

Edikasyon sou Nitrisyon



Vèsyon Avril 2022



MannaPack[®] Rice



(dèyè paj kouvèti a)



Vèsyon Avril 2022

Kenbe Manje yo Byen Balanse

KONSÈP:

Diri MannaPack® se yon repa ekilibre ki bay enèji, soy ki sanble ak vyann moulen an bay pwoteyin, ak poud aromatize a bay vitamin ak mineral. Ou dwe prepare manje ak tout sa ki vini nan sachè MannaPack® la pou yon repa ekilibre. Ou ka fè lot manje ekilibre ki sanble ak MannaPack® la lè w sèvi ak manje lokal ou pi renmen yo.

GID POU MOUN KAP FÈ FOMASYON:

Kisa ou we nan foto sa yo?

Repons yo kapab: kategori manje ke nou ta dwe manje pou nou jwenn nitrasyon nou bezwen an.

Ki sa ou panse ou bezwen nan chak nan gwoup manje sa yo pou gen yon repa ekilibre ak an sante?

Repons yo kapab: nou bezwen manje pou enèji, grandi epi rete djanm, epi pou nou rete an sante.

Kisa Diri MannaPack® genyen pou ede w jwenn yon repa ekilibre?

Repons yo kapab:

- *Diri MannaPack® bay enèji, soy ki sanble ak byann moulen an edew grandi epi rete fò, epi vitamin ak mineral an poud la pou ede w rete an sante.*
- *pou nou ka gen yon repa ekilibre, nou ap bezwen sèvi tout engredyan yo ki vini ak manje a.*

Kijan nou ka fè manje MannaPack® la bay menm pi bon gou pou li kapab tankou manje lokal nou an?

Repons yo kapab: ajoute kèk manje lokal pou fè li tankou lòt manje nou yo ak pou fè nitrasyon an pi byen toujou.

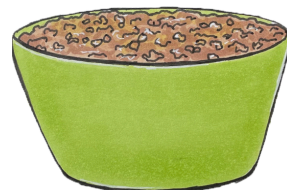
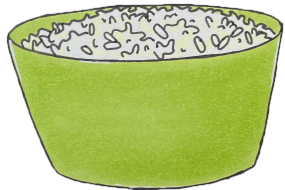
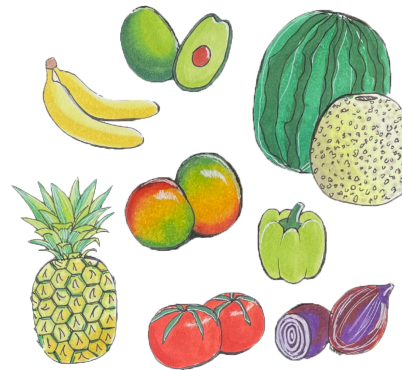
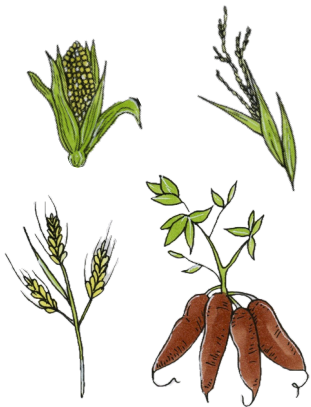
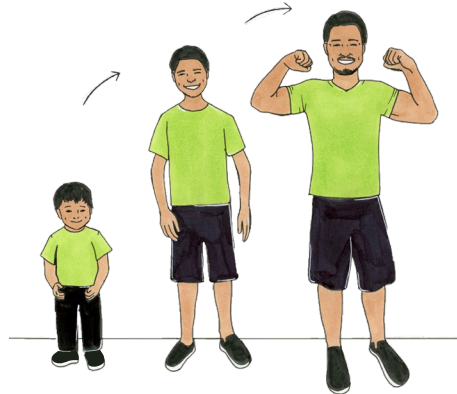
DISKISYON ANPLIS:

Kijan manje Diri MannaPack® kapab ede w jwenn yon rejim ekilibre?

Kijan ou ka fè yon repa tankou Diri MannaPack® ak manje ou gen lakay ou oswa manje ou ka jwenn?



Vèsyon Avril 2022



Konsevasyon MannaPack Rice nan bwat e nan sache



Vèsyon Avril 2022

KONSÈP:

MannaPack Rice dwe konseve nan yon kote ki byen ayere, li pa dwe depoze direktman ate, ni kole nan mi. MannaPack Rice sipoze byen pwoteje kont tout bet tankou mouch, founi, rat, oubyen lot bet, epi pa konseve pre pwodwi chimik ki toksik. MannaPack Rice dwe konseve andan yon bifet ki kapab femen avek kle ou yon chanm ki femen ak kle.

GID POU MOUN KAP FÈ FOMASYON:

Kisa ou wè nan foto yo ki nan premye ranje a?

Repons yo ka: moun yo ap mete pakè a ak bwat la sou yon tab ki ka rete nan yon chanm. Pa mete bwat la atè a.

Kisa w panse yon kalendriye vle di?

Repons lan kapab: Pwodwi sa a sipoze konseve e itilize avan 1-2 ane.

Poukisa ou panse ke w sipoze depoze pwodwi a sou yon sifas ki pi wo ke ate a?

Repons lan kapab:

- Pou pwoteje l kont tout sot de kontaminasyon (founi, ravet epi lot bet), e pou anpeche l jwenn ak dlo ki kapab gate l ou lot vye bagay ki ate a.
- Si manje sa jwen ak bagay ki kontamine l, ou sipoze jete l.

Nan enstitisyon pa w la, eske w konseve manje a nan yon plas ki sekirize? Eske dwe femen l avek kle?

Repons lan kapab: Pou enstitisyon pa m lan nou bezwen konseve l yon kote ki femen a kle pou evite vol. Min le nou voye l pou sevi andan kay li pa bezwen femen a kle.

Ki jan ou panse pwodwi ki louvri yo ta dwe estoke?

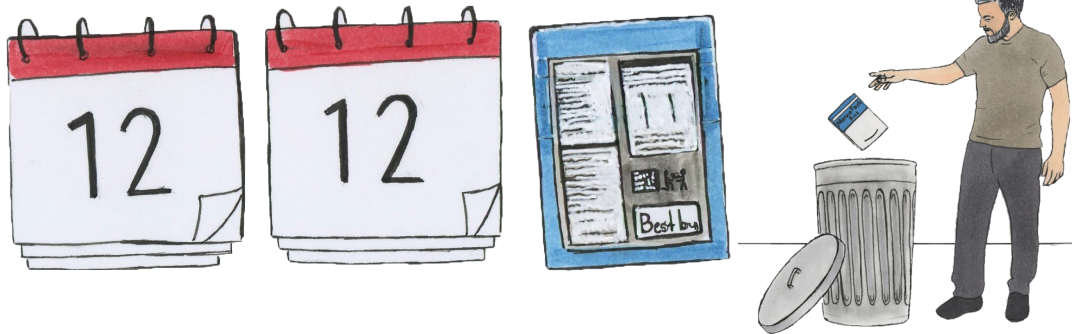
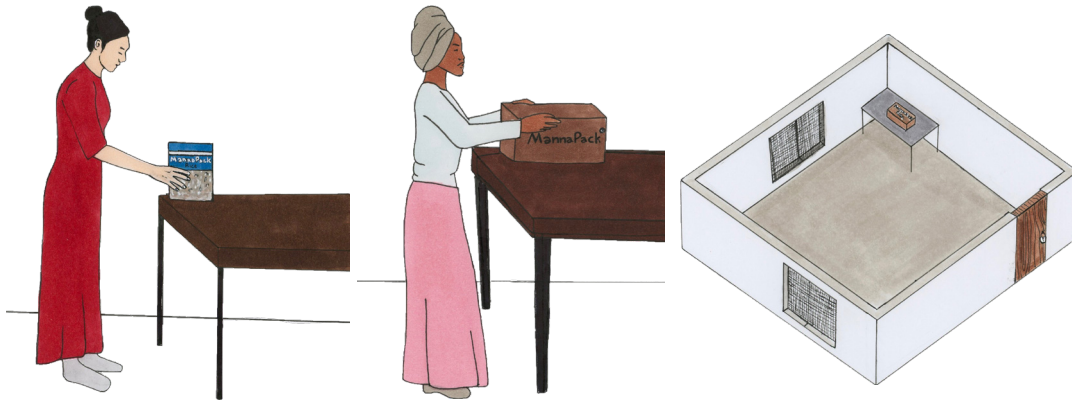
Repons yo ka: nan yon sachè ki ka kachte e ki pa pran dlo oswa avèk tèt sachè a byen fèmen. Sachè a ta ka pliye, ak yon wòch oswa yon lòt bagay ki lou Pou mete sou tèt sachè a pouka kenbe li fèmen.

Kisa w sipoze fe si pwodwi a chanje koule, li vini jon ou nwa ou si poud la fe boul?

Repons lan kapab: Se posib li chanje koule sitou le pwodwi a konseve lontan nan yon kote ki fe cho. Sa pa fe pwodwi a gen okenn pwoblem ou kapab toujou itilize l.

Kisa w dwe fe si pwodwi a gen chanpiyon ou ravet, founi ou arenye ladan l?

Si pwodwi a genyen chanpiyon ladan l ou ravet, founi ou arenye, sa vle di pwodwi sa kapab kontamine ou pa sipoze manje l



Meye fason pou prepare MannaPack Rice la



Vèsyon Avril 2022

KONSÈP:

MannaPack Rice Sipoze prepare avek anpil swen e anpil ijyen.

GID POU MOUN KAP FÈ FOMASYON:

Kisa ou we nan foto ki pou byen prepare manje a?

Repons lan kapab:

- Yon espas ki pwop, chodye, kiye, avek asyet.
- Men ki lave.

Kisa w bezwen netwaye pou pepare MannaPack Rice?

Repons lan kapab: Tout espas la, chodye yo, vesel yo, avek men w.

Pou kisa li toujou enpotan pou w netwaye espas yo, chodye yo ak vessel yo, epi men w avan w prepare manje?

Repons lan kapab: Pou asire ke manje a pwop e li pap fe nou malad

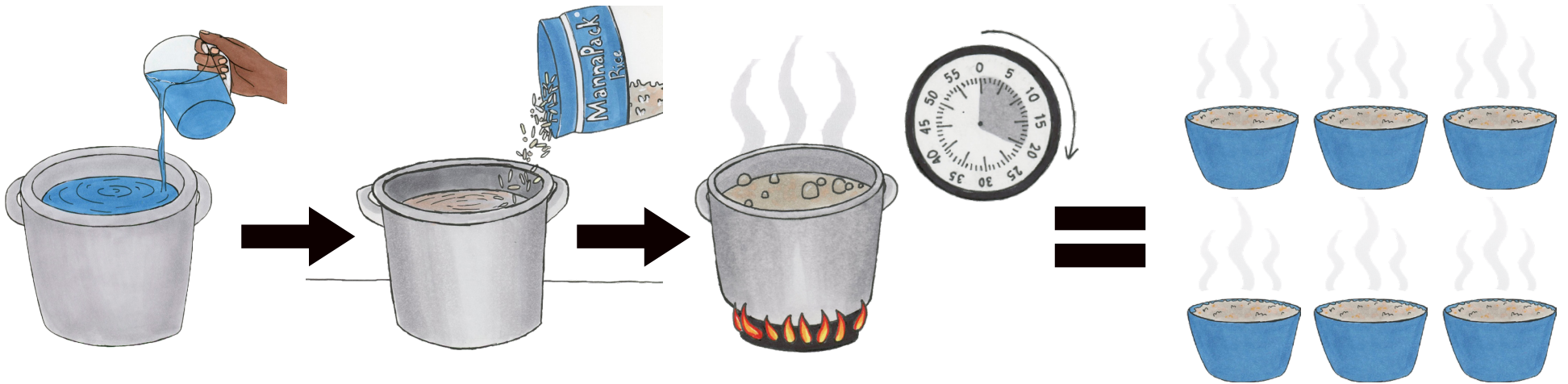
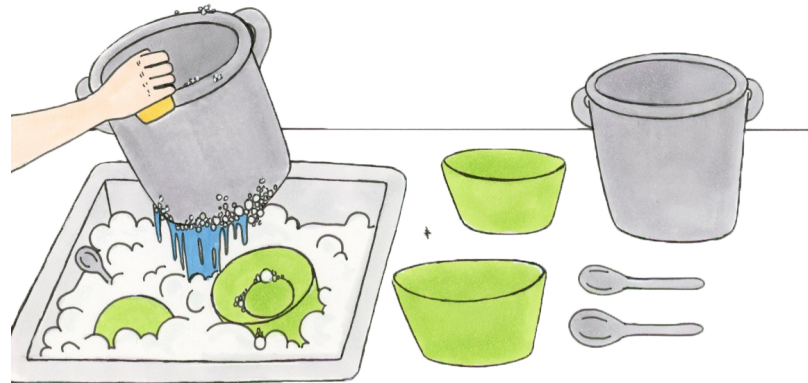
Kisa ou we nan foto yo pou preparasyon an?

Repons lan kapab:

- Dlo avek lot likid ki vide nan chodye a.
- Yon sache MannaPack ki ap ajoute nan dlo a.
- Dlo a ansanm ak mannapack la sipoze kwit pandan 20 minit.
- Le manje a fini kwit lap kapab separe pou 6 moun.



Vèsyon Avril 2022





Vèsyon Avril 2022

Kenbe e ajoute lot engredyan nitritif nan MannaPack Rice la

KONSÈP:

MannaPack Rice la sipoze kwit Selman pou 20 minit. MannaPack Rice sipoze manje toutswit apre l fini prepare. Ajoute manje lokal ki gen vitamin, espesyalman fri osinon legim nan MannaPack Rice la pandan 5 denye minit lap kwit la pou konseve nitrisyon yo.

GID POU MOUN KAP FÈ FOMASYON:

Kisa ou we nan 3 premye foto yo?

Repons lan kapab: Preparasyon manje a avek dlo epi kite l kwit pou 20 minit.

Eske w panse ou sipoze kwit li pou plis tan oswa kenbe sa ki prepare a pou yon jou?

Repons lan kapab: Li pi bon pou li kwit Selman pou 20 minit pou konseve nitrisyon yo, paske si li kwit pou plis tan pete lap pedi kek nitrisyon.

Kisa ou we nan dezyem 3 foto yo?

Repons lan kapab: Genyen legim rache ki ajoute nan manje a pou 5 minit. Si li kwit pou plis tan kapab fe legim yo pedi vre vale nitrisyonel yo.

Pou kisa w panse ke legim avek lot bagay kapab ajoute nan manje a

Repons lan kapab: Pou plizye lot chwa, pou gou, pou bay manje a plis fos epi fe l pi gou.

Pou kisa ou panse se le manje a pwal kwit ou kapab ajoute legim yo?

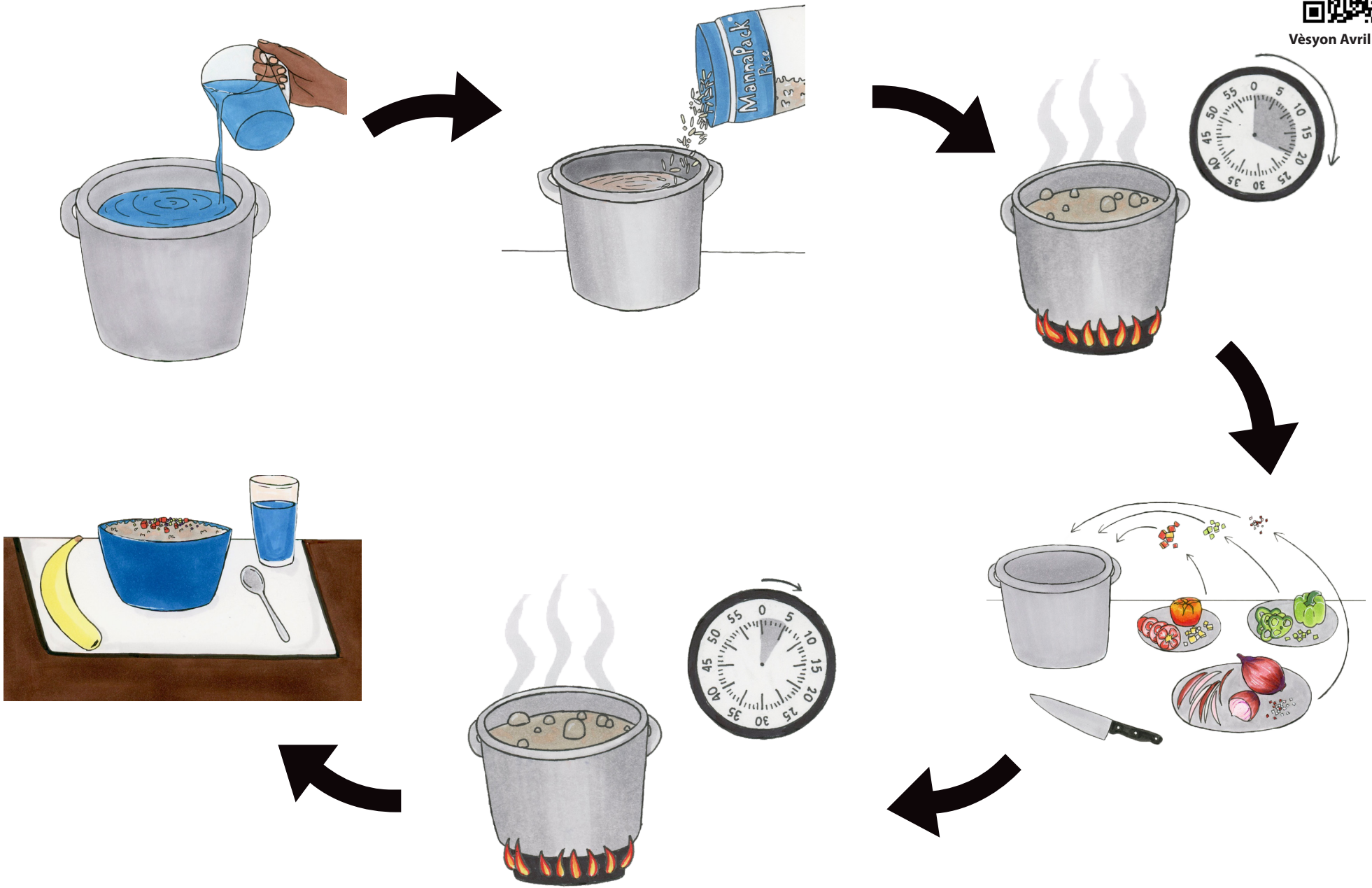
Repons lan kapab: Pou kenbe freche yo, pou kenbe nitrisyon ki nan legim yo, epi kenbe gou a.

Ki lot manje ke w gen lakay ou ke ou kapab ajoute nan manje a?

Repons lan kapab: Legim, vyan, volay, pwason, ze, let, fri, epis, ou lot bagay ke w kapab manje.



Vèsyon Avril 2022



Konsevasyon MannaPack Rice ki prepare



Vèsyon Avril 2022

KONSÈP:

Konseve manje ki kwit la nan yon vesò ki kouvri yon kote sech ki pa touche ate. Pa plis ke 2 zed tan apre li kwit.
Rechofe res manje sa byen toufe avan ou separe l.

GID POU MOUN KAP FÈ FOMASYON:

Kisa ou we nan foto sa yo?

Repons lan kapab: Manje ki rete a konseve nan yon vesò kouvri ki touche ate a.

Pou konbyen tan ou panse w sipoze kenbe res manje a apre le te kwit li a?

Repons lan kapab:

- *Apre li kwit, manje sa kapab konseve ak swen pandan kat ze de tan.*
- *Si gen frijide, manje kwit la kapab konseve plis pase 2 jou nan yon tanperati ki pi ba ke 4 degre Celsius e rechofe byen toufe pandan 2 minit.*

Kisa ou dwe fe avan w manje nenpot res manje ki domi?

Repons lan kapab: Kwit li pou li bouyi anko byen toufe pandan 2 minit pou asire w ke li bon pou w manje.

Kisa ou sipoze fe si manje sa te konseve pou twop tan?

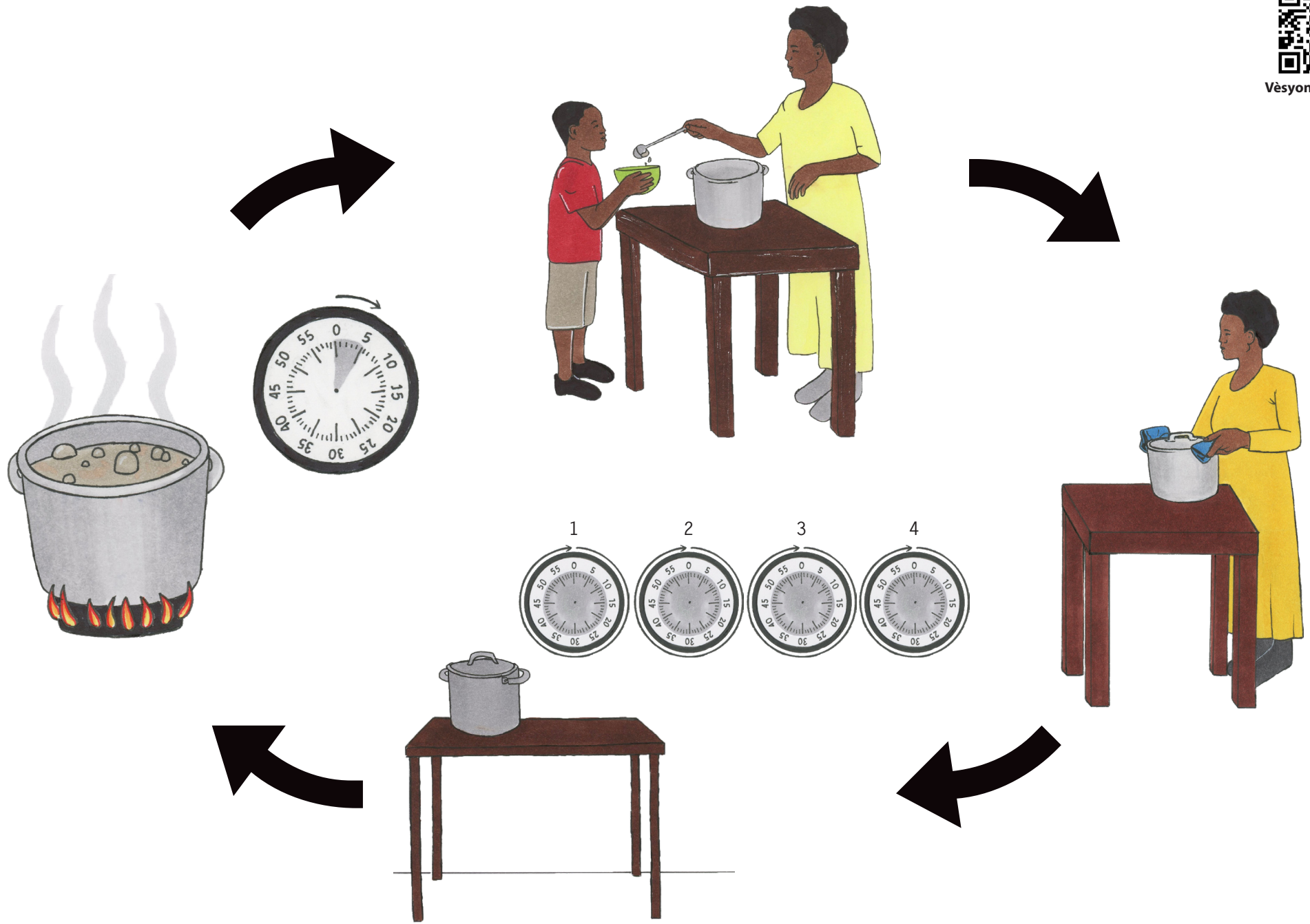
Repons lan kapab: Pou pwoteje sante nou, nou sipoze jete l.

Kisa ou kapab fe pou w pa kontinye jete manje le w fini prepare l?

Repons lan kapab: Nou kapab jis prepare kantite nap manje yon fwa pou evite gen res pou sere.



Vèsyon Avril 2022



MannaPack[®] Rice





Vèsyon Avril 2022

Preparasyon MannaPack Rice

KONSÈP:

Pou prepare yon sache (384 gram) MannaPack Rice pou 6 moun, nap bezwen 1.4 lit dlo li rekomande pou byen melanje l, kite l bouyi pou li kwit pandan 20 minit.

GID POU MOUN KAP FÈ FOMASYON:

Kisa ou we nan desen sa yo?

Repons lan kapab:

- Souke sache a pou melanje pwodwi a.
- Ajoute 1.4 lit dlo avek manje a nan yon chodyè epi kite l byen bouyi.
- Brase l epi kite l kwit pandan 20 minit.
- Diri MannaPack® dwe kwit pou 20 minit.



Vesyon 4/2022

