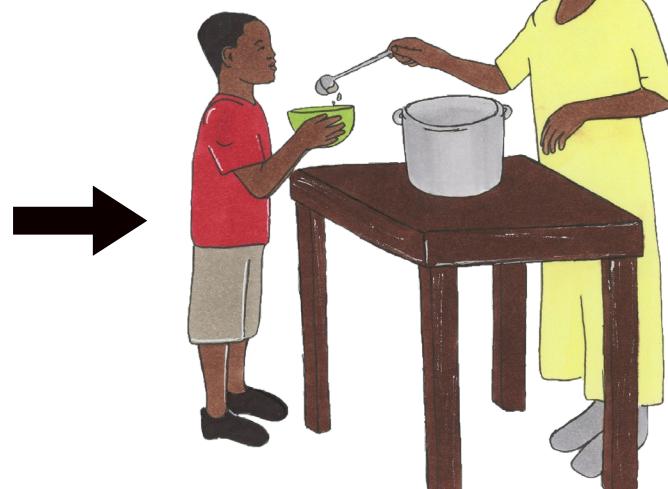
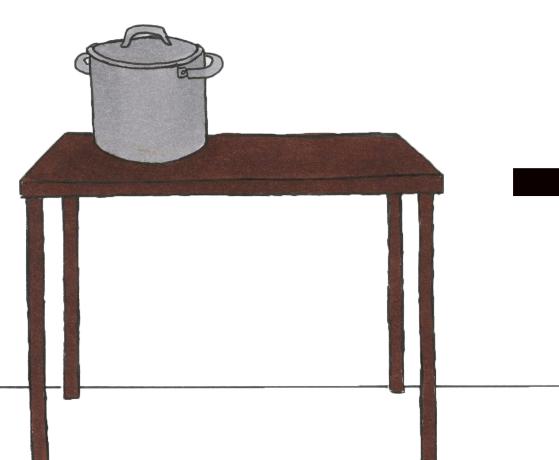
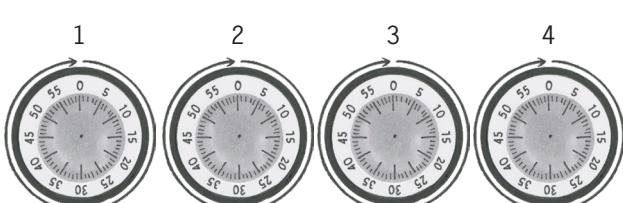
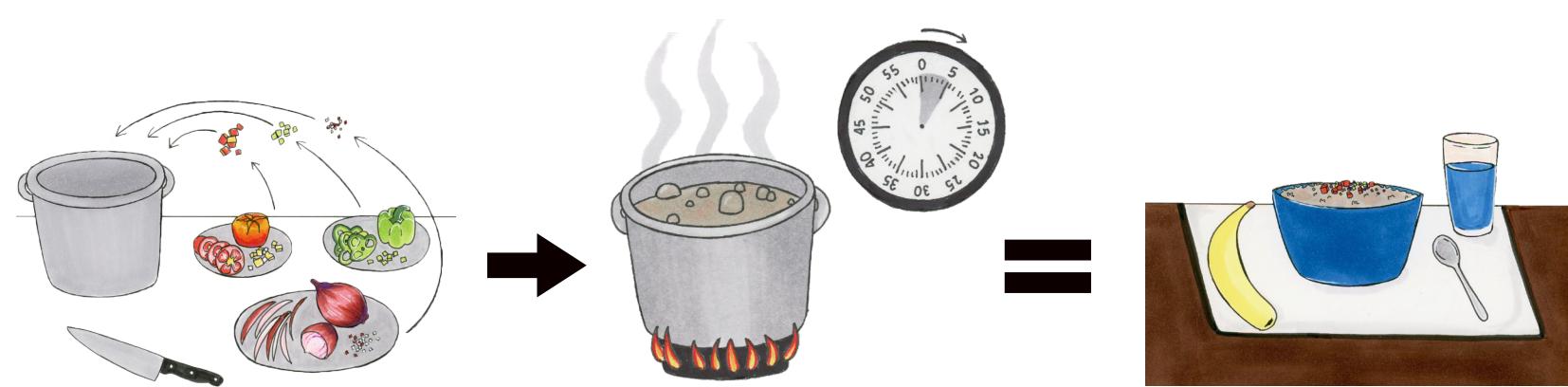
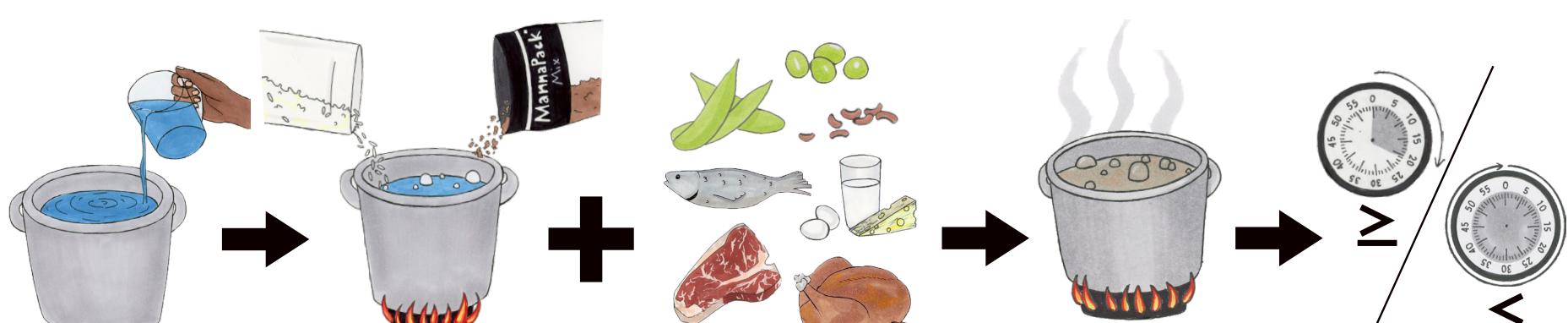
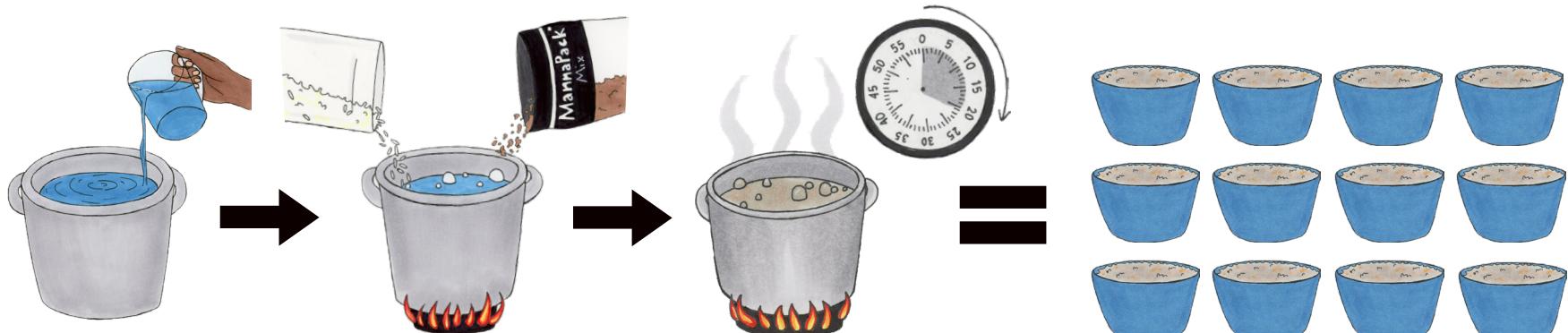


Edikasyon sou Nitrisyon



Vèsyon 6/2022



MannaPack® Mix



Edikasyon sou Nitrisyon



Vèsyon 6/2022

Preparasyon Grenn san danje ak MannaPack® Mix

KONSÈP:

Tout manje yo ta dwe prepare san danje epi ijyenik. Preparasyon an gen ladan kwit manje ak MannaPack® Mix pou 20 minit.

GID POU ANTRENÈ:

Kisa ou wè nan ranje anlè foto yo?

Repons yo ka:

- netwaye sifas, po, kiyè, ak bòl
- lave men yo

Ki sa ki bezwen pwòp pou prepare MannaPack® Mix?

Repons yo ka: tout sifas, po, istansil, ak men.

Poukisa li enpòtan pou w gen zòn pwòp, po ak istansil, ak men w anvan w prepare manje?

Repons yo ka: pou asire ke manje an sekirite epi yo pa fè nou malad.

Kisa ou wè nan foto ki nan dezyèm ranje a?

Repons yo ka: kijan pou prepare manje a ak dlo, gress ak MannaPack® Mix pandan y ap kwit manje pou 20 minit.

Kenbe epi ajoute nitrisyon nan manje ki fèt ak MannaPack® Mix

KONSÈP:

Grenn yo ta dwe kwit selon plan nòmal. Pa egzanp, diri yo ta dwe kwit pou 20 minit. MannaPack® Mix, vyann, pwason, bèt volay, pwa kwit, oswa lòt pwoteyin yo ta dwe ajoute pou kwit manje ak gress yo. Ajoute manje lokal nourisan, espesyalman fwi ak legim, nan MannaPack® Mix pandan senk dènye minit yo lè nap kwit manje pou ka konsève eleman nitritif yo.

GID POU ANTRENÈ:

Kisa ou wè nan premye ranje foto yo?

Repons yo ka:

- Prepare manje a lè w ajoute gress, MannaPack® Mix ak manje pwoteyin yo nan dlo aprè kwit manje a.
- Kwit manje ant 20 minit ak yon èdtan. Tan an pou kwit manje depann de pwoteyin yo ajoute.

Kisa ou wè nan dezyèm ranje foto yo?

Repons yo ka: ajoute legim fre koupe yo epi kwit yo pou 5 minit epi sèvi ak fwi pou yon repa ekilibre.

Poukisa ou panse yo ajoute legim yo an denye le nap kwit manje a?

Repons yo ka: pou kenbe frechè nitrisyon nan legim yo ak pou pi bon gou.

Ki kalite manje ou genyen lakay ou ke ou ta ka ajoute nan manje a?

Repons yo ka: legim, vyann, bèt volay, pwason, ze, lèt, fwi, epis santi bon, oswa lòt bagay.

Depo Manje Prepare ak MannaPack® Mix

KONSÈP:

Sere manje ki prepare nan yon vesò ki kouvri nan yon kote ki sèk sou tè a li pa dwe plis pase kat èdtan apre yo fin kwit manje a. Chofe pwodwi a bouyi pou sèvi rès yo.

GID POU ANTRENÈ:

Kisa ou wè nan foto sa yo?

Repons yo ka: rès manje ki estoke nan po ki kouvri anlè tè a.

Konbyen tan ou panse ou ta dwe kenbe rès manje aprè yo finn kwit?

Repons yo ka:

- Apre yo fin kwit manje, yo ka kenbe manje san danje pou jiska kat èdtan.
- Si gen frijidè, manje a ka kenbe jiska de jou nan tanperati ki pi ba a 4 degré santigrad ak rechofe pou bouyi pou omwen 2 minit.

Kisa ou ta dwe fè anvan ou manje nenpòt ki rès manje?

Repons yo ka: kwit bouyi ankò pou omwen 2 minit pou asire w ke li an sekirite.

Kisa ou ta dwe fè si yo te kenbe manje a twò lontan?

Repons yo ka: Pou kenbe nou an sekirite, nou pral bezwen jete yo.

Ki jan ou ka evite jete manje ou te prepare?

Repons yo ka: Nou ka prepare ase pou nou manje nan yon sèl fwa pou nou pa gen rès manje.