

স্কুলফুড-এর উদ্দেশ্য সংক্রান্ত বিবৃতি

স্কুলফুড আমাদের শিক্ষার্থীদের মধ্যে স্বাস্থ্যসম্মত খাবার বেছে নেয়ার অভ্যাস গড়ে তুলতে এবং সর্বোচ্চ পুষ্টিগুণ বজায় রেখে সুস্বাদু, স্বাস্থ্যসম্মত এবং রুচিসম্মত খাবার বেছে নেয়ার সুযোগ সৃষ্টি করতে সংকল্পবদ্ধ।

- **পুষ্টিমান**-আমাদের খাবারের পুষ্টিমান সবসময় ইউএসডিএ-এর নির্ধারিত মানের সমান, এবং বহু ক্ষেত্রে তা অতিক্রম করে। আমরা আমাদের খাদ্যতালিকাতন্ত্র খাবারে লবন, চর্বি এবং কোলেস্টেরল কমিয়ে দিয়েছি এবং উচ্চ ফ্রুকটোজযুক্ত কর্ন-সিরাপ বর্জন করছি। স্কুলফুড ট্রান্সফ্যাট, কৃত্রিম সুগন্ধি, রং, চিনির বিকল্প, পাম ওয়েল, বিএইচএ, বিএইচটি এবং এমএসজি নিষিদ্ধ করেছে। এছাড়া আমাদের খাবারে খাদ্যজাত ফাইবার আমরা বাড়িয়ে দিচ্ছি।
- **খাদ্য-নিরাপত্তা**-স্কুলফুড কর্মীরা খাদ্য সংরক্ষণের নিরাপদ ব্যবস্থাপনায় অতিসাম্প্রতিক দৃষ্টিভঙ্গী 'হ্যাজার্ড অ্যানালাইসিস ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্টস' (এইচএসসিপি)-এ প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত।
- **কাস্টমার সার্ভিস**- স্কুলের সূচি অনুযায়ী আমরা ঠিক সময়ে, নির্ভরযোগ্যতার সাথে নাস্তা ও লাঞ্চ পরিবেশন করি।
- **প্রত্যক্ষ যোগাযোগ**- স্কুলফুড কর্মীরা আপনার প্রশ্ন ও সুপারিশ পেতে আগ্রহী; আমাদের পেশাদার কর্মীরা আপনার চাহিদা পূরণ করবেন, সে ব্যাপারে আমরা নিচয়তা দেই।
- **স্কুলফুড-এর অংশীদারিত্ব**- স্কুলফুড ম্যানেজার, প্রিন্সিপ্যাল, প্যারেন্ট কোঅর্ডিনেটর, অন্যান্য স্কুলকর্মী, পিতামাতা এবং শিক্ষার্থীরা সবাই মিলিতভাবে খাওয়াদাওয়ার পর্বটিকে সুষ্ঠুভাবে সম্পন্ন করতে সহযোগিতা করেন।

স্কুলফুড রেস্টুরেন্ট



স্কুলফুড-এর নির্বাহী শেফ উৎপাদনকারীদের সাথে ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করে যাতে উৎপাদিত সামগ্রীগুলো স্কুলফুড-এর উচ্চ পুষ্টিমান ও রান্নামান বজায় থাকে। অসংখ্য খাদ্যদ্রব্যের সমাহার থাকার কারণে শহর জুড়ে আমাদের স্কুলগুলোর প্রতিটি গ্রেড পর্যায়ের ভিন্ন ভিন্ন চাহিদাভিত্তিক খাবার সরবরাহ করা সম্ভব হয়।

স্কুলফুড-এর বাবুটির দল স্কুলের কিচেন কর্মীদেরকে পেশাদারসুলভ জ্ঞান ও প্রশিক্ষণ দিয়ে থাকেন। প্রকৃত রন্ধন-প্রক্রিয়া এবং খাবার পরিবেশন কৌশল ব্যবহারের সম্প্রসারণ নিউ ইয়র্ক সিটির শিক্ষার্থীদের মধ্যে স্কুলফুড-এর লক্ষ্য স্বাস্থ্যসম্মত খাবার অভ্যাস গড়ে তোলার উদ্যোগকে সমর্থন করে।

বিশেষভাবে প্রণীত বিপণন কর্মসূচি স্কুলফুড ক্যাফেটেরিয়াগুলোকে স্কুলফুড রেস্টুরেন্টে পরিণত করেছে। নাস্তা ও লাঞ্চ-এর প্রচারণা অনুষ্ঠানে প্রতি মাসে একটি বয়স-নির্দিষ্ট কেন্দ্রীয় বিষয় থাকে এবং তা শিক্ষার্থীদের পছন্দ, প্রচলিত ধারা এবং সাংস্কৃতিক বৈচিত্র্যকে তুলে ধরে। অনুষ্ঠানগুলোতে বেশ মজা হয় এবং সেখানে শিক্ষার্থীদের জন্য থাকে ভালো খাবার, বন্ধুত্বপূর্ণ পরিবেশন এবং উপভোগ্য খাদ্য।

সন্তানকে সফল হতে সহায়তা দিন

স্কুলে মুখরোচক ও স্বাস্থ্যসম্মত খাবার পরিবেশনের প্রতি আপনার সমর্থন ব্যক্ত করুন

স্কুলের খাবারের আবেদন

অনেক শিক্ষার্থী ফ্রি বা হ্রাসকৃত মূল্যে খাবার পাওয়ার যোগ্য। স্কুলের খাবারের আবেদনপত্র পূরণ করলে শিক্ষার্থী ফ্রি বা ২৫ সেন্টস্ দিয়ে লাঞ্চ পেতে পারে। আয়-অনুযায়ী খাবার পাওয়ার যোগ্য নয় বা আবেদনপত্র জমা না দেয়া শিক্ষার্থীরা ১ডলার ৫০ সেন্টস্ দিয়ে খাবার কিনবে। আপনার নিজের এবং পরিবারের জন্য অর্থের সাশ্রয় করা ভালো। খেয়াল করে একটি আবেদনপত্র পূরণ করবেন।

নাস্তা

বেসব ছেলেমেয়ে সকালে পুষ্টিকর নাস্তা খায়, তারা স্কুল দিবস জুড়ে লেখাপড়ায় ক্রিয়ালীলাত বৃষ্টির মাধ্যমে স্কুলে অধিক মনোযোগী হয়। এছাড়াও তারা প্রতিমত পরীক্ষায় ভালো নম্বর পায়, এবং কম হারে বিলম্বে স্কুলে আসে ও অনুপস্থিত থাকে। শিক্ষার্থীদের এই সুযোগ থেকে এসব সুবিধাগুলো গ্রহণে উৎসাহিত করার জন্য নিউ ইয়র্ক সিটির সকল শিক্ষার্থীর নাস্তা ফ্রি।

গ্রীষ্মকালে খাবার: ফ্রি নাস্তা ও দুপুরের খাবার

নাস্তা ও দুপুরের খাবার স্কুল বছরের শিক্ষানির্দেশনার সমসূচি শেষ হওয়ার পরও অব্যাহত থাকবে। নিউ ইয়র্ক সিটির ১৮ বছর ও তার কম বয়সীদের জন্য পুরো গ্রীষ্ম জুড়ে ফ্রি নাস্তা ও দুপুরের খাবার পাওয়া যাবে। শত শত পাবলিক স্কুল, কমিউনিটি সেন্টার, সিটি পার্ক, নিউ ইয়র্ক সিটি হাউজিং অথরিটি কমপ্লেক্স এবং শহরের বিভিন্ন এলাকায় আমাদের গ্রীষ্মের খাবার কর্মসূচি পরিচালিত হয়। কোন রেজিস্ট্রেশন বা আইডি কার্ড দেখাতে হবে না। বস্ততপক্ষে, ফ্রি সুস্বাদু নাস্তা বা দুপুরের খাবার খেতে ছেলেমেয়েদেরকে কোন পাবলিক স্কুলেই তালিকাভুক্ত হতে হবে না।



স্কুলফুড প্রতিদিন পুষ্টিকর ও মুখরোচক খাবার পরিবেশন করে

সকল নাস্তা ও দুপুরের খাবার:

- ইউনাইটেড স্টেটস ডিপার্টমেন্ট অব অ্যাগ্রিকালচার-এর নির্দেশনা অনুসারে ক্যালরি নিয়ন্ত্রিত;
 - ছেলেমেয়েদের জন্য খাদ্যে প্রোটিন, আয়রন, ক্যালসিয়াম এবং ভাইটামিন এ ও সি-এর সুপারিশকৃত মাত্রা মেনে চলে বা অতিক্রম করে; এবং
 - খাদ্যে মোট চর্বিজাতীয় উপাদান ৩০%-এর কম রেখে এবং মোট ক্যালোরির ১০%-এর কম স্যাচুরেটেড ফ্যাট সীমিত করে আমেরিকানদের খাদ্যে কোলেস্টেরল ও লবনের সুপারিশকৃত মাত্রা মেনে চলে।
- বিগত চার বছরে স্কুলফুড নাস্তা, দুপুরের খাবার এবং স্ন্যাক্স কর্মসূচিতে অনেক পুষ্টিগত পরিবর্তন সাধন করেছে যার মধ্যে আছে:
- কম ননীয়ুক্ত দুধ গ্রহণ বাড়িয়ে দিয়ে; আমরা পূর্ণ ননীয়ুক্ত দুধ সরবরাহ, বিশেষ চাহিদাসম্পন্নদের কর্মসূচি ছাড়া, বন্ধ করে দিয়েছি;
 - শুধু তুষুক্ত আটার রুটি ও রোলস সরবরাহ করে;
 - দৈনিক তাজা ফল ও সব্জি ব্যবহারের সুযোগ বাড়িয়ে দিয়ে;
 - সিটির সকল হাই স্কুলে সালাদ বার-এর ব্যবস্থা করে;
 - ট্রান্স ফ্যাট বর্জন করে; এবং
 - যাতে নিউ ইয়র্ক সিটির শিক্ষার্থীদের খাদ্যাভ্যাস, স্বাস্থ্য এবং প্রাতিষ্ঠানিক কার্যসম্পাদনায় উন্নতিবিধান করা যায়, সেজন্য স্থানীয় ও আঞ্চলিকভাবে পণ্য সংগ্রহ করার মাধ্যমে নিউ ইয়র্ক স্টেটের কৃষি অর্থনীতিকে শক্তিশালী করে বিভিন্ন সংস্থার সাথে অংশীদারিত্বের মাধ্যমে কাজ করে। নিউ ইয়র্ক স্টেট ডিপার্টমেন্ট অব অ্যাগ্রিকালচার অ্যান্ড মার্কেট-এর সাথে এই স্কুলফুড প্রাস-এর অংশীদারিত্ব আমাদেরকে স্থানীয়ভাবে উৎপাদিত ফলমূল, শাক-সব্জি এবং দুগ্ধজাত পণ্য ব্যবহার ও সচেনতা বাড়াতে স্থানীয় কৃষিবিদদের সাথে কাজ করার সুযোগ দেয়।

শিক্ষার্থীরা আমাদের খেদের এবং আমরা প্রতিদিন
তাদের পরিষেবা দেয়ার জন্য এখানে আছি।



শিশুদের মধ্যে স্থূলত্ব বৃদ্ধি এবং এর সাথে সংশ্লিষ্ট ডায়াবেটিসের মতো বিভিন্ন ধরনের কঠিন অসুখের বিস্তারের বিরুদ্ধে আমাদের পুষ্টি সমন্বয়ক পুষ্টিগত মান ও কৌশল প্রণয়ন ও বলবৎ করেন। জাতীয় স্বীকৃত স্বাস্থ্যকর্মী, স্থানীয় কমিউনিটি গ্রুপ, এবং সরকারী সংস্থাসমূহের সাথে সম্পর্ক উন্নয়ন ও সমন্বয়মূলক উদ্যোগ গ্রহণের মাধ্যমে স্কুলফুড ডিপার্টমেন্ট অব এডুকেশনের (ডিওই)-এর সুস্থতা বিধি-কে সহায়তা দেয়ার সুযোগ লাভ করে।

ডিওই-এর সুস্থতা বিধি নিউ ইয়র্ক সিটির শিক্ষার্থীদের স্বাস্থ্য ও সুস্থতার অগ্রগতি সাধন করতে আগ্রহী। পুরো বিধিটি পর্যালোচনা বা প্রিন্ট করতে অনুগ্রহ করে নিচের ওয়েব পেজটি দেখুন:

<http://schools.nyc.gov/Offices/Health/GenProgServ/Wellness.htm>

স্কুলফুড আপনাদের কাছ থেকে প্রশ্ন আহ্বান করছে...

স্কুলফুড-এর রিজিওন্যাল ডাইরেক্টরদের সাথে যোগাযোগের তথ্য

মানহাটান: (917) 339-1744 sobrien@schools.nyc.gov

ব্রঙ্ক: (718) 741-8815 lmizrahi@schools.nyc.gov

ব্রুকলিন ১: (718) 935-3411 mfigueroa@schools.nyc.gov

(কমিউনিটি স্কুল ডিস্ট্রিক্ট ১০, ১৪, ১৬, ২০ ও ৩২)

ব্রুকলিন ২/স্ট্যাটেন আইল্যান্ড: (718) 714-0386 vtammaro@schools.nyc.gov

(কমিউনিটি স্কুল ডিস্ট্রিক্ট ১৫, ১৭, ১৮, ২০, ২১, ২২ ও ৩১)

কুইন্স: 718 391- 6883 tcashin@schools.nyc.gov

খাদ-তালিকা, পুষ্টিমান নির্দেশিকা, স্বাস্থ্যসম্মত স্ন্যাক্স এবং অন্যান্য তথ্যের জন্য

www.opt-osfns.org/osfns ওয়েব সাইট দেখুন।

Office of SchoolFood
Eric Goldstein, Chief Executive Officer
egoldstein@schools.nyc.gov
44-36 Vernon Boulevard
Long Island City, NY 11101
Phone: 718 707-4300



T&I-8798 (Bengali)

পিতামাতাদের জন্য তথ্য



NYC Department of Education