	0	Hindi ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
		Isulat ang: 1. Oras nang paghahanda ng sangkap _____ 2. Oras nang pagluluto ng putahe _____	3	Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
SERVING	Sinusunod ang angkop na oras ng tagal ng ulam	Naipamahagi o nasi-serve ang nalutong ulam sa loob ng 2 oras matapos ito maluto.	0	Hindi ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
		Isulat ang: 1. Oras nang paghahanda ng sangkap _____ 2. Oras nang pagluluto ng putahe _____	3	Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan

	Maganda ang kalidad at maayos ang pagkakaluto ng kanin	1. Itsura: Maayos ang pagkakaluto at hindi hilaw o sunog	0	Hindi nasusunod ang lahat ng food ingredients storage
		2. Amoy: Walang mabahong amoy at hindi amoy panis o sunog	1	Isa (1) lamang sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		3. Temperatura: Mainit sini-serve at malamig	2	Tatlo (3) sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		4. Lasa: Maayos ang lasa at hindi lasang panis o sunog	3	Apat (4) o lahat ang nasusunod sa food ingredients storage
SERVING	Maganda ang kalidad at maayos ang pagkakaluto ng ulam	1. Itsura: Maayos ang pagkakalagay ng ulam at hindi durog (gulay at isda) at hilaw o bloody ang karne	0	Hindi nasusunod ang lahat ng food ingredients storage
		2. Texture: Malambot ang karne at hindi hilaw o durog	1	Isa (1) lamang sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		3. Temperatura: Mainit o maligamgam ang ulam at hindi malamig.		
		4. Lasa: Masarap at malasa ang ulam, hindi matabang o maalat. (TANUNGIN SA MGA BENEFICIARIES ANG TUNGKOL SA LASA)	2	Tatlo (3) sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
			3	Apat (4) o lahat ang nasusunod sa food ingredients storage
NUTRITION	Ang mga ulam na inihahanda ay balance; may gulay, isda at karne	Ang karinderya ay nagluluto ng iba't-ibang putahe na mapagkukunan ng nutrisyon ng mga customers	0	Hindi ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
		1. May mga putahe na gulay (Bilang ng putahe: ____)	3	Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
		2. May mga putahe na isda (Bilang ng putahe: ____)		
FOOD SAFETY	Ang karinderya ay pest-free	Araw-araw na pagdi-disinfect at pagsasagawa ng pagcontrol sa mga peste at walang nakikitang peste tulad ng ipis, langaw at daga.	0	Hindi nasusunod ang lahat ng food ingredients storage
		Tignan ang pagkakataon na makakita ng mga sumusunod:	1	Isa (1) lamang sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		1. Nakakita ng daga	2	Tatlo (3) sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		2. Nakakita ng mga ipis sa iba't-ibang bahagi ng karinderya		
		3. Nakakita ng mga langaw sa bahagi ng karinderya kung saan may pagkain	3	Apat (4) o lahat ang nasusunod sa food ingredients storage

**FOOD
SAFETY**

Mayroong available na malinis na tubig para sa inumin	1. Mayroong malinis na tubig na mainom mula sa water purifier, purified water o pinakuluang tubig	0	Hindi ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
	2. Ang tubig na inumin ay nakalagay sa malinis at maayos na lalagyan.	3	Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
Sinusunod ng mga karinderya at mga kasama nito ang tamang paghuhugas ng kamay	Naghuhugas at nagsa-sanitize ng kamay ang karinderya:		0
	1. Bago mag-umpisang magluto, paghawak ng hilaw at lutong pagkain		Hindi ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
	2. Pagkatapos manggaling sa banyo, hawakan ang ibat-ibang bahagi ng katawan at mukha, paghawak sa basura, maruming bagay at kumuha ng bayad.	3	Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
Nakasuot ng malinis at angkop na damit at proper grooming ang karinderya habang nagluluto at nage-serve	May malinis at angkop na pananamit at proper grooming ang karinderya at kanyang katulong:		0
	1. Mayroong suot na hairnet, may sleeve ang damit at naka-apron		Hindi ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
	2. Walang suot na alahas at malinis ang mga kuko		
	3. Sa lalake dapat ay bagong ahit samantalang sa babae ay nakapusod ang buhok at nakapasok sa hairnet	3	Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
Ang mga ibabaw ng lalagyan ng pagkain ay hindi exposed sa anumang source ng contamination	Siguraduhin na hindi exposed ang ibabaw ng lalagyan ng pagkain sa anumang contamination sa pamamagitan ng mga sumusunod:		0
	1. Paglilinis at pagsa-sanitize mesa and gamit bago at pagkatapos maghanda ng pagkain		Hindi ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
	2. Itago ang mga gamit sa pagluluto malayo sa mga alikabok, basura, insekto at iba pa.		
	3. Siguraduhin na malinis ang mga gamit sa pagluluto	3	Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
Ang mga pagkain o lalagyan nito ay may takip	1. May takip ang mga lalagyan ng kanin at ulam bago ito i-serve	0	Hindi ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
	2. Ang 5 minutes na cooling time o pagpapasingaw ng init ng ulam ay nasusunod	3	Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan

SUSTAINABILITY	Waste Management at paghiwa-hiwalay ng basura ay sinusunod	Nagsasagawa ng waste management, waste segregation o paghiwa-hiwalay ng basura at composting (<i>kung kinakailangan</i>)	0	Hindi ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
		1. Magdala ng lalagyan sa mga beneficiaries May takip ang mga basurahan	3	Ginagawa o pina-practice ang First-In, First-Out na pamamaraan
		2. Nakahiwalay ang nabubulok at hindi nabubulok		
		3. Nagpapaalala na		
CUSTOMER EXPERIENCE	Ang Karinderya ay mayroong suot na face mask at face shield.	Siguraduhin na ang mga karinderya ay:	0	Hindi nasusunod ang lahat ng food ingredients storage
		1. Nakasuot ng face mask habang naghahanda ng pagkain	1	Isa (1) lamang sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		2. Nakasuot ng face mask at face shield habang nagsi-serve ng pagkain	3	Apat (4) o lahat ang nasusunod sa food ingredients storage
	Ang Physical distancing sa pagitan ng mga customer ay pinapatupad	Ang karinderya ay mayroong paraan para paalalahanan ang mga customer ng social distancing sa pagkuha ng pagkain:	0	Hindi nasusunod ang lahat ng food ingredients storage
		1. Sinasabihan ang mga customer ng physical distancing sa pagkuha ng pagkain	1	Isa (1) lamang sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		2. May paskil ng nagpapaalala ng social distancing	3	Apat (4) o lahat ang nasusunod sa food ingredients storage
	Ang karinderya ay friendly at magalang sa mga customers	Ang karinderya ay:	0	Hindi nasusunod ang lahat ng food ingredients storage
		1. Bumabati at nakangiti sa mga customer	1	Isa (1) lamang sa 4 ang nasusunod sa food ingredients storage
		2. Nagre-remind sa mga customers na kainin ang kinuhang ulam sa loob ng 2 oras	3	Apat (4) o lahat ang nasusunod sa food ingredients storage
IBA PANG PUNA AT REKOMENDASYON SA KARINDERYA				
MGA BAGAY HINDI NA DAPAT GAWIN	MGA BAGAY NA DAPAT UMPISAHANG GAWIN	MAGANDANG BAGAY NA DAPAT IPAGPATULOY		

PANGALAN AT LAGDA NG KKK

ANNEX B: MID-PROJECT KUMUSTAHAN TEMPLATE

SITE

DATE

HIGHLIGHTS

Paano nakatulong ang nakaraang training sa implementasyon ng proyekto?

LOWLIGHTS

Ano ang mga naging balakid sa maayos na pagpapatakbo ng inyong karinderya?

SUPPORT NEEDED

Paano matutulungan ng JGF/KK upang masolusyonan ang mga nabanggit na balakid?
Hal. Refresher ng training, kopya ng rating tools etc.

ACTION ITEMS

Ano ang commitment ng
bawat kasapi ng proyekto
upang matiyak na maayos
na matatapos ang proyekto?

(Include period/dates covered)

JFG

- 1.
- 2.
- 3.

KASAGANA KA

- 1.
- 2.
- 3.

KARINDERYA OWNER

- 1.
- 2.
- 3.

JGF OBSERVER

ANNEX C: TRAINING EVALUATION

PANUTO: Ilarawan ang iyong karanasan sa training na ito sa pamamagitan ng pag-rate mula 1 (pinakamababa) hanggang 5 (pinakamataas) bata sa mga sumusunod na aspeto.

DETAILS	Excellent	Very Good	Good	Fair	Poor
A. Program Flow (organisasyon ng mga topic at activities)	5	4	3	2	1
B. Time Management (bilis o bagal ng takbo ng session)	5	4	3	2	1
C. Platform: Zoom	5	4	3	2	1
D. Facilitators	5	4	3	2	1

Learnings and Insights

DETAILS	Labis na sumasang-ayon	Sumasang-ayon		Hindi sumasang-ayon	Labis na hindi sumasang-ayon
Natupad ang mga ekspektasyon ko sa training na ito.	5	4	3	2	1
Makakatulong ang mga topic na tinalakay sa pangaraw-araw na hanapbuhay.	5	4	3	2	1