

මෙම පාඩම අධ්‍යයනය කිරීමෙන් ඔබට,

- ආහාර ඇසුරුම්කරණයේ අවශ්‍යතාව විස්තර කිරීමටත්,
- විවිධ ඇසුරුම් ද්‍රව්‍යය හඳුනා ගැනීමටත්,
- විවිධ ඇසුරුම් ක්‍රම නම්කිරීමටත්,
- ආහාර ලේබල් කිරීමේ වැදගත්කම විස්තර කිරීමටත් ,
- නියමිත නීති රෙගුලාසිවලට අනුව ආහාර ලේබලයක් සකස් කිරීමටත්,

නිපුණතාව ලබාගත හැකි ය.

ආහාරයේ ගුණාත්මක බව පවත්වා ගනිමින් එහි ජීව කාලය වැඩි කර ගැනීමට ආහාර බාහිර පරිසරය සමඟ ගැටීම නිසා සිදුවන හානිය අවම කළ යුතු ය. ආහාර ඇසුරුම්කරණය මගින් බාහිර පරිසර සාධක ආහාර සමඟ ගැටීම අවම කළ හැකි ය. ආහාර ඇසුරුම්කරණයේ දී යොදාගන්නා ඇසුරුම් ලේබල මගින් ආහාර මිලදී ගැනීමේ දී පාරිභෝගිකයාට අත්‍යවශ්‍ය වන තොරතුරු පිළිබඳ දැනුවත් වීම සිදු වේ. මෙම දැනුවත්වීම සිදු කරනු ලබන්නේ ආහාරය පිළිබඳ අවශ්‍ය දත්ත එම ඇසුරුම් ලේබලයේ ඇතුළත් කිරීම මගිනි. ඒ නිසා ලේබලය ද ආහාර ඇසුරුමක තිබිය යුතු වැදගත් අංගයකි.

### ආහාර ඇසුරුම්කරණය

යම් ආහාර ද්‍රව්‍යයක් සුරක්ෂිත ලෙස ගබඩා කර තැබීම, බෙදා හැරීම හා පරිභෝජනය කරනු පිණිස ඇසුරුම් ද්‍රව්‍යයකින් ආවරණය කර සැපයීම ආහාර ඇසුරුම්කරණය ලෙස හැඳින්විය හැකිය. ආහාර ඇසුරුම්කරණය පාරිභෝගිකයා වෙත ආහාර ඉදිරිපත් කරන කලාවක් මෙන්ම විද්‍යාත්මක සංකල්ප භාවිත කරනු ලබන තාක්ෂණයක් ලෙසද හඳුනා ගත හැකි ය. එමෙන්ම ඇසුරුම්කරණයේ දී භාවිත වන ලේබල් මගින් ආහාර පිළිබඳ සිදුවන සන්නිවේදන ක්‍රියාවලිය ද ඇසුරුම්කරණයේ දී ඉතා වැදගත් මෙහෙයක් ඉටු කරයි. එනිසා ආහාර ඇසුරුම යනු ආහාරය නිෂ්පාදනය කරන ස්ථානයේ සිට පාරිභෝගිකයා දක්වා පැමිණෙන තුරු ආහාරයේ භෞතික මෙන්ම පෝෂණ තත්ත්වය පවත්වා ගැනීම සඳහා ආරක්ෂාවක් සැපයිය හැකි ආහාරයේ පරිරක්ෂණයට උපකාරී වන, සන්නිවේදන කෘත්‍යයක් ද ඉටු කළ හැකි ද්‍රව්‍යයකි.

**ආහාර ඇසුරුම් කිරීමේ අවශ්‍යතාව**

- ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්, ජලය, වාතය සහ ආලෝකය ඇතුළු වීම හෝ පිට වීම වැළැක්වීම
- ආහාර ද්‍රව්‍ය පිටතට කාන්දු වීම වැළැක් වීම
- ආහාරයේ ගුණාත්මකඛව රැක ගැනීම
- වෙළඳපොළ තුළ සහ ප්‍රවාහනයේදී ආහාර ද්‍රව්‍ය හැසිරවීමේ දී ඒවාට සිදුවිය හැකි අනතුරු වලින් ආරක්ෂා කිරීම
- අදාළ ආහාර ද්‍රව්‍ය මිල දී ගැනීමට පාරිභෝගිකයන් පෙළඹවීම
- ආහාරයේ ජීව කාලය රැක ගැනීම

**ආහාර ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය**

ලෝකයේ ආදි මානවයා ආහාර ගබඩා කර තැබීම සඳහා ස්වාභාවිකව පැවති ගස් බෙන, ගල් කුහර, කවච, ශාක පත්‍ර මෙන්ම සත්ව හම්, අං මෙන් ම බිඳුණු අස්ථි කොටස් ද භාවිත කර ඇත. එම යුගයේ පසු භාගයේ දී තෘණ (grass) වැනි ශාක ද්‍රව්‍යවලින් සාදාගත් කුඩ ද, ලෝහ හා මැටි බඳුන් ද ආහාර ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය ලෙස භාවිත කර ඇති බවට සාක්ෂි පවතියි.

වර්තමානයේ දී ආහාර ඇසිරීම සඳහා විවිධ ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය භාවිත කරනු ලැබේ. ඒවා පහත සඳහන් පරිදි වර්ග කළ හැකි ය.

**ස්වභාවික ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය :**

**ශාක පත්‍ර**



පිසින ලද ආහාර ඇසුරුම් සඳහා කෙසෙල්, නෙළුම් වැනි ශාක පත්‍ර භාවිත කරයි. එසේ ම පුවක් කොළ (කොළපොත), පැණි ඇසිරීම සඳහා භාවිත කරයි. හබරල කොළ මස්, මාලු ඇසිරීම සඳහා භාවිත කරයි. මේවායින් ආහාරයේ නැවුම් බව ආරක්ෂා වේ. එසේම මෙම ද්‍රව්‍ය පරිසර හිතකාමී ඇසුරුම් නිසා ආහාර ඇසුරුමෙන් ආහාරයට අහිතකර ද්‍රව්‍ය එකතු නොවන අතර පාරිසරික ගැටලු ද ඇති නොවේ.

කෙසෙල් පත්‍ර සියුම් පල්පයක් බවට පත්කර අච්චු භාවිත කරමින් ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය නිර්මාණය කරගත හැකි ය. පන්, තල් හෝ ඉඳි කොළ භාවිත කරමින් පන් මලු, තල් හෝ ඉඳිකොළ මලු සෑදිය හැකි ය.

පරිසර හිතකාමී ඇසුරුම් ලෙස බට කුඩ, වේවැල් කුඩ යොදාගත හැකි ය.



වේවැල් කුඩයක්

### මැටි

ස්වභාවික අමුද්‍රව්‍යයක් වන මැටි භාවිතයෙන් ද පරිසර හිතකාමී ඇසුරුමක්වන මැටි හට්ටි නිර්මාණය කරනු ලැබේ. මුදවාපු කිරි, බියර්, යෝගට්, පැණි වර්ග ඇසිරීම සඳහා මෙවැනි ඇසුරුම් යොදා ගත හැකි ය. මැටි බඳුන්වල සවිවර පෘෂ්ඨය මගින් මනා පාලනයකින් යුතුව වායු හුවමාරුව සහ ජල වාෂ්ප හුවමාරුව සිදුවන නිසා මෙම ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය මගින් ආහාරයේ ජීව කාලය වැඩි කරයි. නමුත් මෙම ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය බිඳෙන සුළු වීම ගැටලුවකි.

### කඩදාසි

ශාක පත්‍ර මගින් ලබා ගන්නා පල්ප යොදාගනිමින් කඩදාසි සාදනු ලැබේ. මේවා පරිසර හිතකාමී ඇසුරුමක් වන අතර ඉතා පහසු මිල ගණන් යටතේ ලබා ගත හැකි ඇසුරුම් ද්‍රව්‍යයක් ලෙස හැඳින්විය හැකි ය.

ඇසුරුම් ද්‍රව්‍යයක් ලෙස කඩදාසි භාවිතයේ පහත සඳහන් අවාසි දක්නට ලැබේ.

- වාතයට හෝ ජලයට බාධකයක් ලෙස ක්‍රියාත්මක නොවීම.
- ආහාරයේ ඇති තෙල් වර්ග උරා ගැනීම.



මෙම ගුණාංග ඉවත් කර හොඳ ඇසුරුමක් බවට පත් කිරීම සඳහා පහත ක්‍රියාමාර්ග ගනු ලැබේ.

- ආහාරයට ගත හැකි ඉටි තුල ගිල්වීම
- ආහාරයට ගත හැකි වාර්නිෂ් හෝ රෙසින් ආලේපනය
- පොලිතින් හෝ කාඩ්බෝර්ඩ් වැනි ද්‍රව්‍ය යොදා සවිමත් කිරීම

### කාඩ්බෝඩ් පෙට්ටි

කාඩ්බෝඩ් පෙට්ටි තුළ බොහෝවිට ඇලුමිනියම් හෝ ප්ලාස්ටික් යොදා ලැබීයේදී කර ඇති අතර මේවා තුළ ආහාර වැඩි කාලයක් ගබඩා කර තබා ගත හැකි ය.

### රැලි සහිත කාඩ්බෝඩ් ඇසුරුම්

රැලි සහිත කාඩ්බෝඩ් පිටත කාඩ්බෝඩ් ස්තර එකක් මත හෝ ස්තර දෙකක් අතර රැලි සහිත තවත් ස්තරයක් යොදා සකස් කර ඇත.

කාඩ්බෝඩ් ඇසුරුමේ වාසි ලෙස බර අඩු වීම, මිල අඩු වීම, පහසුවෙන් මුද්‍රණය කළ හැකි වීම හා පහසුවෙන් ලබා ගත හැකි වීම දැක්විය හැකි ය. අට්ටි ගැසීමේ දී හෝ දැඩි පීඩනයක් යටතේ යාන්ත්‍රික පීඩනවලට ඔරොත්තු නොදීම, රැලි සහිත කාඩ්බෝඩ් පෙට්ටි තෙතමනය අවශෝෂණය කරන නිසා විරුපී වීම ද මෙහි අවාසිදායක තත්ත්ව වේ.

### කෘත්‍රීම ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය :-

#### වීදුරු



කිරි, පලතුරු යුෂ, ජෑම්, චට්නි, මී පැණි වැනි ආහාර ඇසිරීම සඳහා ද වීදුරු බඳුන් බහුලව භාවිත කරයි.

ඉහළ උෂ්ණත්වයකට ඔරොත්තු දීම, ආහාර සමග ප්‍රතික්‍රියා නොකිරීම, තෙතමනය, වාතය, ගන්ධය හා ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්ට ඇතුළු වීමට නොහැකි වීම, නැවත නැවත භාවිත කළ හැකි වීම, ප්‍රතිචක්‍රීකරණය කළ හැකිවීම වැනි ගුණාංග වීදුරු සතු වේ. නිෂ්පාදනය පහසුවෙන් පාරදෘශ්‍ය වීමට අවශ්‍ය අවස්ථාවලදී එනම් පාරිභෝගිකයා වෙත ආහාරය දෘශ්‍යමාන ලෙස ඉදිරිපත් කළ යුතු අවස්ථාවල දී වීදුරු ඇසුරුම් භාවිත වේ. ආලෝකය මගින් ආහාරයට හානි සිදුවන අවස්ථාවල දී අදුරු පැහැති වීදුරු භාවිත කළ යුතු ය. මෙහි ප්‍රධාන අවාසි වන්නේ ඇසුරුම බිඳෙන සුළු වීම හා ඇසුරුමේ බර වැඩි වීමයි.

### ප්ලාස්ටික් සහ පොලිතින්

ප්ලාස්ටික් හා පොලිතින් සම්පූර්ණයෙන් ම කෘත්‍රීම ද්‍රව්‍ය වේ. දෘඩ ප්ලාස්ටික් මගින් පෙට්ටි, බෝතල් වැනි ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය නිර්මාණය කරයි. පොලිතින් පටල නම්‍යශීලී ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය වේ. වාතයට හා තෙතමනයට ප්‍රතිරෝධී වීම, හැසිරවීමට පහසු වීම, බර අඩු වීම මෙන්ම මිල අඩු වීම ද පොලිතින් පටල ඇසුරුම් ලෙස භාවිතයේ ඇති වාසිදායක තත්ත්ව වේ.



ප්ලාස්ටික් අසුරණ



පොලිතින් අසුරණ

**කඩදාසි, ප්ලාස්ටික්, එක්කර සෑදූ බහු ආස්තර ද්‍රව්‍ය**

මෙහි දී කාඩ්බෝඩ් පමණක් යොදා සෑදූවිට ඇතිවන අවාසි තත්ත්ව වැළැක්වීමට ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය කිහිපයක් එක්කර බහු ආස්තර ඇසුරුම් මාධ්‍ය සාදා ඇත.

උදා:-ටෙට්‍රාපැක් ඇසුරුම

එහි අභ්‍යන්තර සිට බාහිර දක්වා පහත දැක්වෙන පරිදි විවිධ ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය ස්තර වශයෙන් ඇත.



ටෙට්‍රා පැක් ඇසුරුම

මෙහි අභ්‍යන්තර පොලිතින් පටලයෙන් ආහාර ද්‍රව්‍ය හොඳින් රඳා පවත්වා ගනී. ඇලුමිනියම් පටලය ඔක්සිජන් වායුවට සහ ආලෝකයට ප්‍රතිරෝධී පටලයක් ලෙස ක්‍රියාකරයි. කඩදාසි ස්තරයෙන් ඇසුරුමට ශක්තිය ලබා දෙන අතර බාහිර පොලිතින් පටලය මගින් බාහිර ජල වාෂ්පවලින් ආහාරය ආරක්ෂා කරයි. ටෙට්‍රාපැක් ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය ආහාර ජීවානුහරණයේ දී යොදා ගන්නා තත්ත්වවලට ද ඔරොත්තු දේ.

ලෝහමය ද්‍රව්‍ය



ටින්, ඇලුමිනියම් වැනි ලෝහමය ද්‍රව්‍ය සුලභ ව භාවිත වන කෘත්‍රිම ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය වේ. මාළු, වීස්, පලතුරු යුෂ වැනි ආහාර ඇසිරීම සඳහා බහුල ව ටින් භාවිත වේ. මෙම ද්‍රව්‍ය මගින් ආහාරයට ආරක්ෂාව සැලසෙන අතර තාපයට ඔරොත්තු දීම, ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්ට ඇතුළු වීමට නොහැකි වීම යන වාසි සහගත තත්ත්ව ඇති කරයි. ලෝහමය ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය බරින් වැඩි වීම අවාසියකි.

ටින් ඇසුරුම

විශේෂිත තත්ත්ව යටතේ ආහාර ඇසුරුම් කිරීමේ ක්‍රම

ආහාර විශේෂිත තත්ත්ව යටතේ ඇසුරුම් කිරීමේ දී බහුලව භාවිත වන ක්‍රම තුනකි.

1. අපූති තත්ත්ව යටතේ ඇසිරීම
2. නවීකෘත අභ්‍යන්තර පරිසර තත්ත්ව යටතේ ඇසිරීම
3. රික්ත ඇසිරීම

අපූති තත්ත්ව යටතේ ඇසිරීම

මෙහිදී ආහාර ද්‍රව්‍යය සහ ඇසුරුම ද ඉහළ උෂ්ණත්වයකට ලක්කර එම උෂ්ණත්වයේ දී ම ආහාරය අසුරුණු ලැබේ. මෙහිදී අධි උෂ්ණත්ව පරාස (Ultra High Temperature ranges) භාවිත කරන නිසා ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් එක්වීමේ අවදානම ඉතා අඩු ය. බොහෝ ද්‍රව ආහාර මෙසේ අසුරුණු ලැබේ. උදා:- කිරි, පලතුරු යුෂ

ජීවාණුහරිත තත්ත්ව යටතේ අසුරුණු ලද ආහාර ශීතකරණ කුළ ගබඩා කිරීමට අවශ්‍ය නොවීම විශේෂ වාසියකි.

ආහාරවල නිෂ්පාදන වියදම අධික වීම, ආහාරය තුළ ඇතැම් එන්සයිමීය ක්‍රියා මුළුමනින්ම නිශේධනය කළ නොහැකි වීම මෙහි ඇති අවාසි වේ.

නවීකෘත අභ්‍යන්තර පරිසර තත්ත්ව යටතේ ඇසිරීම

මෙහි දී ආහාර ඇසුරුම තුළ අභ්‍යන්තර පරිසරය පාලනය කරනු ලැබේ. ඇසුරුම තුළ ඇති වාතය ඉවත් කර ඒ වෙනුවට වෙනත් වායු මිශ්‍රණයක් පිරවීම සිදු කරයි. මෙහිදී ඇසුරුම තුළ වූ ඔක්සිජන් වායුව ඉවත් කර කාබන්ඩයොක්සයිඩ් හෝ නයිට්‍රජන් වායු සංයුතිය වැඩි කිරීම සිදු කරයි. කාබන්ඩයොක්සයිඩ් වායුව බැක්ටීරියා, දිලීර මර්දනයට දායක වන අතර නයිට්‍රජන් වායුව ද ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් පාලනයට වැදගත් වේ.



නවීකෘත අභ්‍යන්තර තත්ත්ව යටතේ ඇසිරීමේ වාසි ලෙස ආහාරයේ ජීව කාලය වැඩි දියුණුවීම නිසා ආර්ථික හානි අවම වීම, උසස් තත්ත්වයේ නිම් භාණ්ඩයක් ලෙස ආහාර වෙළෙඳපොළට ඉදිරිපත් කිරීමට හැකි වීම දැක්විය හැකි ය. එසේම වායු ඇසිරීම සඳහා අමතර පිරිවැයක් දැරීමට සිදු වීම, එක් එක් ආහාර වර්ගය සඳහා සුදුසු වායු සංකලන භාවිත කිරීමට සිදු වීම, විශේෂිත යන්ත්‍ර සූත්‍ර සහ මෙම ක්‍රියාවලිය සඳහා මනා පුහුණුවක් අවශ්‍ය වීම මෙම ක්‍රමයේ අවාසි සහගත තත්ත්ව වේ.

### රික්ත ඇසිරීම

මෙහි දී ඇසුරුම් තුළ ඇති වාතය සියල්ල ඉවත් කර වාත ප්‍රතිරෝධී ලෙස ඇසුරුම් සකස් කරයි. මස්, රට ඉඳි වැනි ආහාර මෙලෙස ඇසුරුම් කරයි. මෙසේ ඇසුරුම් කළ ද, නිර්වායු ක්ෂුද්‍ර ජීවීන් සාමාන්‍ය පරිසර තත්ත්ව යටතේ ක්‍රියාත්මක වීමට හැකි නිසා සමහර ආහාර ශීත තත්ත්ව යටතේ ගබඩා කළ යුතු වේ. මෙහිදී ආහාරයේ තෙතමනය ඉවත් වීමක් හෝ හැකිලීමක්ද සිදු නොවන අතර ආහාරයේ නැවුම් බව සුරැකේ.

## 9.2 ආහාර ලේබල් කිරීම

ඇසුරුම් කරන ලද ආහාරයක තොරතුරු පාරිභෝගිකයාට සන්නිවේදනය කිරීම සඳහා එම ඇසුරුම් මත හෝ ඒ ආශ්‍රිතව යොදාගනු ලබන ලිඛිත, මුද්‍රිත, ඉලෙක්ට්‍රොනික හෝ ප්‍රස්තාරගත ඉදිරිපත් කිරීම ලේබල් කිරීම ලෙස හැඳින්විය හැකි ය.

### ආහාර ලේබල් කිරීමේ වැදගත්කම

- ආහාරය පිළිබඳ අවබෝධයක් පාරිභෝගිකයාට ලබාගත හැකිවීම
- පාරිභෝගිකයාට ඇති විය හැකි අනතුරුදායක තත්ත්ව අවම කරගැනීමට හැකි වීම
- නිසි ප්‍රමිතියකින් තොරව නිෂ්පාදනය කරන ලද හා කල් ඉකුත්වුණු ආහාර හඳුනා ගැනීම
- පරිභෝජනයට නුසුදුසු ආහාර වෙළෙඳපොළට ඉදිරිපත් වීම පාලනය වීම
- වෙළඳ නාමය, ස්ථානය ප්‍රචලිත කිරීම

### ආහාර ලේබල් කිරීමේදී පිළිපැදිය යුතු නීති රෙගුලාසි

ශ්‍රී ලංකාවේ ආහාර ලේබල් කිරීම සම්බන්ධ රෙගුලාසි 2005 වර්ෂයේ සිට ක්‍රියාත්මක වේ. මේ පිළිබඳ වැඩිදුර විස්තර 2005 .01.19 දින නිකුත් කළ ඇති 1375/9 දරන ගැසට් පත්‍රයේ සඳහන් වේ. ඒ අනුව කිසියම් පුද්ගලයෙකු ඇසුරුම්ක හෝ බහාලුම්ක අඩංගු කුමන හෝ ආහාරයක් එම ඇසුරුම් හෝ බහාලුම් මත මෙම නියෝගවලට අනුව ලේබල් කර නොමැතිනම්, එය විකිණීම, විකිණීමට ඉදිරිපත් කිරීම, විකිණීම සඳහා ප්‍රදර්ශනය කිරීම, විකිණීම පිණිස තබා ගැනීම, ප්‍රවාහනය හෝ විකිණීම සඳහා ප්‍රචාරය කිරීම නොකළ යුතු ය.

## ලේබලයක අන්තර්ගත විය යුතු මූලික කරුණු

ආහාර ඇසුරුම්ක ප්‍රධාන රාමුවේ/ලේබලයේ පහත කරුණු තුන සඳහන් විය යුතු ය.

1. පොදු නාමය(Common name) - ඕනෑම භාෂා දෙකකින් පැහැදිලිව හා ප්‍රමුඛව පෙනෙන ලෙස සහ අකුරින් මුද්‍රණය කළ යුතුය.
2. නිෂ්පාදනයේ වෙළෙඳ නාමය (සන්නම-Brand name) - භාෂා එකකින් හෝ වැඩි ගණනකින් මහජනයා නොමග නොයන සේ පැහැදිලිව සටහන් කළ යුතු ය.
3. ශුද්ධ අන්තර්ගතය - ජාත්‍යන්තර සංකේත ඇසුරින් දැක්විය යුතු ය.

උදාහරණ :-

- සහ ද්‍රවයක් නම් ග්‍රෑම් (g) හෝ කිලෝ ග්‍රෑම් (kg)
- ද්‍රව මාධ්‍ය සම්බන්ධ ව මිලි ලීටර (ml) හෝ ලීටර (l)
- ද්‍රව මාධ්‍යයෙන් අසුරා ඇත්නම් දියර ඉවත් කළ ශුද්ධ බර g හෝ kg

පොදු නාමය යනු ආහාරය පොදුවේ හඳුන්වන නාමය යි. මෙය සඳහන් කෙරෙන අකුරුවල ප්‍රමාණය, සන්නම සඳහා භාවිත කෙරෙන අකුරුවල ප්‍රමාණයෙන් තුනෙන් එකකට නොඅඩු විය යුතු ය. සන්නම සමාගම් සඳහා විශේෂිත ය. මෙයට අමතරව පහත සඳහන් තොරතුරු 1.5 cm කට නොඅඩු උසකින් යුත් තද පැහැ අකුරින් භාෂා තුනෙන් කවර හෝ එක් භාෂාවකින් හෝ ඊට වැඩි සංඛ්‍යාවකින් කුමන හෝ රාමුවක දැක්විය යුතු ය.

- අවසර ලත් ආහාර ආකලන ඒවායේ නම් වශයෙන් හෝ ජාත්‍යන්තර වශයෙන් අංක යෙදීමේ ක්‍රමයෙන් (International Numbering System - INS) සඳහන් කළ යුතු ය.
- ගබඩා කිරීම සහ භාවිත කිරීම පිළිබඳව උපදෙස්
- නිෂ්පාදකයාගේ නම හා ලිපිනය
- ශ්‍රී ලංකාව තුළ ඇසුරුම්කරුගේ හෝ බෙදාහරින්නාගේ නම හා ලිපිනය
- කාණ්ඩ අංකය හෝ සංකේත අංකය හෝ ඉරි සංකේත සටහන
- කල් ඉකුත් වීමේ දිනය
- නිෂ්පාදිත දිනය,  
වර්ෂය ඉලක්කම් 4 කින් දක්වා දිනය/මාසය/වර්ෂය ලෙස හෝ වර්ෂය/මාසය/දිනය ලෙස නිෂ්පාදිත දිනය/නිෂ්පාදනය කරන ලද දිනය/හෝ නි.දි. ලෙස කෙටි යෙදුම් ඉදිරියෙන් සංඛ්‍යාත්මක ලෙස සටහන් කළ හැකි ය.
- ආහාර තොග වශයෙන් ආනයනය කොට නැවත ඇසුරුම් කරනු ලබන විටෙක නිෂ්පාදනය කළ දිනය සහ යළි ඇසුරුම් කරන ලද දිනය



- ආහාරයක අඩංගු සංඝටකවල සම්පූර්ණ ලැයිස්තුවක් ඒවා සඳහා භාවිත කරන පොදු නම්වලින් යොදාගනු ලබන ප්‍රමාණයන්ට අනුව අවරෝහණ ක්‍රමයට දැක්විය යුතු ය.
- ආනයනය කරන ලද ආහාර සම්බන්ධයෙන් එම ආහාර නිෂ්පාදනය කළ රට
- වෙනත් ඕනෑම නියම කරන ලද ප්‍රකාශ

මෙයට අමතරව පහත කරුණු පිළිබඳව ද අවධානය යොමුකළ යුතු වේ.



- යම් ආහාරයක් සඳහා ප්‍රමිතියක් නිශ්චිත ලෙස නියම කර ඇත්නම් එවැනි ප්‍රමිතියක් නම් කර ඇති සංඝටක හැර වෙන කිසිවක් එවැනි ආහාරයක නොයෙදිය යුතු ය.
- අයනික විකිරණ ප්‍රමිතිකාරයට භාජනය කරන ලද ආහාරයක ආහාරයේ පොදු නාමයට ඉතා සමීප ව දැක්විය යුතු අතර රූපයේ දැක්වෙන ජාත්‍යන්තර සංකේතය ද පොදු නාමයට සමීපව දැක්විය යුතු ය.
- ජාන විකිරණයට ලක් කළ ආහාරයක් ආනයනය කිරීමට හෝ නිෂ්පාදනය කිරීමට ප්‍රධාන ආහාර අධිකාරියේ අනුමැතිය ලබා ගැනීම අත්‍යවශ්‍ය වේ. අනුමැතිය ලද ආහාර පමණක් සුදුසු ලෙස ලෙබල් කිරීමෙන් අනතුරුව වෙළඳපොළේ විකිණිය හැකි ය.

මෙම තත්ත්වවලට අමතරව නිෂ්පාදනය භාවිත කළ යුතු ආකාරය, ගුණ භාතිය අවම වන පරිදි ගබඩා කළ යුතු ආකාරය, පෝෂණ සංයුතියට අදාළ තොරතුරු ද සටහන් කරනු ලබයි.

**අභ්‍යාස**

1. පහත සඳහන් ආහාර ඇසිරීමට යොදා ගන්නා ස්වාභාවික ඇසුරුම් සහ කෘත්‍රීම ඇසුරුම් දෙක බැගින් සඳහන් කරන්න.
  - සහල්
  - තිරිඟු පිටි
  - පලතුරු යුෂ
  - නැවුම් මාලු
  - පිසින ලද එළවලු සහ බත්
2. ශාක පත්‍ර, මැටි, කඩදාසි, විදුරු, ප්ලාස්ටික් යන ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ වාසි අවාසි දක්වන්න.
3. ආහාර ඇසුරුම්කරණයේ වැදගත්කම පැහැදිලි කරන්න.

මෙම පාඩම අධ්‍යයනය කිරීමෙන් පසු ඔබට

- ආහාර ඇසුරුම් කිරීම හැඳින්වීමටත්
- ආහාර ඇසුරුම්කරණයේ අවශ්‍යතාව පැහැදිලි කිරීමටත්
- විවිධ ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය හඳුනාගැනීමටත්
- විවිධ ඇසුරුම් ක්‍රම පැහැදිලි කිරීමටත්
- ආහාර ලේබල් කිරීම හැඳින්වීමටත්
- ආහාර ලේබල් කිරීමේ වැදගත්කම විස්තර කිරීමටත්
- ආහාර ලේබල් කිරීමේ දී පිළිපැදිය යුතු නීති රෙගුලාසි මතුකර දැක්වීමටත්
- නියමිත නීති රෙගුලාසිවලට අනුකූලව ආහාර ලේබලයක් සකස් කිරීමටත්

හැකියාවක් ඇතිදැයි සිතා බලන්න.

පාරිභාෂික ශබ්ද මාලාව

ආහාර ඇසුරුම්කරණය	-	Food packaging
ඇසුරුම් ද්‍රව්‍ය	-	Packing Materials
අපූනි තත්ත්ව යටතේ ඇසිරීම	-	Aseptic Packaging
රික්ත ඇසිරීම	-	Vacuum Packaging
ආහාර ලේබල් කිරීම	-	Food Labeling
ඉරි කේත අංකය	-	Bar Code Number
නවීකෘත අභ්‍යන්තර පරිසර තත්ත්ව යටතේ ඇසිරීම	-	Modified Atmosphere Packaging