

2

ආහාර

2.1 ආහාර මූලික කරගත් කර්මාන්ත හඳුනා ගනිමු.

මෙම පරිච්ඡේදය අධ්‍යයනය කිරීමෙන් ඔබට,

- ආහාර හා සබැඳි කර්මාන්තවල පැවැත්ම කෙරෙහි බලපාන සාධක හඳුනා ගැනීමටත්,
- සැපයුම්දාමය පිළිබඳ සැලකිලිමත් වෙමින් නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය සැලසුම් කිරීමටත්,
- ආහාර මූලික කර ගත් කර්මාන්තයෙහි යෙදීම සඳහා සුදුනම ප්‍රදර්ශනය කිරීමටත්,
- ව්‍යාපෘති සැලසුම් සකස් කිරීම සඳහා සුදුසු මෘදුකාංගයක් යොදා ගැනීමටත්

හැකියාව ලැබෙනු ඇත.



ලෝකයේ ජීවත් වන විවිධ පුද්ගලයන්ගේ අවශ්‍යතාව අනුව ඔවුන්ගේ රුචිකත්වයට ගැළපෙන පරිදි නව ආහාර ආශ්‍රිත නිෂ්පාදන නිරන්තරයෙන් වෙළෙඳපොළට හඳුන්වා දීම සිදු වේ. එමෙන් ම පවතින නිෂ්පාදන වැඩි දියුණු කර ආහාර කර්මාන්තයෙහි නියැලෙන අනෙකුත් ආයතනවල නිෂ්පාදන හා තරගකාරී මිල ගණන්වලට ඉදිරිපත් කිරීමට ද ආහාර නිෂ්පාදකයන් විසින් කටයුතු කරනු ලැබේ. ඒ අනුව ආහාර නිෂ්පාදකයින් අතර තියුණු තරගයක් ද දක්නට ලැබේ. මෙම තරගයට මුහුණ දීම සඳහා ආහාර නිෂ්පාදන ආයතන විවිධ උපක්‍රම යොදා ගනියි.



ආහාර කර්මාන්තය කෙරෙහි බලපාන සාධක හඳුනා ගනිමින් පාරිභෝගික අවශ්‍යතාවට ගැළපෙන, ගුණාත්මක ආහාර, සෞඛ්‍යාරක්ෂිතව හා නිර්මාණශීලීව ඉදිරිපත් කරන ආකාරය පිළිබඳ මෙම පරිච්ඡේදයේ දී සාකච්ඡා කරනු ලැබේ.

ආහාර ආශ්‍රිත කර්මාන්තවල පැවැත්ම කෙරෙහි බලපාන සාධක

ආහාර නිෂ්පාදනය කරන ආයතනවල නිෂ්පාදන ධාරිතාව, ලාභය සහ පැවැත්ම කෙරෙහි ප්‍රධාන වශයෙන් බලපාන කරුණු කිහිපයක් පහත දක්වා ඇත.

- ජනගහන වර්ධනය
ආහාර සඳහා ඇති ඉල්ලුම දිනෙන් දින වර්ධනය කරයි.
- ගෝලීයකරණය
ආහාර නිෂ්පාදනය සඳහා දේශීය (Local) සහ විදේශීය (Foreign) වෙළෙඳපොළ අවස්ථා නිර්මාණය කරයි.
- වෙළෙඳ ගිවිසුම්
රටවල් අතර ඇති කර ගනු ලබන වෙළෙඳ ගිවිසුම් නිසා පහසුවෙන් විදේශීය වෙළෙඳපොළට නව නිෂ්පාදන අඩු වියදමකින් (කුඩා බදු ප්‍රතිශත සහිත ව) හඳුන්වා දීමේ අවස්ථා ආහාර නිෂ්පාදන ආයතනවලට හිමි වේ.
- සුපිරි වෙළෙඳසැල් ප්‍රචලිත වීම (Supermarkets)
ආහාර නිෂ්පාදකයින් මෙම වෙළෙඳසැල්වල අවශ්‍යතාව පරිදි උසස් ගුණාත්මක බවින් සහ ප්‍රමිතියෙන් යුතු සන්නාම සහිත (Branded) නිෂ්පාදන, තරගකාරීව නිපදවිය යුතු ය.



සුපිරි වෙළෙඳසැලක අභ්‍යන්තර දර්ශනයක්

- ආහාර සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව (Food safety)
මේ පිළිබඳ පාරිභෝගික අවධානය වැඩි වීම නිසා නිෂ්පාදකයෝ තම නිෂ්පාදන රජයේ අනුමත නීතිරීතිවලට අනුකූලව සිදු කිරීමට උත්සුක වෙති.

- සෞඛ්‍ය සම්පන්න ආහාර (Healthy Food) සඳහා පාරිභෝගික අවධානය වැඩි වීම මේ නිසා දේශීය ආහාර, කෘත්‍රීම රසකාරක නොමැති ආහාර, පිෂ්ටය අඩු ආහාර සහ මේදය අඩු ආහාර ආදිය සඳහා ඉල්ලුම වැඩි වී ඇත.
- ආහාර හා සබැඳි සේවා ලබා ගැනීම
සංකීර්ණ ජීවන රටාව නිසා අර්ධ වශයෙන් හෝ අවම වශයෙන් සැකසූ හෝ ක්ෂණික ආහාරවලට පාරිභෝගික ඉල්ලුම වැඩි ය.

ආහාර පරිභෝජනය සඳහා පාරිභෝගිකයා තුළ ඇති අපේක්ෂා

ආහාර සම්බන්ධයෙන් පාරිභෝගිකයාගේ අපේක්ෂා විවිධ වන අතර එම අපේක්ෂා, පුද්ගල සාධක මත වෙනස් විය හැකි ය. එම නිසා ආහාර නිෂ්පාදන කාර්යයේ දී පාරිභෝගික අපේක්ෂා උපරිම වශයෙන් මුදුන්පත් කිරීම සඳහා ක්‍රියා මාර්ග අනුගමනය කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. විශේෂයෙන් යම් ආහාරයක් එම ස්වභාවයෙන් ම අඛණ්ඩව පවත්වා ගැනීමෙන් හෝ සංවර්ධනයක් සහිතව ඉදිරිපත් කිරීමෙන් පාරිභෝගිකයාගේ අපේක්ෂා මුදුන්පත් කිරීමට අදාළ ආහාර නිෂ්පාදකයාට හෝ නිෂ්පාදන ආයතනයට හැකි විය යුතු ය. මෙහි දී පාරිභෝගිකයා විසින් ප්‍රධාන වශයෙන් ආහාරයේ මිල, ආහාර නිෂ්පාදනයේ විවිධත්වය (Food Product Variety), ආහාරයේ ගුණාත්මකභාවය (Food Quality) යනාදි සාධක පිළිබඳ සලකා බලනු ලැබේ.

ආහාර නිෂ්පාදනයක තිබිය යුතු ප්‍රමිති හා පිරිවිතර

ආහාර නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ දී ආහාරයේ ගුණාත්මක බව සහ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව රැක ගැනීමට ආහාර ප්‍රමිති යොදා ගත හැකි ය.

ආහාර සඳහා ප්‍රමිති හා පිරිවිතර යොදා ගැනීමේ වැදගත්කම

- පාරිභෝගිකයාට සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ආහාරයක් ලබා දීම
- පාරිභෝගිකයාට ආහාර සැපයුම්දාමය (Food Chain) පිළිබඳව විශ්වාසය තහවුරු කිරීම
- ගුණාත්මක හා සෞඛ්‍යසම්පන්න ආහාර තෝරා ගැනීමට පහසු කිරීම
- ආහාරවල ගුණාත්මක බව සහ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව සන්නිවේදනය කිරීම

ශ්‍රී ලංකාවේ බහුලව භාවිත වන්නේ ජාත්‍යන්තර ප්‍රමිතිකරණ සංවිධානය (ISO) සහ ශ්‍රී ලංකා ප්‍රමිති ආයතනය (SLS) මගින් නිර්දේශිත ප්‍රමිති වේ.



ක්‍රියාකාරකම් 2.1



පහත සඳහන් වෙබ් ලිපිත භාවිත කර ISO (International Organization for Standardization) සහ SLS (Sri Lanka Standards) පිළිබඳ තොරතුරු ගවේෂණය කරන්න.

www.iso.org

www.sls.lk

ඔබ ලබාගත් තොරතුරු ඇසුරින් එම ප්‍රමිති පිළිබඳ පෝස්ටරයක් නිර්මාණය කර පාසලේ දැන්වීම් පුවරුවේ ප්‍රදර්ශනය කරන්න.

සෞඛ්‍යාරක්ෂිත සහ ඉහළ ගුණාත්මක බවින් යුතු ආහාර පිළියෙල කිරීම

ආහාර නිෂ්පාදනයේ දී හොඳ නිෂ්පාදන පුරුදු (GMP - Good Manufacturing Practices) භාවිතයෙන්, ඉහළ ගුණාත්මක බවකින් සහ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බවකින් යුතු ආහාර පාරිභෝගිකයින්ට ලබා දීමට නිෂ්පාදකයාට හැකියාව ලැබේ. හොඳ ආහාර නිෂ්පාදන පුරුදු ප්‍රධාන වශයෙන් කොටස් හතරකට බෙදා වර්ග කළ හැකි ය.

- පුද්ගල සනීපාරක්ෂාව
 - ක්‍රමවත් ලෙස අවශ්‍යතාව අනුව දෑත් සේදීම
 - පිරිසිදු නිල ඇඳුම් ඇඳීම
 - සුදුසු හිස් ආවරණ පැලඳීම
 - ආහාර නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය අතරතුර ආහරණ සහ ඔරලෝසු භාවිත නොකිරීම
 - නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය අතරතුර ආහාර නොගැනීම සහ දුම් පානය නොකිරීම



ආරක්ෂිත ඇඳුම් පැලඳුම්

- ආහාර නිෂ්පාදනය කරන ස්ථානයේ පිරිසිදුකම සහ පහසුකම්
 - අත් සේදීමට අවශ්‍ය පහසුකම් සහිත වෙන් කරන ලද ස්ථානයක් පවත්වා ගෙන යාම
 - ආහාර නිෂ්පාදනය කරන ස්ථානයට හොඳින් එළිය හා වාතාශ්‍රය ලැබීමට සැලැස්වීම
 - සකස් කරන ලද ආහාර නියමිත පරිදි ගබඩා කිරීමේ පහසුකම් තිබීම
 - සකස් කරන ලද ආහාර, පිළියෙල නොකළ ආහාරවලින් (Raw Materials) වෙන් කොට ගබඩා කිරීමට අවශ්‍ය පහසුකම් තිබීම
 - නිසි පරිදි පළිබෝධ පාලන ක්‍රම අනුගමනය කිරීම
උදාහරණ:- මීයන්, කැරපොත්තන්, සහ මැස්සන් පාලනය
- ප්‍රමිතියෙන් යුතු උපකරණ (Equipment) සහ භාජන (Utensils) භාවිතය
 - පහසුවෙන් පිරිසිදු කළ හැකි සහ ආහාර සමග ප්‍රතික්‍රියා නොකරන අමුද්‍රව්‍යවලින් නිර්මාණය කරන ලද ඒවා වීම
උදාහරණ :- මළ නොබැඳෙන වානේ භාජන
 - පහසුවෙන් නඩත්තු කළ හැකි වීම
- නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය පාලනය කිරීම
 - උෂ්ණත්වය වැනි භෞතික සාධක පාලනය පිළිබඳ දත්ත නිරතුරුව ලබා ගැනීම සහ වාර්තා පවත්වා ගෙන යෑම

උෂ්ණත්වය පිළිබඳ වාර්තාව


ස්ථානය:








දිනය	වේලාව	උෂ්ණත්වය

- අමුද්‍රව්‍ය පිළිබඳව නිසි පරිදි වාර්තා තබා ගැනීම
- සියලු ම ආහාර නිෂ්පාදන සඳහා හඳුනා ගැනීමේ අංකයක් (Identification Number) හෝ කේතයක් ලබා දීම
- ආහාර තත්ත්ව පාලනය පිළිබඳව අවශ්‍ය පරීක්ෂණ සිදු කිරීම සහ වාර්තා තබා ගැනීම

ආහාර නියමිත පරිදි සකස් කිරීමේ ක්‍රියාවලිය

නිෂ්පාදනය කරනු ලබන ආහාර වර්ගය අනුව උපයෝගී කර ගත යුතු ක්‍රම වෙනස් වේ. නමුත් සෑම ආහාරයක් ම පිළියෙල කිරීමේ දී පොදු ක්‍රියාවලියක් අනුගමනය කළ යුතු වේ.

පියවර	උදාහරණ	
නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියට සුදුසු අමුද්‍රව්‍ය තෝරා ගැනීම	<ul style="list-style-type: none"> • හොඳින් මේරූ, පළිබෝධවලින් තොර අමුද්‍රව්‍ය තෝරා ගැනීම 	

<p>පිරිසිදු කිරීම</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ධාන්‍යවලින් ගල් වැලි ඉවත් කිරීම • එළවළු පලතුරු හොඳින් සෝදා පිරිසිදු කිරීම (ක්ලෝරින් කෘත ජලයෙන් 0.1%) 	
<p>අනවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය ඉවත් කිරීම</p>	<ul style="list-style-type: none"> • එළවළු පලතුරුවල පොතු ඉවත් කිරීම • ඇටවලින් පොතු ඉවත් කිරීම 	
<p>කොටස්වලට වෙන් කිරීම (Disintegration)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ආහාර අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට කොටස් කිරීම මේ සඳහා කැපීම (Cutting), ඇඹරීම (Grinding), පල්ප සෑදීම (Pulping), වැනි ද දැක්විය හැකි ය. 	
<p>අවශ්‍ය අනෙකුත් අමුද්‍රව්‍ය සමග මිශ්‍ර කිරීම</p>	<ul style="list-style-type: none"> • අවශ්‍ය පරිදි සීනි, ලුණු, කුළුබඩු, හෝ අනෙකුත් අවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය සමග මිශ්‍ර කිරීම 	
<p>අවශ්‍ය පරිදි පිසීම</p>	<ul style="list-style-type: none"> • සාදාගත් ආහාරමිශ්‍රණය අවශ්‍ය උෂ්ණත්වයේ නියමිත කාලයක් සඳහා රඳවා තබා ගැනීම (පැස්ටරීකරණය හෝ ජීවාණුහරණය) 	
<p>ඇසිරීම හා ලේබල් කිරීම</p>	<ul style="list-style-type: none"> • සුදුසු පරිදි ඇසුරුම් යොදා ගෙන ඇසිරීම (ටින්, වීදුරු භාජන, කාඩ්බෝඩ් පෙට්ටි, පොලිතින් කවර) ලේබලය ආකර්ෂණීය විය යුතු අතර එහි නිෂ්පාදකයාගේ තොරතුරු, කල් ඉකුත් වන දිනය සහ ගබඩා කළ යුතු ආකාරය අඩංගු විය යුතු ය 	
<p>ගබඩා කිරීම</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ආහාරයේ ස්වභාවය අනුව කාමර උෂ්ණත්වයේ හෝ ශීත තත්ත්ව යටතේ ගබඩා කිරීම 	

ක්‍රියාකාරකම 2.2



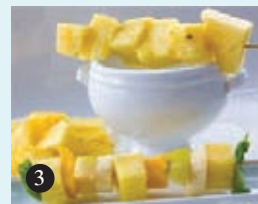
අන්තෘපි අවම ලෙස සකසමු

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය හා උපකරණ :-

- ඉදුනු අන්තෘපි ගෙඩියක්
- ජලය සහිත බඳුනක්
- පිහියක්
- 0.1% සිටිරික් අම්ලය ද්‍රාවණයක්

ක්‍රමය

- අන්තෘපි ගෙඩියේ පොතු ඉවත් කරන්න (1 රූපය).
- එය උචිත පරිදි කැබලිවලට කපා ගන්න (2 රූපය).
- කපාගත් අන්තෘපි කැබලි සිටිරික් අම්ලය (0.1%) සහිත ජලයේ මිනිත්තු කිහිපයක් (මිනිත්තු 5 ක් පමණ) ගිල්වා තබන්න.
සිටිරික් අම්ලය වෙනුවට දෙනි යුෂ මිශ්‍ර කරන ලද ජලයේ ගිල් වීම ද කළ හැකි ය. එමගින් අන්තෘපි කැබලි දුඹුරු පැහැ ගැන්වීම වළකිය.
- ජලය පෙරා ඉවත් කරන්න.
- සුදුසු පරිදි ඇසුරුම් කරන්න.

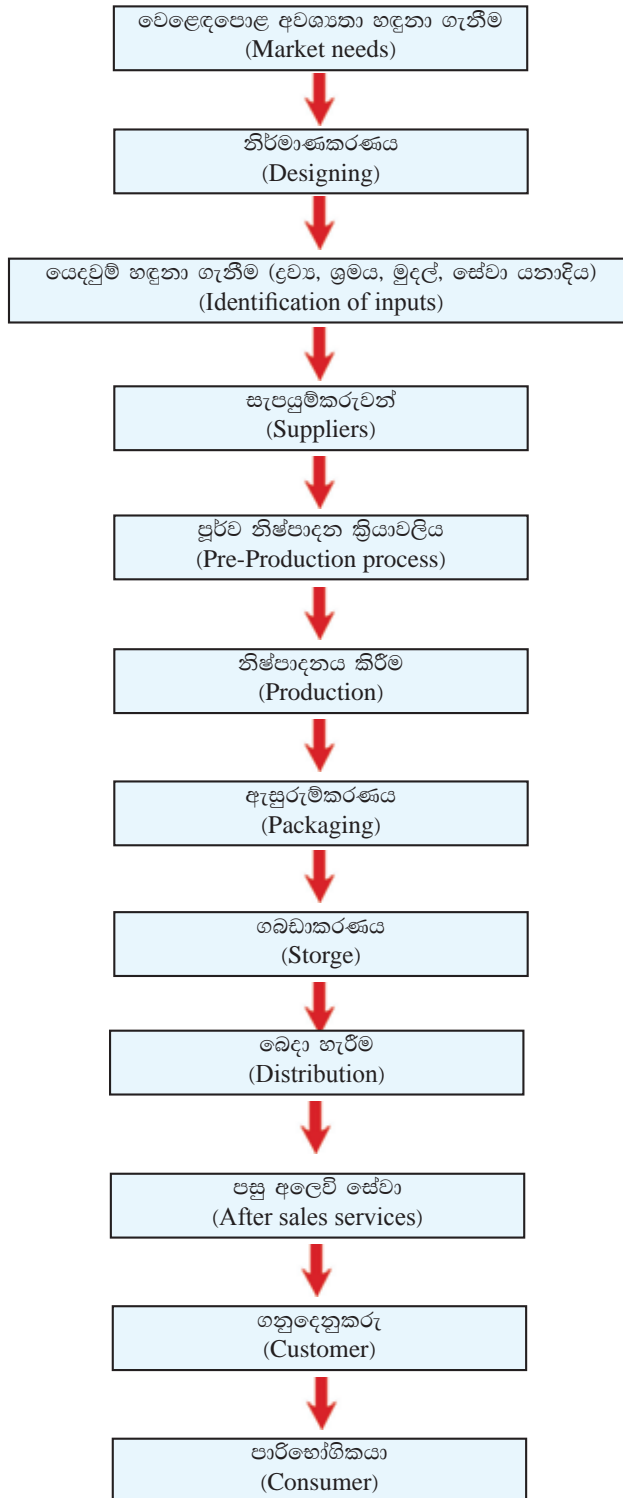


අස්වනු බහුල අවදියේ දී එළවළුවක් හෝ පලතුරක් අවම වශයෙන් සැකසීම සිදු කරන ආකාරය පන්ති කාමරයේ දී අත්හදා බලන්න.

ආහාර මූලික කර ගත් කර්මාන්ත සැලසුම් කිරීම

ආහාර මූලික කරගත් කර්මාන්තයක් ආරම්භ කිරීමට පෙර සැලසුමක් සකස් කර ගැනීම ඉතා වැදගත් වේ. මෙහි දී වෙළෙඳපොළ හඳුනා ගෙන එහි අවශ්‍යතාවලට අනුකූලව අලෙවි කරන ප්‍රමාණය තීරණය කළ යුතු වේ. තව ද පළාතේ පවතින සුලබ අමුද්‍රව්‍ය යොදා ගනිමින් ආහාර නිෂ්පාදනය සැලසුම් කිරීමෙන් වැඩි ලාභයක් උපයා ගත හැකි වේ. උදාහරණයක් ලෙස වැඩි ඉල්ලුමක් පවතින ආහාර ද්‍රව්‍ය හඳුනා ගෙන ඒවා වැඩි වශයෙන් නිෂ්පාදනය කළ යුතු වේ.

පහත දක්වා ඇත්තේ නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියක් සැලසුම් කර ගත යුතු ආකාරය පිළිබඳ දළ සටහනකි. මෙම පරිච්ඡේදයේ අඩංගු ව්‍යාපෘතිය කියවීමෙන් ඔබට මේ පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා ගත හැකි වේ.



දේශීය ආහාර පරිභෝජනය දිරිමත් කිරීම

දේශීය වශයෙන් නිපදවන ආහාරවල රසය, පෝෂ්‍යදායී බව සහ ගුණාත්මක බව ඉතා ඉහළ අගයක පවතී.

උදාහරණ :- දේශීය වී ප්‍රභේද සඳහා පාරිභෝගික මෙන් ම ගොවියන්ගේ ද වැඩි අවධානයක් යොමු වී තිබේ.

ශ්‍රී ලංකාවේ විවිධ පළාත්වල විවිධ ආහාර වර්ග සුලබ වශයෙන් දක්නට ලැබේ. පහත වගුවේ දක්වා ඇත්තේ ඒ සඳහා උද්‍යෝග කිහිපයකි.

පළාත	බහුලව පවතින ආහාර වර්ග
උතුරු පළාත	තල්, අඹ, මාළු, රතු ලුණු, මිරිස්, කෙසෙල්, නෙල්ලි, සියඹලා
උතුරු මැද පළාත	සහල්, මිරිස්, කපු, මාෂබෝග, දිවුල්, පහතරට එළවළු, බඩ ඉරිගු
වයඹ පළාත	පොල්, කපු, සහල්, පහතරට එළවළු, ඉස්සන්, මාළු, මාෂබෝග, දෙහි, අඹ
මධ්‍යම පළාත	උඩරට එළවළු, අර්තාපල්, අලිගැටපේර, පීචි, පෙයාස්, ස්ට්‍රෝබෙරි, තේ, සාදික්කා, කරාඬු නැටි, කරඳමුංගු, වැනිලා, දුරියන්, කෙසෙල්, කිතුල්, කිරි
නැගෙනහිර පළාත	මාළු, ඉස්සන්, කකුළුවන්, සහල්, බඩඉරිගු
බස්නාහිර පළාත	පොල්, කොස්, දෙහි, සහල්, මැංගුස්, සැපතිල්ලා, අන්නාසි, රඹුටන්, කපු, දුරියන්, කෙසෙල්, ගම්මිරිස්, සියඹලා, කෝපි, මාළු, බිත්තර
උතුරු පළාත	උඩරට එළවළු, තේ, සහල්, කෙසෙල්, පැපොල්, අලිගැට පේර, දොඩම්, රට කපු
සබරගමු පළාත	කිතුල්, දුරියන්, කෝපි, එනසාල්, කරාඬු නැටි, තේ
දකුණු පළාත	මාළු, මී කිරි, සියඹලා, කුරුඳු, දිවුල්, කොමඩු, කෙසෙල්, සහල් සහ වෙනත් විවිධ ධාන්‍ය වර්ග, පහතරට එළවළු

ආහාර ආශ්‍රිත නිෂ්පාදනයක් ආරම්භ කිරීමේ දී තම ප්‍රදේශයේ බහුලව පවතින අමුද්‍රව්‍ය තෝරා ගැනීමෙන් නිෂ්පාදන පිරිවැය අඩු කර ගෙන වැඩි ලාභයක් ලබා ගත හැකි ය. මීට අමතර ව බොහෝ අස්වනු වාරවල දී එළවළු සහ පලතුරු ඉතා විශාල ලෙස අපතේ යාම ශ්‍රී ලංකාවේ සුලබ සංසිද්ධියකි. උදාහරණ ලෙස අඹ, දෙහි, දිවුල් සහ කොස් වැනි පලතුරු ද බොහෝ උඩරට සහ පහතරට එළවළු වර්ග ද දැක්විය හැකි ය. එම නිසා ව්‍යවසායකයකුට (Entrepreneur) තම ප්‍රදේශයේ සුලබව දැකිය හැකි අමුද්‍රව්‍යයක් යොදා ගනිමින් ආහාර මූලික කර ගත් ව්‍යාපාරයක් ආරම්භ කළ හැකි ය.

ව්‍යාපෘතියක් ඇසුරින් ආහාර මූලික කරගත් කර්මාන්තයක් ආරම්භ කරමු

දේශීය අමුද්‍රව්‍ය බොහෝ අවස්ථාවල ප්‍රයෝජනයට නොගෙන අපතේ යන අවස්ථා අප කොතෙකුත් දැක ඇත. මෙසේ සුලබ දේශීය අමුද්‍රව්‍ය යොදා ගනිමින් දේශීය මෙන් ම විදේශීය සංචාරකයින් ඉලක්ක කර ගනිමින් ප්‍රමිතියෙන් යුතු ආහාර මූලික කරගත් කර්මාන්තයක් ආරම්භ කළ හැකි ය.

සැලසුම් කිරීම

මෙහි දී පළමු ව ආහාර කර්මාන්තය ආශ්‍රිතව පවතින ගැටලු හඳුනාගත යුතු වේ. ඉහත හඳුනා ගත් ගැටලුව වන ආහාර සඳහා ගත හැකි දේශීයව සුලබ අමුද්‍රව්‍ය අපතේ යාම සඳහා පවතින විකල්ප විසඳුම් අතරින් සුදුසු විසඳුමක් තෝරා ගැනීමට අවධානය යොමු කළ යුතු ය.

ආහාර මූලික කරගත් ව්‍යාපෘතියක් සැලසුම් කිරීමේ දී පහත දැක්වෙන කරුණු පිළිබඳ විශේෂයෙන් සැලකිලිමත් විය යුතු ය.

- වෙළෙඳපොළ ආහාර අවශ්‍යතා හඳුනා ගැනීම
- ව්‍යාපෘතිය ක්‍රියාත්මක කිරීමේ දී මුහුණ දීමට සිදු වන අභියෝග හඳුනා ගැනීම
- ආහාර හා සබැඳි කර්මාන්ත කෙරෙහි බලපාන සාධක පිළිබඳ සැලකිලිමත් වීම
- නිෂ්පාදන ධාරිතාව, අලෙවි කරන ප්‍රමාණ, යෙදවුම්, මානව හා භෞතික සම්පත් හඳුනා ගැනීම

ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම

ව්‍යාපෘතිය ආරම්භ කිරීමට පෙර ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කර ගැනීමෙන් ක්‍රියාවලිය නිසි පරිදි කළමනාකරණය කර ගත හැකි ය. ඔබගේ පාසලේ පවතින පරිගණක පහසුකම් යොදා ගනිමින් ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම පිළියෙල කර ගැනීමට කටයුතු කළ හැකි ය. පරිගණකය ආශ්‍රිතව ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කර ගන්නා ආකාරය මෙම පරිච්ඡේදය අවසානයේ ඉදිරිපත් කර ඇත.

	කාර්යය	කාල රාමුව		
		සතිය (1)	සතිය (2)	සතිය (3)
1.	මූලික සාකච්ඡාව හා ව්‍යාපෘති ඉලක්ක හඳුනා ගැනීම			
2.	ව්‍යාපෘතිය ක්‍රියාත්මක කිරීමේ දී මුහුණ දීමට සිදුවන අභියෝග හඳුනා ගැනීම	■		
3.	නිෂ්පාදන ධාරිතාව, අලෙවි කරන ප්‍රමාණ, යෙදවුම් මානව හා භෞතික සම්පත් හඳුනා ගැනීම	■		
4.	නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය හා ක්‍රමවේදයන් තිබිය යුතු පිරිවිතර සකස් කිරීම		■	
....		■	
....			■
....		■	■
....	නිෂ්පාදන සැලසුම් ක්‍රියාත්මක කිරීම වෙළෙඳපොළට ඉදිරිපත් කිරීම ව්‍යාපෘතිය අවසාන කිරීම			■

තීරණ ගැනීම සහ ක්‍රියාත්මක කිරීම

ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සකස් කිරීමෙන් පසු ව්‍යාපෘතිය ක්‍රියාත්මක කිරීමට මූලික වන මානව සාධක සහ භෞතික සාධක සපයා ගන්නා ආකාරය, පිරිවැය ගණනය, බෙද හැරීම සහ අලෙවි කිරීමේ වැඩ පිළිවෙළ පිළිබඳ තීරණගත යුතු ය. ඉන් පසු නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව රඳවා තබා ගනිමින් ව්‍යාපෘතිය ක්‍රියාත්මක කළ යුතු ය.

පසු විපරම

ව්‍යාපෘතිය අවසානයේ ඔබ විසින් සිදු කරන ලද නිෂ්පාදනයේ පාරිභෝගික තෘප්තිය පිළිබඳව ශිෂ්‍යයන්ගේ, ගුරු මණ්ඩලයේ සහ වෙනත් අයගේ අදහස් ලබා ගැනීම සඳහා පසු විපරමක් සිදු කළ යුතු ය. මේ සඳහා ප්‍රශ්නාවලියක්, සමීක්ෂණ පත්‍රිකාවක් හෝ වෙනත් සුදුසු ක්‍රමවේදයක් අනුගමනය කළ හැකි ය.

පාරිභෝගික තෘප්තිය පිළිබඳ විමසා බැලිය හැකි සමීක්ෂණ පත්‍රිකාවක ආකෘතියක් (Consumer Satisfaction Survey Form) පහත දක්වා ඇත.

පාරිභෝගික තෘප්තිය පිළිබඳ සමීක්ෂණ පත්‍රිකාව				
සාධකය	ඇගයීම			යෝජනා
	හොඳයි	සාමාන්‍යයි	වැඩි දියුණු විය යුතුයි	
රසය			✓	පැණ රස වැඩියි
සුවඳ				
පෙනුම/ ස්වභාවය				
මිල				
ප්‍රමාණය				
ඇසුරුම්කරණය				

ඉහත පරිදි සැලසුම් කර අවසන් කළ ව්‍යාපෘතියක් පිළිබඳ තොරතුරු පහත දක්වා ඇත. එය හොඳින් අධ්‍යයනය කරන්න.

පාසල් අධ්‍යාපනය හමාර කළ සුනිල් තමා ජීවත්වන ගම් ප්‍රදේශයේ බහුලව පවතින තල් (*Borassus Flabellifer*) ගසේ ගෙඩි යොදා ගනිමින් සිදු කළ හැකි කර්මාන්තයක් ලෙස තල්කිරි මුසු කර නව යෝගට් නිෂ්පාදනයක් වෙළෙඳපොළට ඉදිරිපත් කිරීමට කටයුතු කළේ ය. ඔහු විසින් අනුගමනය කරන ලද පියවර පහත දැක් වේ.

පියවර 1

තල් කිරි මිශ්‍ර යෝගට් සඳහා වෙළෙඳපොළ අවස්ථා හඳුනා ගැනීම

- ඉලක්ක කරන ගනුදෙනුකරුවන් හඳුනා ගැනීම සහ ඔවුන්ගේ වුවමනා හා අවශ්‍යතා හඳුනා ගැනීම

පියවර 2

යෙදවුම් සහ සැපයුම්කරුවන් හඳුනා ගැනීම

- තම නිෂ්පාදන සඳහා අවශ්‍ය තල් ගෙඩි සපයා ගන්නා අයුරු තීරණය කිරීම
- නිෂ්පාදනයේ සහ යොදාගන්නා උපකරණවල පිරිවිතර තීරණය කිරීම
- තල්කිරි නිෂ්පාදනය කිරීමේ තාක්ෂණික ක්‍රියාවලිය තීරණය කිරීම
- කිරි, සීනි, ජෙලටින්, මුහුන්, වර්ණක සහ යෝගට් කෝස්ප මිල දී ගත හැකි ස්ථාන සොයා ගැනීම
- යෝගට් සඳහා බීජෝෂණ කුටියක් නිර්මාණය කර ගැනීම
- යෝගට් නිෂ්පාදනය ශීත කිරීමට අවශ්‍ය ශීත ගබඩා පහසුකම් සපයා ගැනීම
- මූල්‍ය අවශ්‍යතා සපුරා ගැනීමට සහ තාක්ෂණික දැනුම වැඩි දියුණු කර ගැනීමට කටයුතු කිරීම.
මූල්‍ය අවශ්‍යතා සපුරා ගැනීම සඳහා වාණිජ බැංකු මඟින් ලබා දෙන සුළු හා මධ්‍ය පරිමාණ ව්‍යාපාර දිරි ගැන්වීමේ විශේෂ මූල්‍ය ආධාර ක්‍රම ගැන සොයා බැලීම
- මූල්‍ය නොවන උපකාර ලබා ගැනීම සඳහා විවිධ ආයතන සම්බන්ධ කර ගැනීම

තව ව්‍යාපාරයක් ඇරඹීම සඳහා අවශ්‍ය තාක්ෂණික සහාය, නීති උපදෙස් මෙන් ම අලෙවි ප්‍රවර්ධන ක්‍රම සහ ව්‍යාපාර ලියාපදිංචිය පිළිබඳ උපදෙස් ලබා ගැනීමට විවිධ රාජ්‍ය ආයතන සහ පෞද්ගලික ආයතන ශ්‍රී ලංකාවේ ඇත.

උදාහරණ :-

- ලංකා කාර්මික සංවර්ධන මණ්ඩලය
(Industrial Development Board of Sri Lanka -www.idb.gov.lk)
- කාර්මික තාක්ෂණික ආයතනය
(Industrial Technology Institute-www.iti.lk)
- ජාතික ආධුනිකත්ව සහ කාර්මික පුහුණු කිරීමේ අධිකාරිය
(National Apprentice and Industrial Training Authority-www.naita.gov.lk)
- පශ්චාත් අස්වැන්න පිළිබඳ තාක්ෂණ ආයතනය
(Institute of Post Harvest Technology-www.ipht.lk)

පියවර 3

පහත කරුණු අන්තර්ගත ව්‍යාපාර සැලැස්ම සකස් කිරීම

- ව්‍යාපාරය පිළිබඳ විස්තර
- වෙළෙඳපොළ සහ වෙළෙඳ පොළ කොටස
- අපේක්ෂිත විකුණුම් ඇස්තමේන්තුව
- අලෙවිකරණය
- බෙදා හැරීම හෝ සැපයීම
- සම්පත් කළමනාකරණ සැලැස්ම
- ගිණුම් කටයුතු

පියවර 4

නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය සැලසුම් කිරීම

- පූර්ව නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය මඟින් නියම ආකාරයෙන් තල්කිරී මිශ්‍ර යෝග්‍ය නිෂ්පාදනය අත්හදා බලමින් යෝග්‍ය සහ මිශ්‍ර කළ හැකි උපරිම තල්කිරී ප්‍රමාණය සොයා ගැනීම
- නව නිෂ්පාදන කෙරෙහි පාරිභෝගික රුචිකත්වය දැන ගැනීම සහ අනෙකුත් ගුණාත්මක ලක්ෂණ සොයා ගැනීම
- නිෂ්පාදන ධාරිතාව සහ ඒකක ප්‍රමාණය තීරණය කිරීම
- පරිපූරක ක්‍රම තීරණය කිරීම
 - ආහාර නිෂ්පාදනයක් කිරීමට සැලසුම් කරන විට පරිපූරක ක්‍රම වන, ශීතනය, අධි ශීතනය, විජලනය, සාන්ද්‍ර සීනි / ලුණු යෙදීම, පැසවීම, පැස්වරීකරණය සහ ජීවාණුහරණය ආදිය පිළිබඳ අවධානය යොමු කිරීම අනිවාර්ය වේ.
- නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ දී හොඳ නිෂ්පාදන පුරුදු (Good Manufacturing Practices -GMP) සහ SLS ප්‍රමිති අනුගමනය කිරීම

පියවර 5

ඇසුරුම්කරණය සහ ලේබල් කිරීම

- සන්නාමය (Brand Name) හා ලාංඡනය (Business Logo) සකස් කිරීම

සන්නාමය :- සුනිල් ඇග්‍රෝ ප්‍රොඩක්ට්ස් (Sunil Agro Products)

ලාංඡනය :-



- තල්කිරි මිශ්‍ර යෝගට් සඳහා වෙළඳ නාමයක් (Trade Name) තීරණය කිරීම
උදාහරණ:- පිරිසුදු තල්කිරි මිශ්‍ර යෝගට්
(සන්නාමය සහ වෙළඳ නාමය පාරිභෝගික පිළිගැනීම සහ විශ්වාසය ගොඩ නැගීමට අත්‍යවශ්‍ය කාරණා ලෙස සැලකිය හැකි ය.)
- සුදුසු ඇසුරුමක් තෝරා ගැනීම
සුදුසු ඇසුරුමක් තෝරා ගැනීම මගින් අත්කර ගත හැකි වාසි
 - පරිභෝජනය කරන තෙක් නිෂ්පාදනය බාහිර උපද්‍රවවලින් ආරක්ෂා කිරීම
 - නිෂ්පාදනය සඳහා පාරිභෝගික ආකර්ෂණය සහ විශ්වාසය දිනා ගැනීම
 - නිෂ්පාදනයේ වටිනාකම වැඩි කිරීම සහ එයට ප්‍රවර්ධනයක් ලබා දීම
 - නිෂ්පාදනයේ ගුණාත්මක භාවය ආරක්ෂා කිරීම
 - නිෂ්පාදනයට වෙළෙඳපොළේ දී අනන්‍යතාවක් ලබා දීම
 - ප්‍රවාහනය පහසු කිරීම
- පහත සඳහන් කරුණු ඇතුළත් කොට ලේබලයක් සකස් කර ගැනීම
 - අඩංගු ද්‍රව්‍ය
 - ශුද්ධ බර හෝ ප්‍රමාණය (g/ml)
 - නිෂ්පාදිත දිනය හා කල් ඉකුත් වීමේ දිනය
 - නිෂ්පාදනය ගබඩා කළ යුතු හා ප්‍රවාහනය කළ යුතු ආකාරය
 - ප්‍රමිති/පිරිවිතරවලට අනුකූල බව (SLS/ISO)
 - නිෂ්පාදකයාගේ තොරතුරු (ලිපිනය, දුරකථන අංකය, ෆැක්ස් අංකය, විද්‍යුත් තැපැල් ලිපිනය)

පියවර 6

ගබඩාකරණය

- අමුද්‍රව්‍ය ගබඩා කර තැබීම
- නිෂ්පාදන වෙළෙඳපොළට ප්‍රවාහනය කරන තුරු සහ පාරිභෝගිකයා අතට පත්වන තුරු ගබඩා කර තැබීම
නිෂ්පාදනය අනුව ශීත හෝ කාමර උෂ්ණත්වයේ ගබඩා පහසුකම් සකස් කළ හැකි ය. ගබඩා පහසුකම් ඉතා හොඳින් නඩත්තු කිරීම හා පලිබෝධ පාලනය ද වැදගත් අංගයක් වේ.

පියවර 7

බෙදා හැරීම

- නව නිෂ්පාදනය වෙළෙඳපොළට ඉදිරිපත් කිරීම
- වෙළෙඳපොළට ඉදිරිපත් කිරීමේ ක්‍රම තීරණය කිරීම
 - සෘජුව ම තමා විසින් ම පාරිභෝගිකයාට විකිණීම
 - සිල්ලර හා තොග වෙළඳුන් මගින් විකිණීම
 - වෙළඳ නියෝජිතයින් මගින් (ව්‍යාපාරය දියුණු වූ පසුව) විකිණීම

පියවර 8

වෙළෙඳ ප්‍රචාරණය හා පාරිභෝගික පසු අලෙවි සේවා පවත්වාගෙන යාම

- වෙළෙඳ ප්‍රචාරණ ක්‍රම යොදා ගැනීම
 - මේ සඳහා නිෂ්පාදනය පිළිබඳව අත් පත්‍රිකාවක් මුද්‍රණය කර බෙදාහැරීම, දැන්වීමක් මුද්‍රණය කර නගරයේ දැන්වීම් පුවරුවල ඇලවීම, ප්‍රසිද්ධ ස්ථානවල බැනර් හෝ පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කිරීම කළ හැකි ය.

● පාරිභෝගික පසු අලෙවි සේවා සැපයීම

- තම නිෂ්පාදනය මිල දී ගත් පාරිභෝගිකයා තෘප්තිමත් කිරීම සඳහා විවිධ ක්‍රියාමාර්ග යොදා ගැනීම
- පාරිභෝගික පසු අලෙවි සේවා (after sales services) සිදු කළ හැකි ආකාර තීරණය කිරීම
- හැකි සෑම විට ම තම නිෂ්පාදනය පිළිබඳව පාරිභෝගික ප්‍රතිචාරය ලබා ගැනීම සඳහා කටයුතු කිරීම
- සෑම විට ම පාරිභෝගික පැමිණිලි පිළිබඳ ව සැලකිලිමත් වෙමින් අදාළ ගැටලු ක්ෂණිකව විසඳීම

උදාහරණ:-

කැඩිබිඳී හෝ හානියට පත් නිෂ්පාදන ක්ෂණිකව මාරු කර දීම සහ අදාළ සිදුවීම් පිළිබඳ කනගාටුව ප්‍රකාශ කිරීම
 නිෂ්පාදනයක් මාරු කිරීමට පැමිණි පාරිභෝගිකයෙකුට එය පහසුවෙන් කර දීම
 අදාළ හානියට ආදේශකයක් පිළිබඳව පාරිභෝගිකයා දැනුවත් කිරීම

පසු අලෙවි සේවා සැපයීමේ වාසි

- පාරිභෝගිකයා නිෂ්පාදනය කෙරෙහි රඳවා තබා ගනියි.
- පාරිභෝගිකයා විසින් නිෂ්පාදනය පිළිබඳ විශ්වාස කිරීමත් ඒ පිළිබඳව අන් අයට පැවසීමත් සිදු කරන අතර ඒ මගින් වැඩිපුර පාරිභෝගිකයින් සංඛ්‍යාවක් අදාළ නිෂ්පාදනය මිල දී ගැනීමට පොළඹවනු ලබයි.
- පාරිභෝගිකයා හා අදාළ ආයතන අතර බැඳීම වැඩි දියුණු කරයි.

ඔබ ප්‍රදේශයේ සුලබව ඇති ආහාරයට ගත හැකි ද්‍රව්‍යයක් යොදා ගෙන වෙළෙඳපොළට නව නිෂ්පාදනයක් හඳුන්වා දීම සඳහා ව්‍යාපෘතියක් සැලසුම් කර ක්‍රියාත්මක කරන්න. ඒ පිළිබඳව පන්ති භාර ගුරුතුමා හෝ ගුරුතුමිය සමඟ සාකච්ඡා කරන්න. පන්තිය කණ්ඩායම්වලට බෙදී එක් ව්‍යාපෘතියක් හෝ ව්‍යාපෘති කිහිපයක් වුව ද සිදු කළ හැකි ය.

පරිගණක මෘදුකාංග භාවිත කරමින් ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කරමු

ජීවිතය පුරා මතකයෙන් ඇත් නොවන අත්දැකීම් බවට පත් වන්නේ කැමැත්තෙන් හා ක්‍රියාශීලී ලෙස යම් කාර්යක් සාර්ථකව නිම කළ විටක දී ය. සාර්ථකව කාර්යයක් නිම කිරීමට නම් ඒ සඳහා ගත කරන කාලය කළමනාකරණය කිරීම සඳහා ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සකස් කිරීම ඉතා වැදගත් වේ.

ව්‍යාපෘතියක් සැලසුම් කර ක්‍රියාත්මක කිරීමේ දී එම ව්‍යාපෘති කාර්යය තුළ විවිධ වූ පියවර මැනවින් ක්‍රමවත්ව හා ආකර්ෂණීයව සිදු කිරීමට පරිගණක මෘදුකාංග භාවිත කළ හැකි ය. ව්‍යාපෘති සකස් කිරීමේ ක්‍රියාවලියේ දී පහත අවස්ථා වෙත අවධානය යොමු කරන්න.

කාර්යය	භාවිත කළ හැකි මෘදුකාංග විශේෂ	උදාහරණ
01. ව්‍යාපෘති ලේඛන සැකසීම	වදන් සැකසුම් මෘදුකාංග (Word Processing Software)	MS Word LibreOffice Writer InDesing
02. ව්‍යාපෘතියට අදාළ මුදල් ලේඛන සැකසීම/වගු පුස්ථාර සැකසීම	පැතුරුම්පත් මෘදුකාංග (Spreadsheet Software)	MS Excel LibreOffice Calc
03. ව්‍යාපෘතිය අන් අයට ප්‍රදර්ශනය කිරීම හෝ විස්තර කිරීම	සමර්පණ මෘදුකාංග හෝ විද්‍යුත් ඉදිරිපත් කිරීමේ මෘදුකාංග (Presentation Software)	MS PowerPoint LibreOffice Impress Corel Presentation
04. ව්‍යාපෘතියේ ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සැකසීම	ව්‍යාපෘති සැලසුම් කිරීමේ මෘදුකාංග (Project management Software)	Gantt Project MS Project

ව්‍යාපෘති සකස් කිරීම සඳහා පවතින පරිගණක මෘදුකාංග අතරින් Microsoft Project සහ Gantt Project යන මෘදුකාංග ඔබට පාසල් පරිගණක විද්‍යාගාරයේ දී පහසුවෙන් භාවිත කළ හැකි ය.

Gantt Project පරිගණක මෘදුකාංගය භාවිත කරමින් ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කරන ආකාරය මෙහි විස්තර කර ඇත.

පරිගණක විද්‍යාගාරය භාර ගුරුතුමාගේ සහාය හා උපදෙස් ලබාගෙන Gantt Project හෝ වෙනත් ව්‍යාපෘති සැලසුම් කිරීමට සුදුසු මෘදුකාංගයක් අන්තර්ජාලය භාවිත කරමින් බාගත (Download) කර ගන්න. Gantt Project මෘදුකාංගය ලබා ගැනීම සඳහා පහත දැක්වෙන අන්තර්ජාල ලිපිනය භාවිත කරන්න.

<https://www.ganttproject.biz/download>

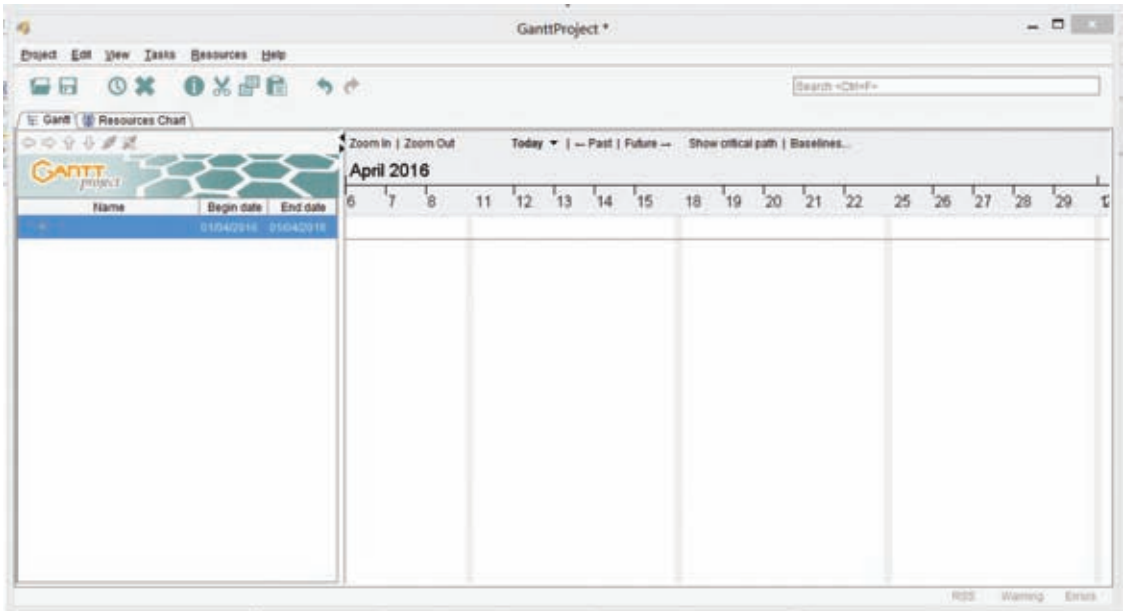
Gantt Project මෘදුකාංගය බාගත කිරීමෙන් අනතුරුව මෙම මෘදුකාංගය පරිගණකයට ස්ථාපනය කිරීමට JAVA මෘදුකාංගයේ සහාය අවශ්‍ය වේ. මෙහි දී පරිගණක තිරය මත පෙන්නුම් කරන සංවාද කොටුව භාවිත කර JAVA මෘදුකාංගය බාගත කරන්න.

පරිගණකයේ ස්ථාපනය කරන ලද Gantt Project මෘදුකාංගය විවෘත කිරීම සඳහා පහත දැක්වෙන උපදෙස් පිළිපදින්න

Start → Program → Gantt Project → Enter

පරිගණක තිරයේ දිස්වෙන  කෙටි මං සලකුණ මත දෙවරක් ක්ලික් කිරීමෙන් ද මෘදුකාංගය විවෘත කළ හැකි ය.

ව්‍යාපෘතිය සඳහා භාවිත වන Gantt Project මෘදුකාංගයේ අතුරු මුහුණත පහත දැක්වේ.



වැඩිතරය අවශ්‍ය පරිදි සකස් කර ගැනීම සඳහා පහත උපදෙස් අනුව කටයුතු කරන්න.

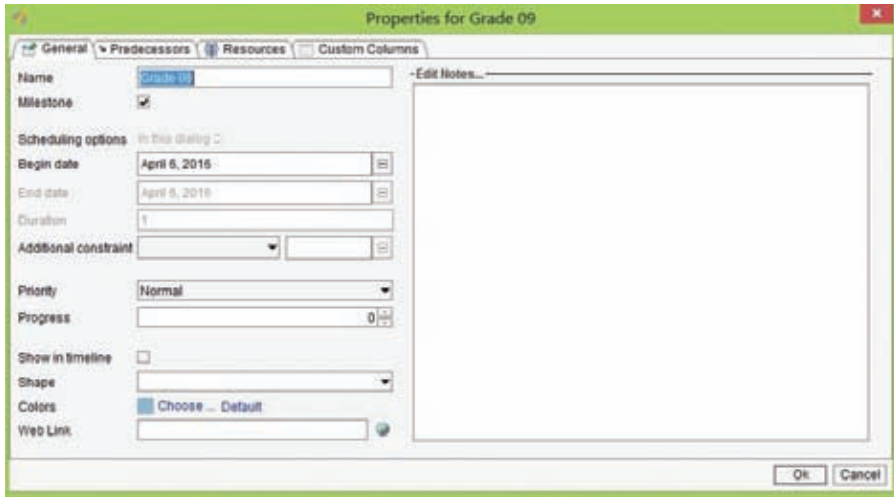
Edit → Setting → Application → Enter

මෙම සංවාද කොටුව භාවිතයෙන් භාෂාව, අකුරු විශේෂ හා අකුරුවල ප්‍රමාණය ආදිය සැකසීමට හැකි වේ.

දත්ත සකස් කිරීමේ අතුරු මුහුණත ලබා ගැනීම සඳහා පහත පියවර අනුගමනය කරන්න.

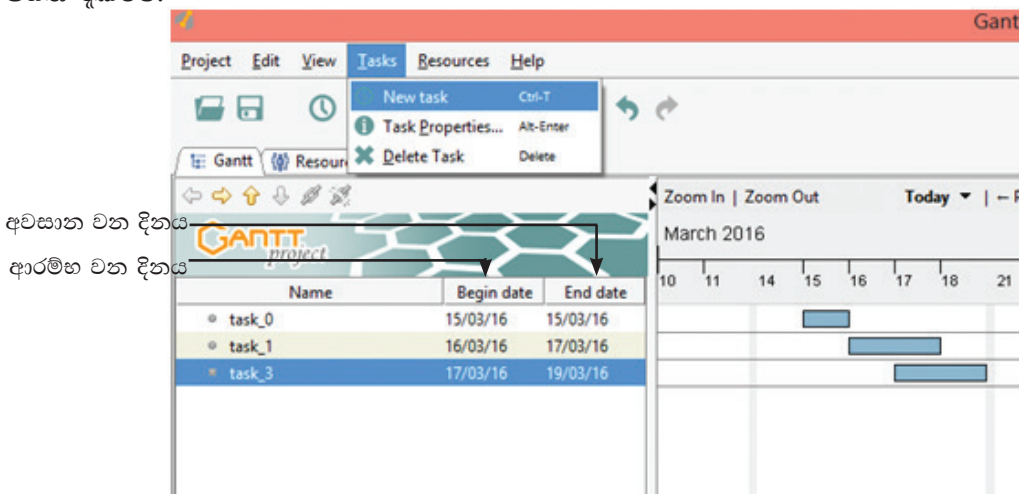
Tasks → New Tasks → Enter
 Tasks → Tasks Properties → Enter

Task Properties අතුරු මුහුණත පහත දැක්වේ.



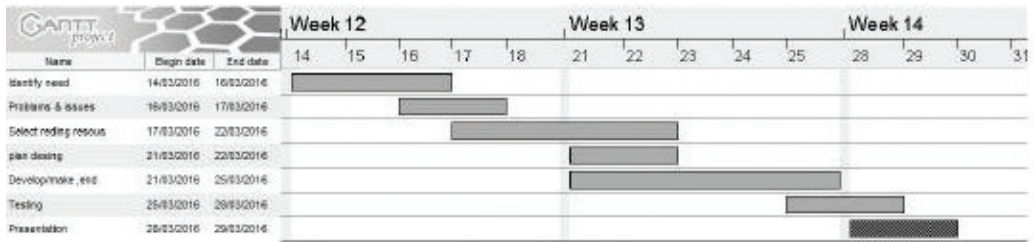
එවිට ඉහත දැක්වෙන සංවාද කොටුව ලැබෙන අතර එය භාවිත කරමින් කාර්යය පියවරට යෙදෙන නම, ආරම්භක දිනය, අවසාන දිනය, පියවරක ගත කරන කාලය ආදිය ඇතුළත් කළ යුතු ය. එම ආකාරයට ඉදිරි පියවර සඳහා ද දත්ත ඇතුළත් කළ හැකි ය.

පියවරෙන් පියවර දත්ත ඇතුළත් කිරීමේ දී Gantt Project හි දත්ත සැකසෙන ආකාරය පහත දැක්වේ.



අවසාන වන දිනය
 ආරම්භ වන දිනය

ඔබ විසින් ව්‍යාපෘතියට අදාළ ව සපයන ලද දත්ත අනුව පරිගණක මෘදුකාංගය විසින් කාල රාමුව නිර්මාණය කරනු ඇත.



ඔබ විසින් නිර්මාණය කරන ලද කාල රාමුව මුද්‍රණය කිරීම සඳහා පහත පියවර අනුගමනය කරන්න. එමගින් ආකර්ෂණීය කාල රාමුවක් ඔබට ලබාගත හැකි ය.

Project → Print → Ok

ඔබ විසින් සිදු කරන ව්‍යාපෘති ලේඛනවල ආකර්ෂණීය හා ගුණාත්මක බව වර්ධනය කිරීම සඳහා ව්‍යාපෘති සැලසුම් කිරීමේ මෘදුකාංගය මෙන් ම අනෙකුත් මෘදුකාංග ද ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත.

2.2 ආහාර කර්මාන්තය නගා සිටුවීම සඳහා ආහාර විවිධාංගීකරණයෙහි යෙදෙමු.

මෙම පරිච්ඡේදය අධ්‍යයනය කිරීමෙන් ඔබට,

- ආහාර විවිධාංගීකරණය, ආහාර කර්මාන්තය නගා සිටුවීම සඳහා අත්‍යවශ්‍ය අංගයක් බව වටහා ගැනීමටත්,
- ආහාර නිෂ්පාදනය සඳහා අවශ්‍ය උපකරණ හා ඇටවුම් නිර්මාණය කිරීමටත්,
- විවිධ ආහාර නිර්මාණ ඉදිරිපත් කිරීම මගින් පාරිභෝගිකයාගේ ආකර්ෂණය වැඩි දියුණු කිරීමට සැලසුම් කිරීමටත්,
- පරිසර හිතකාමී නිෂ්පාදන වෙළෙඳ පොළට ඉදිරිපත් කිරීමටත්

හැකියාව ලැබෙනු ඇත.



ආහාර කර්මාන්තය ලෝකයේ ඉතා ශීඝ්‍රයෙන් දියුණු වන කර්මාන්තයකි. එයට එක් හේතුවක් වන්නේ ආහාර කර්මාන්තකරුවන් අතර පවතින තියුණු තරඟය යි. වැඩි වැඩියෙන් පාරිභෝගිකයන් තමන් වෙත ආකර්ෂණය කර ගැනීමට විවිධ රසයෙන්, විවිධ හැඩයෙන්, විවිධ අමුද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නවතම නිෂ්පාදිත වෙළෙඳපොළට හඳුන්වා දීමට ආහාර කර්මාන්තකරුවන් අතර දැඩි උනන්දුවක් පවතී. මෙසේ විවිධ ආහාර වර්ග වෙළෙඳපොළට ඉදිරිපත් කිරීමේ දී ආහාර විවිධාංගීකරණය ඉතා වැදගත් වේ.



5.3.2 ආහාර විවිධාංගීකරණය

ආහාර විවිධාංගීකරණය යනු ආහාරයක් විවිධ මුහුණුවරවලින් පාරිභෝගිකයා වෙත ඉදිරිපත් කිරීම යි. මෙසේ විවිධ මුහුණුවරවලින් ආහාර ඉදිරිපත් කිරීමෙන් ආහාරයේ ඉන්ද්‍රිය ගෝචරභාවය (Organoleptic Qualities) වෙනස් කර පාරිභෝගිකයා වෙත ලබා දිය හැකි ය. ඉන්ද්‍රිය ගෝචරභාවය යනු යම් පුද්ගලයෙකුගේ පංච ඉන්ද්‍රියයන්ට දූනෙන ගුණාත්මක තත්ත්ව එනම් ආහාරයක රස, සුවඳ, පැහැය හා වයනය ආදිය කෙරෙහි ඒ පුද්ගලයා කුළ ඇතිවන ප්‍රසාදය යි.

ආහාර විවිධාංගීකරණය සඳහා උදාහරණයක් ලෙස එළකිරි යොදා ගනිමින් සිදු කරන නිෂ්පාදන දැක්විය හැකි ය.

කිරි නිෂ්පාදන



කිරි සහ කිරි ආශ්‍රිත නිෂ්පාදන

එළකිරිවලින් යෝගට් නිෂ්පාදනය කිරීමේ දී එළකිරිවල රස, සුවඳ, පැහැය හා වයනය පැහැදිලි ලෙස වෙනස් වේ. යම් පුද්ගලයෙකු එළකිරිවල ඇති සුවඳ පැහැය, රස හෝ වයනයට අකමැති වුවත් එම පුද්ගලයා යෝගට්වල ඇති ගුණාංග ප්‍රිය කළ හැකි ය. එමගින් යමෙකු එළකිරි පානය නොකළත් එහි ඇති ගුණය ම යෝගට් මගින් ලබා දිය හැකි ය. මෙය ආහාර විවිධාංගීකරණයේ දැකින්නට ලැබෙන ප්‍රයෝජන අතරින් එක් ප්‍රයෝජනයක් පමණි.

ඉන්ද්‍රිය ගෝචර තත්ත්වය (Organoleptic Qualities)	එළකිරි	යෝගටි
රස	කිරි රස	කිරි රස, පැණි රස, ඇඹුල් රස
පැහැය	සුදු	ලා කහ
සුවඳ	කිරි සුවඳ	කිරි සුවඳින් වෙනස් වූ සුවඳක්
වයනය	උව	අර්ධ සන

ක්‍රියාකාරකම් 2.3



විවිධාංගීකරණය කරන ලද ආහාර සඳහා උදාහරණ කිහිපයක් තෝරා ගන්න. මිතුරන් සමඟ සාකච්ඡා කරමින් ඒවායේ වෙනස් ගුණාංග හඳුනා ගන්න.

ඔබ හඳුනා ගත් ගුණාංග එම ආහාර සඳහා ලබා දීමට අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රමවේද පිළිබඳ තොරතුරු සොයා ඉදිරිපත් කරන්න.

ආහාර විවිධාංගීකරණය කිරීමේ වැදගත්කම

ආහාර විවිධාංගීකරණය, පාරිභෝගිකයාට මෙන් ම නිෂ්පාදකයාට ද ප්‍රතිලාභ රැසක් ගෙන දෙයි.

- අමුද්‍රව්‍ය විකිණීමෙන් ලැබෙන ලාභයට වඩා වැඩි ලාභයක් නිෂ්පාදනයක් ඉදිරිපත් කිරීම මගින් ලබා ගත හැකි වීම

උදාහරණ :- කිරිවලින් ලැබෙන ලාභයට වඩා වැඩි ලාභයක් යෝගටි අලෙවියෙන් ලබා ගත හැකි ය.

- විවිධාංගීකරණය කිරීමෙන් බොහෝ ආහාර කල් තබා ගත හැකි වීම මගින් ආහාර නාස්තිය අවම වීම
- විවිධ වෙළෙඳපොළ සඳහා ඉදිරිපත් කිරීමේ හැකියාව පැවතීම නිසා හොඳ වෙළෙඳ පොළක් තම නිෂ්පාදනය සඳහා නිර්මාණය වීම
- විවිධ පුද්ගලයන්ගේ අවශ්‍යතාවලට අනුකූල වන පරිදි විවිධ නිෂ්පාදන එකම අමුද්‍රව්‍ය යොදා ගනිමින් නිපදවිය හැකි වීම

උදාහරණ :- කුඩා ළමුන්ට ගැළපෙන පරිදි විවිධ රසයෙන් යුත් ආකර්ෂණීය පෝෂ්‍යදායී ආහාර නිපදවිය හැකි වීම

- පරිභෝගිකයාට තමන්ගේ රසඥතාවට අනුව නිෂ්පාදන මිලට ගත හැකි වීම ආහාර විවිධාංගීකරණය කිරීමෙන් ආහාර කර්මාන්තය නගා සිටුවීමට මනා පිටිවහලක් ලැබේ.
- උසස් පෝෂණ ගුණයෙන් යුතු විවිධ ආහාර පිළියෙල කර ගත හැකි වීම නිසා පුද්ගල පෝෂණ තත්ත්වය ඉහළ යාම

ආහාර විවිධාංගීකරණයේ දී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු

- ආහාරයේ ගුණාත්මක බව රැක ගැනීම

ආහාරයේ ගුණාත්මක සාධක වන රසය, වයනය, පැහැය, හැඩරුව, සුවඳ හා ආහාරමය අගය රැකෙන පරිදි ආහාර සකස් කිරීම අත්‍යවශ්‍ය වේ.

- ආහාරයේ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව රැකෙන පරිදි සකස් කිරීම




ආහාරයක් පාරිභෝගිකයාගේ අතට පත්වීමේ දී එය සෞඛ්‍යාරක්ෂිතව එනම් ක්ෂුද්‍ර ජීවී ආසාදන, මහා ජීවී ක්‍රියාකාරකම් හෝ වස විසවලින් තොර වීම ඉතා වැදගත් වේ.

- ආහාරයේ පෝෂණ ගුණය රැකෙන පරිදි සකස් කිරීම

ආහාර වර්ග සකසන විවිධ නිෂ්පාදන ක්‍රම අනුව පෝෂක සංඝටක විනාශ වී යාමට ඉඩ ඇත. තව ද පෝෂක සංඝටක ශරීරයට උරා ගැනීමේ වෙනස්කම් නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ වෙනස්කම් නිසා ඇති වීමට පුළුවන. උදාහරණයක් ලෙස නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ දී පිෂ්ටය ජෙලටිනීකරණය (Gelatinization) වන අතර එම නිසා ඒවා ශරීරයට පහසුවෙන් උරා ගත හැකි තත්වයට පත්වේ. තව ද ඇතැම් ආහාර ද්‍රව්‍ය නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ දී ආහාරයේ තන්තු කොටස් පෙරී ඉවත් වීම නිසා ඒවා පහසුවෙන් ශරීරයට උරාගත හැකි වේ.

එම නිසා ආහාර විවිධාංගීකරණය කිරීමේ දී සෑම විට ම ආහාරයේ පෝෂණ ගුණය රැකෙන පරිදි එය කිරීම වැදගත් වේ.

ආහාර නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ දී ආහාරයේ පෝෂණ ගුණ ඉවත් විය හැකි අවස්ථා

ආහාර නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ අංග	හානි විය හැකි පෝෂක කොටස්	
ආහාර කුඩා කැබලිවලට කැපීම	ආහාර කුඩාවට කැපීමේ දී නිකුත්වන දියර සමග විටමින, ප්‍රතිඔක්සිකාරක ද්‍රව්‍ය ඉවත් විය හැකි ය.	
ආහාර අධික උෂ්ණත්වයට භාජනය වීම	විටමින හා ප්‍රතිඔක්සිකාරක ද්‍රව්‍ය විනාශ විය හැකි ය. සමහර පෝෂක කොටස්වලින් වෙනත් ද්‍රව්‍ය සෑදීම. උදාහරණ :- අධික උෂ්ණත්වය යටතේ සීනි කැරමලීකරණය වීම (Caramelization)	
ආහාර පල්ප කර පෙරීම	ආහාරයේ තන්තුමය කොටස් මෙන් ම විටමින් ද විනාශ විය හැක.	

- පාරිභෝගික ආකර්ෂණය ඇතිවන පරිදි ආහාර සකස් කිරීම
ආහාර විවිධාංගීකරණයේ දී පාරිභෝගික ආකර්ෂණය ඇති කරන සාධක කිහිපයකි.

උත්තේජනය (Stimulation)

ආහාරයක් දුටු පමණින් එය ආහාරයට ගැනීමට පෙළඹවීම උත්තේජනය යි. ආහාර විවිධාංගීකරණය කළ විට පාරිභෝගිකයා ආකර්ෂණය වන පරිදි එය පිළිගැන්වීම මෙමගින් අදහස් කෙරේ.



බීමමල්, ගෝවා සහ සලාද කොළවලින් නිර්මාණය කරන ලද ආහාරයක්

වර්ණය (Colour)

ආහාරයක වර්ණය යනු පාරිභෝගිකයාගේ ඇසට හසුවන පළමුවන සාධකය යි. වර්ණය ආහාරයකට උචිත අයුරින් තිබීමෙන් පාරිභෝගිකයා ආහාර අනුභව කිරීමට පෙළඹවීමක් ඇති කරයි. පාරිභෝගිකයා විසින් ආහාර අනුභව නොකර ම ප්‍රතික්ෂේප කිරීමට අප්‍රසන්න වර්ණය හේතුවක් විය හැකි යි. එම නිසා ආහාරයේ වර්ණය පිළිබඳ සැලකිලිමත් වීම ඉතා වැදගත් වේ.

විවිධ ආහාර සඳහා ඒවාට ම ආවේණික වූ වර්ණයන් ඇත. ආහාරවල පවතින ස්වාභාවික වර්ණ ලබා දෙන වර්ණක ඇතුළු රසායනික ද්‍රව්‍ය මගින් ශරීරයට විවිධ ප්‍රයෝජන ලැබේ.

පහත රූප සටහනේ දක්වා ඇත්තේ ආහාරවල බහුල ව දක්නට ලැබෙන ස්වාභාවික වර්ණ සහ ඒවායේ ප්‍රයෝජන කිහිපයකි.

රතු

- රුධිර පීඩනය අඩු කිරීම
- සම්බන්ධක පටක ශක්තිමත් කිරීම
- පිළිකා වැළඳීමේ අවදානම අඩු කිරීම
- රුධිරගත කොලෙස්ටරෝල් මට්ටම පාලනය කිරීම
- ශරීරයට හානි කර අංශු (Free radicals) විනාශ කිරීම

නැඹිලි

- කොලෙස්ටරෝල් මට්ටම සහ රුධිර පීඩනය අඩු කිරීම
- සම්බන්ධක පටක නිර්මාණය වීම දියුණු කිරීම
- පිළිකා වැළඳීමේ අවදානම අඩු කිරීම
- රුධිරගත කොලෙස්ටරෝල් මට්ටම පාලනය කිරීම
- ශරීරයට අහිතකර අංශු (Free radicals) සමග සටන් කිරීම
- හානියට පත් වූ වර්ණ දේහ අලුත්වැඩියා කිරීම

දම් / නිල්

- ආහාර ජීරණය පහසු කිරීම
- ආසාදන වැළැක්වීම
- පිළිකා පාලනය කිරීම
- හෘද රෝග ආදිය පාලනය කිරීම
- මතක ශක්තිය වර්ධනය කිරීම
- වයස්ගත වීමේ වේගය අඩු කිරීම

කහ

- පෙනීම වැඩි දියුණු කිරීම
- හෘද රෝග වැළැක්වීම
- ශරීරයට අනතුරුදයක අංශු විනාශ කිරීම
- වයස් ගත වීම පාලනය කිරීම



කොළ

- පිළිකා වැළඳීමේ අවදානම අඩු කිරීම
- ප්‍රතිශක්තිකරණ ක්‍රියාවලිය ශක්තිමත් කිරීම
- නිරෝගී දේහ ක්‍රියාවලි පවත්වා ගැනීම

සිදු

- ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් විනාශ කිරීම
- පිළිකා සෛල විනාශ කිරීම
- ප්‍රතිශක්තිකරණය පවත්වා ගැනීම
- හෝමෝන මට්ටම තුලන කිරීම

ආහාර වර්ණ චක්‍රය (Food colour wheel)

රසය (Taste)

ආහාරයකට රස වර්ග පහෙන් එකක් හෝ කිහිපයක් පැවතිය හැකි ය. පැණි රස (Sweet), තිත්ත රස (Bitter), ඇඹුල් රස (Sour) සහ ලුණු රස (Salt) දිවෙහි සංවේදී වන ස්ථාන පහත රූප සටහනෙහි දක්වා ඇත. මීට අමතරව උමාම් රස (Savoury) දිවෙහි ඕනෑම ස්ථානයකට සංවේදනය විය හැකි ය.



දිවෙහි විවිධ රස සඳහා රසාංකූර පිහිටා ඇති ආකාරය

රසින් වැඩි දේ ආහාරයට ගැනීමට කවුරුත් කැමති වේ. ඒ නිසා නව ආහාර සකසන විට එහි රසය පිළිබඳ සැලකිලිමත් විය යුතු ය. පාරිභෝගිකයාට වෙනස් රසයකින් යුක්තව නව ආහාර නිෂ්පාදන ලබා දිය හැකි නම් එම ආහාරය කෙරෙහි ආකර්ෂණය වැඩි කර ගත හැකි ය. උදාහරණ ලෙස වෙළෙඳපොළෙහි දැක්නට ලැබෙන විවිධ රසයෙන් යුත් අයිස් ක්‍රීම් හඳුන්වා දිය හැකි ය. වොක්ලට්, වැනිලා, ස්ට්‍රෝබේරි, අඹ වැනි විවිධාකාර රස වලින් යුක්ත අයිස් ක්‍රීම් වෙළෙඳපොළේ පවතින අතර පුද්ගලයාට තමාගේ රුචිකත්වය අනුව ප්‍රියතාව මත ඒවා මිල දී ගත හැකි ය.

වයනය (Texture)

ආහාරයේ වයනය යනු යම් ආහාරයක් අනුභව කිරීමේ දී මුඛයට දූනෙන ස්වභාවය යි. සමහර ආහාර සපන විට තද ගතියක් දූනෙන මුත් සමහර ආහාර මෘදුවට සැපේ. එමෙන් ම දුව, අර්ධ සහ සහ සහ වශයෙන් ආහාර වර්ග 3ක් පවතී. මේවායේ වයනයන් එකිනෙකට වෙනස් වේ. උදාහරණයක් ලෙස බිස්කට්වල නියම වයනය ලෙස ගන්නේ නොමැලි පදම (Crispiness) ඇතිවීම යි.



මෘදු වයනයක් සහිත කේක්

ක්‍රියාකාරකම් 2.4



විවිධ ආහාරවල ඇති වයනයන් හඳුනා ගනිමින් පහත වගුව පුරවන්න.

	ආහාර වර්ගය	වයනය
1	කේක්	මෘදු
2	බිස්කට්	
3	ජෙලි	
4	යෝගට්	
5	පලතුරු බීම	
6	ටොෆි	

හැඩය (Shape)

සකස් කරන ලද විවිධ ආහාර සඳහා නියමිත හැඩයක් පවතී. ආහාරයේ හැඩරුව, පාරිභෝගික ආකර්ෂණය දිනා ගැනීමට අත්‍යවශ්‍ය සාධකයක් වේ. කුඩා ළමුන් සඳහා ආහාර නිෂ්පාදනය කිරීමේ දී ආහාරයේ හැඩය පිළිබඳ ව විශේෂයෙන් සැලකිලිමත් වීමෙන් ඔවුන්ගේ ආකර්ෂණය දිනාගැනීමට හැකි වේ.



ළමුන් සඳහා විවිධ හැඩයට සකස් කළ විස්කෝතු වර්ග

පෝෂක සංඝටක (Nutrients)

ආහාරයේ පෝෂක රැකෙන පරිදි විවිධ ආහාර නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලි හඳුනා ගෙන ආහාර විවිධාංගීකරණය කිරීම ඉතා වැදගත් වේ.

උදාහරණ ලෙස ආහාරයක් කැබලි කර සේදීමේ දී මෙන් ම ආහාර අධික උෂ්ණත්වයක දීර්ඝ වේලාවක් රත් කිරීමේ දී ආහාරයේ පෝෂක සංඝටක විනාශ වීම සිදු වේ. එමෙන් ම ආහාරයක් පල්ප කර පෙරීමෙන් ආහාරයේ ඇති තන්තුමය කොටස් ඉවත්වී යයි. තන්තු යනු පෝෂ්‍ය පදාර්ථයක් නොවුවත් ශරීර සෞඛ්‍යයට ඉතා හිතකර දෙයක් බව ඔබ දන්නා කරුණකි. එම නිසා මෙවැනි දේ පිළිබඳ අවබෝධයකින් යුතුව නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය සිදුකර අමුද්‍රව්‍යවල අඩංගු වී තිබෙන පෝෂ්‍ය පදාර්ථ රැකෙන පරිදි විවිධ ආහාර නිෂ්පාදනය කිරීම වැදගත් වේ.



කාබෝහයිඩ්‍රේට්

ප්‍රෝටීන

ලිපිඩ



විටමින්



බනිජ ලවණ

ආහාරවල අඩංගු පෝෂණ සංඝටක සහ ඒවා බහුලව අඩංගුවන ආහාර

සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව (Safety)

ආහාරයක් රසයෙන්, ගුණයෙන් මෙන් ම අනෙකුත් සියලුම ගුණාංගවලින් පරිපූර්ණ වූවත් එහි සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව නොමැති නම් එම ආහාරයෙන් ප්‍රයෝජනයක් නැත. සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව යනුවෙන් අදහස් වන්නේ ආහාරය අනුභව කළ පසු පාරිභෝගිකයන්ගේ සෞඛ්‍ය තත්ත්වයට හානියක් නොවන පරිදි ආහාරය සකස් වී තිබීමයි. ආහාරයේ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව නොමැති වන අවස්ථා කිහිපයකි.

1. ක්ෂුද්‍ර ජීවී ආසාදන නිසා ආහාරයේ ක්ෂුද්‍ර ජීවී ගහනය වැඩි වීම
2. ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් මගින් නිපදවන අහිතකර විෂ ද්‍රව්‍ය ආහාරයේ අඩංගු වීම
 උදාහරණ :- ඇෆ්ලටොක්සින්
3. මහා ජීවීන්ගේ කොටස් හෝ ඔවුන්ගේ පරිවෘත්තීය අපද්‍රව්‍ය සමග ආහාර මිශ්‍ර වීම
 උදාහරණ :- කැරපොක්තන්, මීයන් වැනි සතුන්ගේ මළ ද්‍රව්‍ය සමග ආහාර මිශ්‍ර වීම
4. කර්මාන්තශාලාවලින් පිට කරන දූෂක ද්‍රව්‍ය ආහාර සමග මිශ්‍ර වීම
 උදාහරණ :- ලෙඩ්, කැඩ්මියම් වැනි බැර ලෝහ වර්ග
5. විවිධ රසායන ද්‍රව්‍ය අවිධිමත් පරිදි (අධික මාත්‍රාවලින්) ආහාරවලට මිශ්‍ර වීම
 උදාහරණ :- පරිරක්ෂක ද්‍රව්‍ය, කෘත්‍රිම රසකාරක, වර්ණකාරක වැනි දෑ අධික මාත්‍රාවලින් එකතු වීම
6. ආහාරයට නුසුදුසු ද්‍රව්‍ය සමග ආහාර මිශ්‍ර වීම
 උදාහරණ :- සනීපාරක්ෂක ද්‍රව්‍ය, ලිහිසි තෙල්, ඉන්ධන



පරිභෝජනයට නුසුදුසු ආහාර ද්‍රව්‍ය

ඉහත සඳහන් කළ ක්‍රමවලින් ආහාරයේ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බවට හානි නොවන පරිදි ආහාර විවිධාංගීකරණය කිරීම ඉතා වැදගත් වේ.

ආහාර ඇසුරුම්කරණය (Food Packaging)

ආහාරයක ඇසුරුම ආකර්ෂණීය වීම ආහාරයක් වෙත පාරිභෝගිකයන් ආකර්ෂණය කර ගැනීමට ඉවහල් වන ප්‍රධාන සාධකයකි. එමෙන් ම ආහාර ඇසුරුම ආහාරයේ ගුණාත්මක බව රඳා පවත්වා ගැනීමට ද ඉවහල් වේ. ආහාර ඇසුරුම්කරණය සඳහා විවිධ ද්‍රව්‍ය යොදා ගත හැකි ය.

උදාහරණ :- ප්‍රතිවක්‍රීකරණය කළ හැකි ප්ලාස්ටික්, කඩදාසි, ටින්, ස්වාභාවික අමුද්‍රව්‍ය



ප්ලාස්ටික් බඳුන්



ලෝහ බඳුන්



පත් වලින් නිර්මාණය කරන ලද ඇසුරුම්



කාඩ්බෝඩ් ඇසුරුම්

ආහාර ඇසුරුම් සඳහා අමුද්‍රව්‍ය තෝරා ගැනීමේ දී ඒවායේ පරිසර හිතකාමී බව පිළිබඳව දැඩිව අවධානය යොමු කිරීම වැදගත් වේ. ස්වාභාවික අමුද්‍රව්‍ය යොදා ගනිමින් ආහාර ඇසුරුම් සකස් කර ගත හැකි නම් එය ඉතා වැදගත් වේ.

මේ එක් එක් අමුද්‍රව්‍යවල ගුණාත්මකභාවය විවිධ වන අතර ඒවායෙන් ආහාරයට ලැබෙන ගුණාත්මකභාවය ද වෙනස් වේ. එමෙන් ම විවිධ ආහාර සඳහා සුදුසු වන ඇසුරුම තෝරා ගැනීමට ආහාර නිෂ්පාදකයා දැනුවත් විය යුතුය. එසේ තෝරා ගන්නා ඇසුරුමට පාරිභෝගිකයා ආකර්ෂණය විය යුතු අතර ම ඇසුරුම නිසා ආහාරයේ මිල අධික නොවිය යුතු ය. ඇසුරුමෙහි ආහාරයට අදාළ තොරතුරු ඇතුළත් කිරීමට ද හැකියාව පවතී. ආහාරය කල් ඉකුත් වන දිනය, නිෂ්පාදිත දිනය, මිල, අඩංගු ද්‍රව්‍ය, ගබඩා කළ යුතු අන්දම වැනි තොරතුරු ආහාර ඇසුරුමේ දැක්විය හැකි ය. කෘත්‍රිම රසකාරක, වර්ණක හෝ වෙනත් යෙදවුම් ආහාරයට එකතු කළ විට ඒවා ආහාර ඇසුරුමෙහි අනිවාර්යයෙන්ම දැක්විය යුතු ය.

ආහාර නිෂ්පාදනයේ දී යොදා ගන්නා සමහර කෘත්‍රීම රසායනික ද්‍රව්‍ය මිනිසාට විෂ වූ බොහෝ අවස්ථා ඇත. මෙම රසායන ද්‍රව්‍ය ඇතැම් ඒවා පිළිකා කාරක වේ. මෙහි දී හැකි පමණ කාබනික ආහාර නිෂ්පාදනය කෙරෙහි යොමු වීම ඉතා වැදගත් වේ.

ඇසුරුම ආහාරයේ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව රදා පවත්වා ගැනීමට ද ඉවහල් වේ. හොඳ ඇසුරුමක් මගින් ආහාරයේ ක්ෂුද්‍ර ජීවී ආසාදන, මහා ජීවී ක්‍රියාකාරකම්, හෝ වෙනත් දූෂක මගින් දූෂණය වීම වළක්වා ගත හැකි වේ. එම නිසා ආහාරයට සුදුසු පරිදි ඇසුරුමක් තෝරා ගැනීම ඉතා වැදගත් වේ.

ආහාර ඇසුරුම් දෙවර්ගයකි.

- පාරිභෝගික ඇසුරුම්

මෙය පාරිභෝගිකයා අතට පත්වන ඇසුරුම වන අතර මෙහි අඩංගු ඒකක ගණන අඩු ය.
- තොග ඇසුරුම්

මෙය නිෂ්පාදකයාගෙන් වෙළෙන්දා වෙත යැවෙන ඇසුරුම වන අතර මෙහි වැඩි ඒකක සංඛ්‍යාවක් අඩංගු වේ.



ආහාර සඳහා ප්‍රමිති (Food Quality Standards)

ශ්‍රී ලංකාවේ ආහාර සඳහා විවිධ ප්‍රමිතිකරණ තත්ත්ව දක්නට ලැබේ.

උදාහරණ :- SLS, ISO

මෙම ප්‍රමිති තත්ත්ව පිළිබඳ පාරිභෝගිකයා දැනුවත් නිසා ඔවුන් ආහාරය මිල දී ගැනීමට පෙර ආහාරයේ මෙවැනි ප්‍රමිති අඩංගු දැයි සැලකිලිමත් වේ. එම නිසා උසස් තත්ත්වයේ ආහාරයක් නිෂ්පාදනය කර ප්‍රමිති තත්ත්ව සහතික ලබා ගැනීම ඉතා වැදගත් වේ.

පරිසර හිතකාමී නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලි

පාරිභෝගික ආකර්ෂණය ඇති කරන ආහාර නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ දී තවත් වැදගත් අංගයක් වන්නේ එම ක්‍රියාවලි පරිසර හිතකාමී වීම යි.

සෑම ආහාර නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියක් සඳහා ම යොදා ගන්නා අමුද්‍රව්‍ය සෞඛ්‍යයට හිතකර, රසායන ද්‍රව්‍යවලින් තොර ස්වාභාවික අමුද්‍රව්‍ය වීම ඉතා වැදගත් වේ. ආහාර නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ දී එකතු වන අපද්‍රව්‍ය නිසි පරිදි කළමනාකරණය කර පරිසරයට හානියක් නොවන පරිදි බැහැර කිරීම වැදගත් වේ.

විශේෂයෙන් ම ආහාර නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියේ දී පොලිතින් භාවිතය අවම කිරීම සහ ස්වාභාවික සහ ප්‍රතිවක්‍රීකරණය කළ හැකි කඩදාසි ප්ලාස්ටික් හෝ පොලිතින් භාවිතය වැදගත් වේ.

ක්‍රියාකාරකම් 2.5



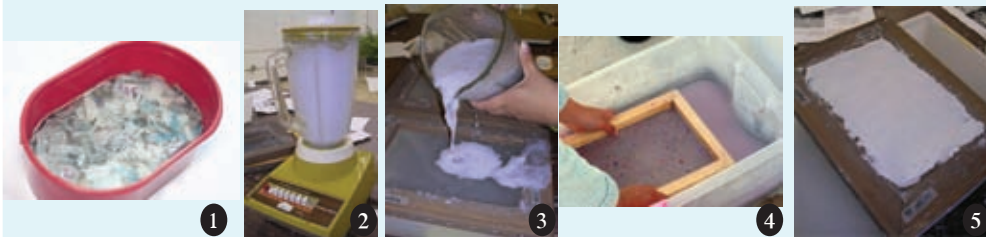
කඩදාසි පල්ප ආශ්‍රයෙන් ඇසුරුම් නිර්මාණය කරමු

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය හා උපකරණ :-

- විදුලි ඇඹරුම් යන්ත්‍රය (Blender) හෝ වංගෙඩිය හා මෝල්ගහ
- ජලය ලීටර 2 පමණ
- ඉවත දමන කඩදාසි
- හතරැස් රාමුවක්
- සිල්ක් රෙදි කැබැලි 2ක්

ක්‍රමය :-

- කඩදාසි සිහින්ව ඉරා ජලය සහිත බඳුනකට දමා පැය 12ක් පමණ (රැයක්) පෙඟෙන්නට තබන්න (1 රූපය).
- පෙඟුණු කඩදාසි හොඳින් අඹරන්න. නැතහොත් වංගෙඩිය හා මෝල්ගහ යොදාගෙන කොටා ගන්න (2 රූපය).
- එම කඩදාසි කැබලි ජලයේ දිය කරන්න.
- හතරැස් රාමුව පතුලට පිටතින් සිල්ක් රෙදි කැබැල්ල (ඕගන්ධි රෙදි කැබැල්ලක්) සවි කර ගන්න.
- රාමුවේ ඇතුළතින් නැවතත් සිල්ක් රෙදි කැබැල්ලක් සවි කර දිය කර ගත් කඩදාසි සහිත වතුර මෙම රාමුව තුළට දමන්න (3 රූපය). නැතහොත් කඩදාසි ද්‍රාවණය සහිත බඳුන තුළ රාමුව ගිල්වා පිටතට ගන්න (4 රූපය).
- ජලය හොඳින් පෙරා ඉවත් වනතුරු තබන්න. තෙතමනය උරන රෙදි හෝ කඩදාසියක් ආධාරයෙන් තෙත මාත්තු කරන්න.
- ඇතුළතින් සවි කර ගත් සිල්ක් රෙදි කැබැල්ල ගලවා පල්ප තට්ටුව වියලා ගන්න (5 රූපය).

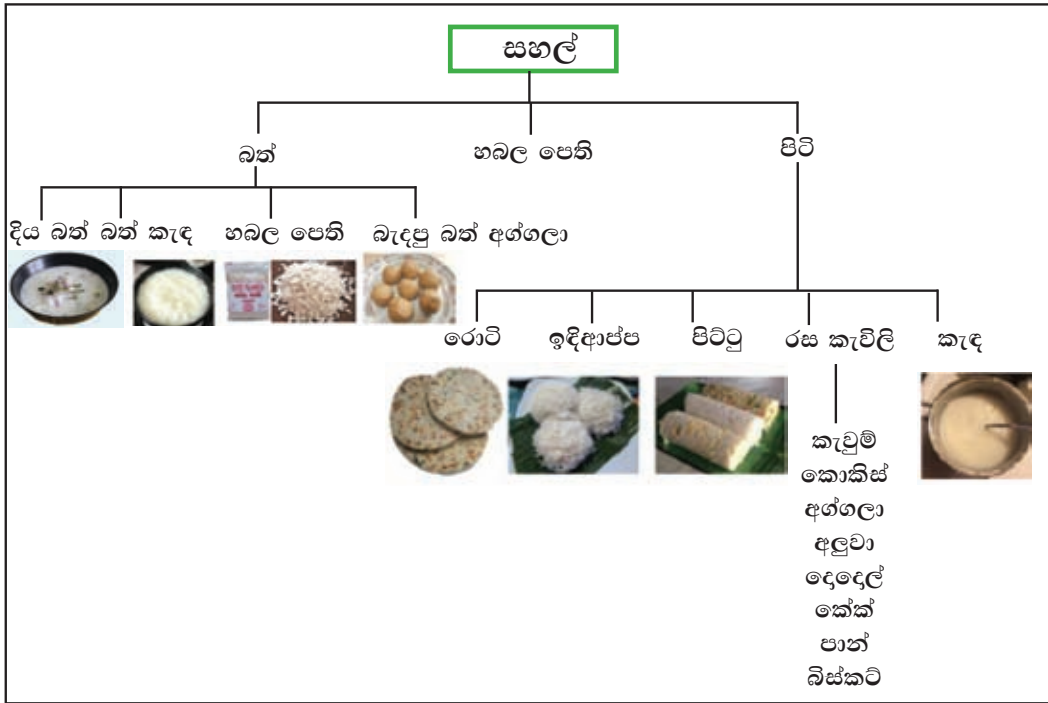


මෙලෙස සෑදෙන මෙම කඩදාසිය සුදු කර ගැනීමට ක්ලෝරීන් ද වර්ණ ගැන්වීම සඳහා අවශ්‍ය වර්ණක (ඩයි) ද යොදන්න.

සාදා ගත් කඩදාසි පල්පය විවිධ හැඩයේ ඇසුරුම් සෑදිය හැකි අවිච්ඡි තුළට දමා ඇසුරුම් නිර්මාණය කර ගැනීමට ඔබටත් හැකි දැයි බලන්න.

ව්‍යාපෘතියක් ඇසුරෙන් ආහාර විවිධාංගීකරණය අධ්‍යයනය කරමු

යම් ආහාර ද්‍රව්‍යයක් භාවිත කර විවිධ ආහාර ද්‍රව්‍ය සෑදීමට ඇති හැකියාව පිළිබඳ සිතන්න. උදාහරණයක් ලෙස සහල් සලකමු. සහල්වලින් සිදු කළ හැකි විවිධ නිෂ්පාදන පහත සටහනේ දක්වා ඇත.



ආහාර නිෂ්පාදනයක් ආරම්භ කිරීමට ප්‍රථම එහි නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය, එය නිෂ්පාදනය කිරීමට අවශ්‍ය මෙවලම් හා උපකරණ, නිෂ්පාදනය සඳහා ඇති ඉල්ලුම, නිෂ්පාදන පිරිවැය ආදී කරුණු සලකා බැලිය යුතු ය.

සහල්වලින් සහ කොස් ඇට යොදාගෙන කළ හැකි ආහාර විවිධාංගීකරණ ක්‍රියාවලියක් සඳහා උදාහරණ පහත රූප සටහනේ දක්වා ඇත.

ක්‍රියාකාරකම් 2.6



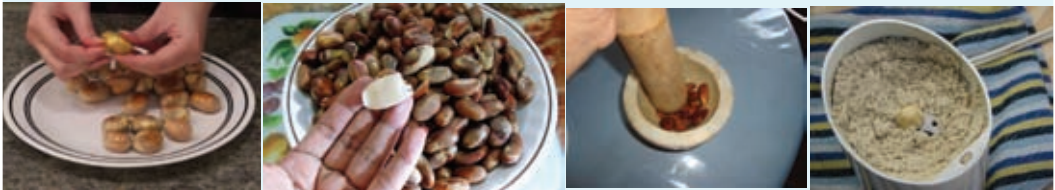
කොස් ඇට පිටි සාදමු

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය හා උපකරණ :

- කොස් ඇට
- ජලය
- ස්ටීමරය හෝ පීඩන උඳුන
- පෙතේරය
- ඇඹරුම් යන්ත්‍රය හෝ වංගෙඩිය සහ මෝල් ගස

ක්‍රමය :

- පොතු ඉවත් නොකළ කොස් ඇට ගෙන හුමාලයෙන් තම්බන්න. (විනාඩි 45)
- තම්බාගත් කොස් ඇටවල පොතු ඉවත් කර ගන්න.
- ඇඹරුම් යන්ත්‍රය හෝ වංගෙඩිය සහ මෝල් ගස භාවිත කර එම කොස් ඇට සිහින් වනතුරු කොටා පෙතේරයකින් හළා ගන්න.
- ලබා ගත් පිටි 105 °C උඳුනක වියළා ගන්න.



තැම්බූ කොස්ඇට

කෙටීම

ඇඹරීම

මෙම කොස් ඇට පිටි භාවිත කර අග්ගලා, රොටි, පිට්ටු, කට්ලට් වැනි ආහාර සහල් පිටි හෝ තිරිඟු පිටි මිශ්‍ර කර සාදා ගැනීමට පුළුවන.

ඉහත උදාහරණ ප්‍රයෝජනයට ගනිමින් ආහාර නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියක් පන්ති මට්ටමෙන් සංවිධානය කර ප්‍රදර්ශනාත්මකව ඉදිරිපත් කරන්න. (කෙටි ආහාර, අතුරුපස, කැඳ වර්ග හා සුප් වර්ග වැනි ආහාර නිෂ්පාදනයක්) මෙය පන්ති හෝ පාසල් මට්ටමෙන් තරගාවලියක් ලෙස ක්‍රියාත්මක කර පසු විපරම ලබා ගන්න.

මෙම ප්‍රදර්ශනය සැලසුම් කිරීමේ දී පහත දැක්වෙන කරුණු පිළිබඳව ගුරුතුමා සමග සාකච්ඡා කරන්න.

1. දේශීය ආහාරවල විශේෂ ගුණාංග සහ ඒවාට විවිධත්වය ලබා දීම
2. දේශීය ආහාර ගුණාත්මක ලෙස සැකසුම් කර නිර්මාණාත්මක ව ඉදිරිපත් කිරීම
3. ආහාරයේ පැහැය හා විවිධ හැඩයන් යොදා ගනිමින් ආකර්ෂණීය ලෙස ඉදිරිපත් කරන ලද ආහාර මගින් පාරිභෝගික තෘප්තිය ලබා ගැනීම
4. සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ලෙස ආහාර සකස් කිරීම
5. පරිසර හිතකාමී ඇසුරුම්වල බහා ආහාර ඉදිරිපත් කිරීම

දිය බත්වල රස විඳීම

අවශ්‍ය ද්‍රව්‍ය හා උපකරණ :-

- පෙර දින රාත්‍රියේ පිසින ලද බත්
- ජලය
- ගාන ලද පොල් මිටක්
- මැටි බඳුනක් සහ හන්දක්
- ලුණු, අමු මිරිස් සහ දෙහි

ක්‍රමය :

- පෙර දින රාත්‍රියේ පිසින ලද පරිභෝජනයෙන් පසු බඳුන තුළ ඉතිරි වූ බත් මැටි බඳුනට දමා, බත් වැසෙන පරිදි ජලය දමන්න. රාත්‍රියේ බත් පිසීම සඳහා මැටි බඳුනක් භාවිතා කළේ නම් එම බඳුනටම ජලය දැමිය හැකිය.
- පසු දින උදෑසන බඳුනේ ඇති ජලය පෙරන්න. එම පෙරා ගත් ජලයෙන් පොල් මිරිකා ලබා ගත් පොල් කිරි නැවත බතට මිශ්‍ර කරන්න. පොල් කිරි වෙනුවට ජලය පෙරා ඉවත් නොකර සෘජුව ම පොල් මිටක් පමණ එකතු කිරීම ද කළ හැකි ය.
- එයට රතු ලුණු, අමු මිරිස්, දෙහි අවශ්‍ය පමණට දමා ආහාරයට ගන්න

නිවසේ දී පහසුවෙන් දිය බත් සකස් කළ හැකිය. මෙමගින් ආහාර අපතේ යාම වළක්වා ගත හැකි වන අතර දිය බත් ශරීරයේ සෞඛ්‍යාරක්ෂිත බව රැක ගැනීමට උපකාරී වන බවට පිළිගැනීමක් ද පවතී.



දියබත්