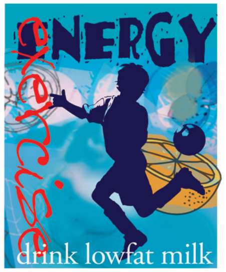
## স্কুলফুড

স্কুলফুড ১৭০০ বেশি পাবলিক স্কুলে প্রতিদিন ৮৫,০০০ খাবার পরিবেশন করে এখনকার শিক্ষার্থীদের একটি অসাধারণ খাওয়ার অভিজ্ঞতা প্রদান করে। স্কুলফুড কে-১২ গ্রেডের শিক্ষার্থীদের খাবার পরিবেশন পরিষেবা প্রদানে দেশের মধ্যে সর্ববৃহৎ এবং সামরিক বাহিনীর পর দ্বিতীয় বৃহৎ খাদ্য ক্রয়কারী প্রতিষ্ঠান।

স্কুলফুড আমাদের শিক্ষার্থীদের মধ্যে স্বাস্থ্যকর খাবারের বিকল্পসমূহ চালু করতে এবং উঁচু পুষ্টির মান বজায় রেখে সুস্বাদু, স্বাস্থ্যকর, এবং সন্তোষজনক বিভিন্ন ধরনের খাবারের মেন্যু প্রদানে প্রতিশ্রুতিবদ্ধ।

- খাদ্য সুরক্ষা — স্কুলফুড কর্মীগণ ক্ষতিকারক দ্রব্যের জটিল নিয়ন্ত্রণের অংশসমূহ বিশ্লেষণে (হ্যাজার্ড অ্যানালিসিস ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্টস্) প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত; খাদ্য সুরক্ষায় এটি একটি আধুনিক পদ্ধতি।
- ক্রেতা পরিষেবা — স্কুল সময়সূচিতে সময়মত, নির্ভরযোগ্য নাশ্‌তা এবং লাঞ্চ পরিষেবা প্রদানের ব্যবস্থা রয়েছে।
- সরাসরি যোগাযোগ — স্কুলফুড আপনার প্রশ্ন বা পরামর্শের জন্য আপনাকে আমন্ত্রণ জানায়; আপনার চাহিদা পূরণে আমাদের পেশাদার দল নিশ্চয়তা প্রদান করে।
- স্কুলফুড অংশীদারিত্ব — খাদ্য অভিজ্ঞতা উন্নয়নে স্কুলফুডের ম্যানেজার, প্রিন্সিপ্যাল, প্যারেন্ট কোঅর্ডিনেটর, অন্য স্কুল কর্মী, পিতামাতা, এবং শিক্ষার্থীগণ তাদের একযোগে কাজ করে।




## স্কুলফুড-এর পুষ্টি মান

কোন কৃত্রিম স্বাদ, রঙ, মিষ্টান্নকরণ, পাম অয়েল, নারিকেল তেল, বিএ-ইচএ, বিএইচটি, বা এমএসজি ব্যবহার করা হয় না।

নাশ্‌তার জন্য মোট ৬৬০ গ্রাম এবং লাঞ্চের জন্য ৭৭০ গ্রামের বেশি লবন দেয়া হয় না

মোট চর্বির পরিমাণ মোট ক্যালরির ৩০% -এর অতিরিক্ত না

সম্পৃক্ত চর্বি মোট ক্যালরির ১০%-এর অতিরিক্ত না

সম্পৃক্ত চর্বিজনিত এসিড এবং অতিরিক্ত ফ্রুকটোজ কর্ন সিরাপের পরিমাণ সীমিত করা হয়

শুধুমাত্র সম্পূর্ণ গমের ব্রেড এবং রোল পরিবেশন করা হয়

প্রতিদিন তাজা ফলমূল এবং সব্জি প্রদান বাড়ানো হয়

শুধুমাত্র কম ননীযুক্ত এবং ননীহীন দুধ পরিবেশন করা হয়

স্কুলছুটি পরবর্তী স্বাস্থ্যকর স্ন্যাকস্ এবং মেন্যুভুক্ত স্ন্যাকবোর্ড কর্মসূচি দেয়া হয়

## আপনার সন্তানদের সফল হতে সহায়তা করুন

### *সুস্বাদু এবং স্বাস্থ্যকর স্কুল খাবারের প্রতি "হ্যাঁ" বলুন*

*স্কুল খাবারের জন্য আবেদন*

অনেক শিক্ষার্থী ফ্রি এবং হ্রাসকৃত মূল্যে খাবার পাবার যোগ্য। একটি পূরণকৃত স্কুল খাবারের আবেদনপত্রের মাধ্যমে যোগ্য শিক্ষার্থীরা ফ্রি অথবা ২৫ সেন্ট দিয়ে লাঞ্চ খেতে পারে। যেসকল শিক্ষার্থী তাদের আয় অনুযায়ী যোগ্য নয় এবং/অথবা আবেদনপত্র জমা দেয়নি তারা দেড় ডলার (১.৫০) দিয়ে লাঞ্চ খাবে। অর্থ সাশ্রয় আপনি এবং আপনার পরিবারের জন্য বুদ্ধিমানের কাজ। আবেদনপত্র পূরণ করা নিশ্চিত করুন।

*নাশ্‌তা*

যেসকল শিক্ষার্থী স্বাস্থ্যকর নাশতা খায় তারা স্কুলের দিনে তাদের শিক্ষণ ক্ষমতা বৃদ্ধি করে স্কুলে বেশি মনোযোগ দেয়। তারা প্রমিত পরীক্ষায় ভালো ফলও করে এবং তাদের ঢিলেমি এবং অনুপস্থিতির হারও কম। এই সুযোগসমূহ গ্রহণে শিক্ষার্থীদের উৎসাহিত করতে নিউ ইয়র্ক সিটির সকল শিক্ষার্থীর জন্য স্কুলে ব্রেকফাস্ট ফ্রি।

*ক্লাসরুমে নাশ্‌তা*

স্কুলফুডের ক্লাসরুমে নাশ্‌তা কর্মসূচি নিউ ইয়র্ক সিটি পাবলিক স্কুলের শিক্ষার্থীদের জন্য তাদের শিক্ষণ ক্ষমতার সর্বোচ্চ ব্যবহারের মাধ্যমে একটি চমৎকার সুযোগ প্রদান করে। শিক্ষার্থীরা যাতে তাদের শিক্ষনির্দেশনার দিনে প্রয়োজনীয় যথাযথ পুষ্টি এবং বল পায় এই পারস্পরিক ক্রিয়ার কর্মসূচিটি তা নিশ্চিত করে।

ক্লাসরুমে ব্রেকফাস্টের মাল্টিমিডিয়া উপস্থাপনা এবং পাবলিক সার্ভিস ঘোষণা দেখতে http://schools.nyc.gov/schoolfood সাইটে যান।

*গ্রীষ্মের খাবার: ফ্রি ব্রেকফাস্ট এবং লাঞ্চ*

ব্রেকফাস্ট এবং লাঞ্চ পরিষেবা স্কুল শিক্ষা বছরের পরেও অব্যাহত থাকে। ফ্রি ব্রেকফাস্ট ও লাঞ্চের খাবার সকল নিউ ইয়র্ক সিটির ১৮ বছর এবং তার কম বয়সী শিক্ষার্থীদের জন্য পুরো সামারে দেয়া হয়। আমাদের সামারের খাবারের কর্মসূচি শত শত পাবলিক স্কুল, কম্যুনিটি পুল সেন্টার, সিটি পার্ক, নিউ ইয়র্ক সিটি হাউজিং অথোরিটি কমপ্লেক্স, সিটির অন্যান্য স্থানে চালু থাকে। কোন রেজিস্ট্রেশন, কাগজপত্র, বা আইডির প্রয়োজন পড়ে না। অর্থাৎ, সুস্বাদু ফ্রি ব্রেকফাস্ট বা লাঞ্চ উপভোগ করতে ছেলেমেয়েদের কোন পাবলিক স্কুলেও ভর্তি হতে হবে না।

## স্কুলফুড ডাইনিং রুমসমূহ

স্কুলফুডের এক্সিকিউটিভ শেফ খাবার তৈরিতে স্কুলফুডের পুষ্টি এবং রান্নার উঁচুমান রক্ষায় উৎপাদনকারীদের সাথে একযোগে কাজ করে। বিভিন্ন ধরনের খাদ্যদ্রব্য প্রতিটি স্কুল গ্রেডের জন্য পৃথকভাবে আমাদেরকে সিটিওয়াইড মেন্যু তৈরির সুযোগ দেয়।

স্কুলফুডের ক্যুলিনারি শেফদের টিম স্কুলের রান্না–সম্পর্কিত কর্মীদেরকে পেশাগত দক্ষতা এবং প্রশিক্ষণ প্রদান করে। যথাযথ রন্ধন প্রক্রিয়া এবং খবার পরিবেশনের কৌশল সম্প্রসারণ নিউ ইয়র্ক সিটির শিক্ষার্থীদের মধ্যে স্বাস্থ্যকর খাদ্যাভ্যাস গড়ে তোলায় স্কুলফুডের লক্ষ্য অর্জনে সহায়ক ভূমিকা রাখে।

মেন্যু, পুষ্টি সম্পর্কিত নির্দেশাবলী, স্বাস্থ্যকর স্ন্যাকস্ এবং অন্যান্য তথ্যের জন্য http://schools.nyc.gov/schoolfood ওয়েবসাইট দেখুন।

শৈশব মেদবাহুল্যের আধিক্য এবং তার সাথে সম্পৃক্ত কঠিন রোগসমূহ যেমন ডায়াবেটিস নিরসনের প্রচেষ্টায়, আমাদের পুষ্টি বিষয়ক কোঅর্ডিনেটর পুষ্টি–সংক্রান্ত মান এবং নীতি প্রবর্তন এবং সেগুলি বলবৎ করেন। জাতীয়ভাবে স্বীকৃতি প্রাপ্ত স্বাস্থ্য অ্যাসোসিয়েশন, স্থানীয় কম্যুনিটি গ্রুপ, এবং সরকারি প্রতিষ্ঠানসমূহের সাথে সম্পর্ক প্রতিষ্ঠা এবং সমন্বয় প্রচেষ্টা স্কুলফুডকে ডিপার্টমেন্ট অব এডুকেশনের (ডিওই) ওয়েলনেস পলিসির সহায়তার সুযোগ প্রদান করে।

ডিওই ওয়েলনেস পলিসি নিউ ইয়র্ক সিটির শিক্ষার্থীদের সুস্বাস্থ্য এবং মঙ্গল কামনা করে।

পূর্ণ নীতিসমূহ পর্যালোচনা বা প্রিন্ট করতে, অনুগ্রহ করে http://schools.nyc.gov/offices/health/genprogserv/wellness.htm ওয়েবসাইট দেখুন

### *স্কুলফুড আপনার প্রশ্নসমূহ জানতে চায়*

স্কুলফুডের আঞ্চলিক পরিচালকের সাথে যোগাযোগের তথ্য

***ম্যানহ্যাটন্ কম্যুনিটি স্কুল ডিস্ট্রিক্ট ১ – ৬***
(917) 339-1742 ccondon@schools.nyc.gov

***ব্রংক্সস্কুল কম্যুনিটি ডিস্ট্রিক্ট ৭– ১২***
(718) 741-5486 lmizrahi@schools.nyc.gov

***ব্রুকলিন ওয়ান স্কুল কম্যুনিটি ডিস্ট্রিক্ট ১৩, ১৪, ১৬, ১৯, ২৩, এবং ৩২***
(718) 935-3389 mfigueroa@schools.nyc.gov

***ব্রুকলিন টু/ স্টেটেন আইল্যান্ড স্কুল কম্যুনিটি ডিস্ট্রিক্ট ১৫, ১৭, ১৮, ২০, ২১, ২২, এবং ৩১***
(718) 714-0387 vtammaro@schools.nyc.gov

***কুইন্স স্কুল কম্যুনিটি ডিস্ট্রিক্ট ২৪–৩০***
(718) 391-6881 jmagsin@schools.nyc.gov

অফিস অব স্কুলফুড
এরিক গোল্ডস্টাইন, প্রধান নির্বাহী অফিসার
egoldstein@schools.nyc.gov
44-36 Vernon Boulevard
Long Island City, NY 11101
Phone: 718.707.4300

NYC Department of Education

SchoolFood
Feed your mind

T&I-15034 (Bengali)