



دستور العمل تغذیه و تدارکات حج تمتع

۱۳۹۰ هـ ش - ۱۴۳۲ هـ ق

اداره کل برنامه ریزی تدارک و امور رفاهی

تیر ۱۳۹۰

فصل اول: تدارکات در حج تمتع سال ۱۳۹۰

۱	توزیع اقلام تدارکاتی
۵	فرم درخواست اقلام اضافه بر سهمیه (کسری) کاروان
۶	فرم بازگشت اقلام مازاد به انبار تدارکات
۷	لیست اقلام تدارکاتی تحویلی به کاروانها - حج تمتع ۱۳۹۰
۸	لیست کالاهایی که کاروانها می بایست از ایران تهیه نمایند
۹	لیست حواله های اقلام تدارکاتی کاروانهای حج تمتع ۱۳۹۰ در مکه مکرمه
۱۰	لیست حواله های اقلام تدارکاتی کاروانهای حج تمتع ۱۳۹۰ در مدینه منوره
۱۱	کروکی انبار مرکزی - انبار شرکت خالدزینی - محل توزیع ماست (مکه مکرمه)
۱۲	کروکی شرکت لبنیاتی نادک و آشپزخانه قحطانی (مکه مکرمه)
۱۳	کروکی انبار مرکزی تدارکات مدینه منوره

فصل دوم: تغذیه در حج تمتع سال ۱۳۹۰

۱۵	کلیات تغذیه در حج تمتع
۱۵	نحوه دریافت اولین وعده غذا
۱۵	رابط غذا
۱۶	تعداد غذا
۱۶	زمان تحویل غذا توسط آشپزخانه ها
۱۷	زمان عودت هیترها
۱۷	شرایط مناسب هیترهای حمل غذا
۱۸	چند نکته دیگر در مورد تغذیه
۲۰	دستورالعمل چگونگی استفاده از غذاهای آماده
۲۲	جدول برنامه غذایی حج تمتع ۱۳۹۰
۲۳	جدول برنامه غذایی رژیمی حج تمتع ۱۳۹۰
۲۴	دستورالعمل تهیه سالاد
۲۶	فرم درخواست غذای اضافه و رژیمی

فصل اول

تذاریکات درج جمع

سال ۱۳۹۰

توزیع اقلام تدارکاتی

همانگونه که مطلع می باشید موضوع خرید،تخزین و توزیع اقلام تدارکاتی در روند ارائه خدمات به زائرین عزیز خانه خدا از اهمیت خاصی برخوردار است. به همین جهت بعثه مقام معظم رهبری و سازمان حج و زیارت عنایت خاصی در این خصوص مبذول داشته و از حدود هشت ماه قبل از شروع عملیات حج، جلسات کمیسیون تغذیه و تدارکات که اعضاء آن متشکل از برخی مسئولین بعثه مقام معظم رهبری و سازمان می باشند و با حکم ریاست محترم سازمان انتخاب شده اند تشکیل می گردد.

اولین اقدام این کمیسیون تدوین برنامه غذایی زائرین بود که با توجه به امکانات موجود در عربستان و با استفاده از نظرات کارشناسان تغذیه و بهداشت مرکز پزشکی حج به صورت هفتگی تنظیم گردیده است. در برنامه غذایی سعی شده است از غذاهای ملی و متنوع در حد تغذیه عمومی مردم استفاده گردد. پس از تدوین برنامه غذایی، سرانه مصرف اقلام تدارکاتی استخراج و با توجه به تعداد زائرین و عوامل اجرایی محترم از دو طریق تأمین می گردد.

دسته اول اقلامی است که می بایست توسط کاروان ها و یا آشپزخانه های مرکزی از محل تنخواه ارزی خود در عربستان به صورت روزمره خریداری و استفاده گردد.

دسته دوم اقلامی است که در عربستان بین کاروان ها و یا آشپزخانه ها توزیع می شود. تعداد این اقلام برای کاروانها و آشپزخانه ها با توجه به ظرفیت کاروان و ظرفیت پخت آنان متفاوت است لذا برای این منظور با صدور حواله، مقدار اقلام تدارکاتی هر کاروان و آشپزخانه مشخص گردیده است و این کالاها از طریق مناقصه محدود با درج آگهی با اولویت کالای ایرانی از عربستان و ایران تأمین گردیده است.

کلیه کاروانها ۲۹ قلم کالا طی ۱۷ حواله و الباقی به صورت لیستی در مکه مکرمه و ۲۷ قلم کالا طی ۹ حواله و الباقی به صورت لیستی در مدینه منوره از ستاد منطقه مربوطه تحویل خواهند گرفت.

در خصوص توزیع این اقلام نکاتی وجود دارد که به شرح زیر اعلام می شود و شایسته است که با همکاری، همفکری و تعامل با رؤسای محترم مناطق و حوزه های ستادی در جهت خدمتگزاری هر چه بهتر به زائرین عزیز گام برداریم:

ضروری است مدیران محترم کاروان ها با مطالعه این جزوه و برنامه ریزی دقیق در طول سفر نسبت به دریافت اقلام تدارکاتی کاروان خود اقدام فرمایند.

۱- در این دستورالعمل نحوه توزیع اقلام تدارکاتی اعم از خشک و لبنی به همراه جداول مربوطه و کروکی محل های توزیع، جهت اطلاع مدیران محترم کاروان ها آورده شده است.

۲- به کلیه مدیران محترم کاروانها یک تقویم زمانبندی مراجعه و میزان توزیع کالاهای تدارکاتی تحویل داده می شود.

۳- اقلامی که در انبار مرکزی توزیع می گردد (مانند ظروف یکبار مصرف، اقلام خشک و ...) طی لیستی که بر اساس سرانه هر کاروان تنظیم شده است در محل انبار مرکزی تحویل عوامل اجرایی محترم کاروان خواهد شد که و ایشان ضمن مراجعه به توزیع کنندگان اقلام در انبار و پس از دریافت کالای خود، می بایست نسبت به امضاء و مهر نمودن لیست مذکور اقدام نمایند.

۴- اقلامی که توسط شرکت های طرف قرارداد توزیع می گردد هر کدام در یک حواله چاپ گردیده و در اختیار ستاد مناطق قرار می گیرد لذا مقتضی است پیش پروازهای کاروانها در اولین فرصت به ستاد منطقه مربوطه

مراجعه و نسخه ممه‌ور به مهر تدارکات را دریافت و قبل از مراجعه به هر یک از محله‌های توزیع حواله مربوطه را مهر نمایند، به نحوی که شماره کاروان و نام مدیر مشخص باشد.

۵- توزیع ل‌بنیات در مکه مکرمه و مدینه منوره در یک مکان انجام خواهد شد. حواله های ل‌بنیات دارای تاریخ مشخص می باشند که مدیران محترم می بایست به این نکته دقت نمایند. زیرا جدول توزیع در هر روز به همان ترتیبی که بین کاروانها توزیع شده است به شرکت های ل‌بنیاتی طرف قرارداد سازمان داده شده و این شرکتها به میزان مندرج در آن جداول، محصولات خود را توزیع می نمایند، لذا چنانچه کاروانی که مثلاً امروز نوبت دریافت ل‌بنیات دارد مراجعه نکند، با توجه به اینکه سهمیه روز بعد نیز به مقدار جدول مربوطه و تعداد کاروانهایی که باید در آن تاریخ مراجعه کنند تنظیم شده است، شرکت مزبور نیز اقلام ل‌بنی خود را طبق جدول تهیه و توزیع می نماید و امکان دریافت حواله روز قبل نمی باشد و باید روند دیگری را طی کند به همین خاطر تعجیل و تأخیر در دریافت این اقلام نظم مربوطه را بهم می‌زند که مطمئن هستیم مدیران محترم کاروان ها برای جلوگیری از اتلاف وقت خود قطعاً رعایت این مسائل را خواهند کرد و این امر توسط شرکت توزیع کننده نیز به دقت مراعات خواهد شد. این برنامه ریزی به خاطر جلوگیری از ازدحام، اتلاف وقت، سهولت دریافت کالا و بویژه تاریخ دار بودن اقلام ل‌بنی به دلیل ماهیت فسادپذیری این اقلام است.

۶- ممکن است در زمان حضور همه زائران عزیز خصوصاً در مکه مکرمه با توجه به ازدحام و ترافیک و مقررات خاص مرور، مشکلاتی در جهت توزیع اقلام ل‌بنی بوجود آید که ضروری است با تعامل، همفکری و همکاری یکدیگر نسبت به رفع مشکلات کوشا باشیم.

۷- مدیران محترم کاروانها که خود برگزیده صاحب البیت برای خدمت به ضیوف الرحمن هستند می بایست در مقاطع بحرانی همکاری خود را افزایش داده و با تدبیر و درایت از تبدیل هر موضوع به عاملی تشنج زا جلوگیری نمایند. زیرا قصد همه عزیزان خدمت است لیکن بعضاً مشکلات ناخواسته ای حادث می‌شود که همکاری تنگاتنگی را می‌طلبد.

۸- در محل توزیع ل‌بنیات از پارک وانت بارها به صورت نامنظم جداً خودداری نموده و به عوامل محترم کاروان تذکر داده شود که در همه حال نظم و انضباط را رعایت کنند، زیرا اگر پارک نامنظم باعث بسته شدن راه و ازدحام در محل و زحمت ساکنین محله شود قطعاً توسط شهرداری محل و یا اداره مرور عربستان از توزیع اقلام جلوگیری بعمل خواهد آمد که باعث بروز مشکلات خواهد شد و اگر تعامل لازم مبنی بر رعایت تاریخ حواله، توسط مسئولین محترم کاروانها همراه با تأمین به موقع کالا توسط شرکتهای طرف قرارداد و همچنین نظارت کافی از سوی تدارکات به عمل آید، نیازی به مراجعه قبل یا بعد از ساعت شروع و خاتمه کار عاملین توزیع وجود نخواهد داشت و بالطبع معطلی نیز نخواهیم داشت.

۹- در سالهای گذشته به دلیل عدم عودت سبدهای شرکت طرف قرارداد، اجباراً توزیع ل‌بنیات که از مواد خوراکی حساس و مهم است در نایلکس توزیع می شد که این رفتار در شأن مدیران و عوامل کاروانها و زائرین ایرانی نیست که تلاش شده است با توزیع ل‌بنیات در کارتن، این معضل کاملاً حل شود ولی اگر به هر دلیل و بویژه در ایام پیک، ل‌بنیات با سبد توزیع شد، ضروری است در مراحل بعدی ابتدا سبدهای مرحله قبل تحویل شود و سپس سهمیه جدید دریافت گردد. ضمن اینکه استفاده از این سبدها به هر منظور دیگری جایز نیست.

۱۰- مدیران محترم در دریافت اقلام خشک، اقلامی که ماهیت فسادپذیری دارند (مانند ل‌بنیات) و همچنین اقلامی که از بازار خرید می نمایند باید برنامه ریزی دقیق داشته باشند به صورتیکه ابتدا خرید بازارشان را انجام دهند و یا

اqlام خشك را دريافت كنند و سپس نسبت به اخذ مواد لبني اقدام نمايند چرا كه اين موضوع از اهميت خاصي برخوردار است و اqlام فاسدشدني نبايد به مدت طولاني در زير آفتاب سوزان عربستان قرار گيرد.

۱۱- مديران محترم دقت فرمايند و به عوامل خود نيز تذكر دهند كه در هنگام خريد و يا تحويل اqlام تداركاتي حتماً به تاريخ توليد و انقضاء آن توجه كافي مبذول دارند و از تحويل اqlام خارج از بسته بندي و يا كارتن هاي پاره خصوصاً در مورد مواد لبني خودداري كنند و مراتب را بلافاصله به ستاد منطقه مربوطه و يا تداركات اطلاع دهند.

۱۲- ضروري است مديران و عوامل محترم كاروان در برخورد با موارد مشكوك به آلودگي يا فساد به دور از هرگونه هياهو و جنجال و برهم زدن بهداشت رواني زائرين، موضوع را سريعاً به پزشك كاروان، ستاد منطقه و يا ستاد تداركات اطلاع دهند.

۱۳- در هفته ۷ وعده دوغ، ۷ وعده نوشابه و ۷ وعده ماست به همراه غذا در نظر گرفته شده كه بهتر است بنا به ذائقه زائرين توزيع شود و همچنين روزانه ۲ بطري نيم ليتري و يك سوم بطري ۱/۵ ليتري جهت مصرف آب شرب حجاج منظور شده است لذا جهت مصارف ديگر مثل تهيه چاي و يا مسواك زدن از اين آب استفاده نشود و از آب گالني كه توسط مدير كاروان خريداري و يا توسط مالك تأمين مي گردد استفاده شود كه مورد تأييد مركز پزشكي حج نيز مي باشد.

تبصره: براي كاروان هاي مدينه قبل در مدينه منوره ۸ وعده ماست پيش بيني گرديده است كه يك وعده آن مربوط به غذاي بين راهي مي باشد.

۱۴- در هفته ۳ عدد آب ميوه در نظر گرفته شده كه يك عدد به همراه صبحانه طبق برنامه غذايي و ۲ عدد در مواقع زيارت دوره يا بر اساس برنامه كاروان به صورت خنك بين زائرين توزيع گردد.

۱۵- در هر روز بنا به توصيه مركز پزشكي سه عدد ميوه كه تأمين كننده ويتامين هاي مورد نياز روزانه زائرين مي باشد در نظر گرفته شده است كه شايسته است مديران محترم كاروان با ايجاد تنوع در انتخاب، حجاج عزيز را در استفاده از ميوه در هر روز تشويق و ترغيب نمايند.

۱۶- ظروف يكبار مصرف در هر كاروان در استان هاي مختلف فرهنگ مصرفي متفاوتي دارد. در برخي از كاروانها ليوان آب، چنگال و ظرف ميوه و صبحانه خوري كمتر از سرانه تعيين شده مصرف مي شود، لذا مقتضي است به جهت رعايت صرفه جويي، قبل از دريافت سهميه معين، مقدار لازم را برآورد و از اخذ بيش از مصرف خودداري گردد.

۱۷- فرهنگ مصرفي كاروانها در اqlام تداركاتي نيز متفاوت است و سهميه هر كاروان با توجه به ميانگين مصرف در كل كشور در نظر گرفته شده است، مثلاً ممكن است در برخي از استانها مصرف قند و چاي بيشتر ولي مصرف كره و پنير كمتر از استان ديگري باشد لذا از مسئولين محترم كاروانها درخواست مي شود با **مديريت و زمان بندي صحيح در طول مدت اقامت** نسبت به درخواست اqlام كسري و يا عودت اqlام مازاد به تداركات اقدام نمايند تا در پايان سفر با مشكل مواجه نشوند.

۱۸- براي صبحانه زائرين در ايام تشريق سعي شود از نان مرغوب و گرم خريداري گردد.

۱۹- در مكه مكرمه براي برخي اqlام كه قابليت دريافت يكباره را دارند مانند ظروف يكبار مصرف و يا نوشابه يك حواله و براي شير و ... دو حواله به مقدار ۸۰٪ و ۲۰٪ نياز كاروان در فواصل چند روزه صادر مي شود لذا با توجه به مقدار مصرف در روزهاي پاياني اقامت، كسري و يا مازاد آن را محاسبه نموده و نسبت به اصلاح حواله خود از طريق تداركات اقدام فرمايند.

۲۰- هنگام دریافت ارقام از شرکتهای توزیع کننده، ممکن است به هر دلیل میزان مندرج در حواله تحویل نشود. لذا در این مواقع حتماً نسبت به دریافت رسید از توزیع کننده اقدام و این رسیدها را در صورت عدم استفاده سریعاً جهت تسویه حساب به تدارکات تحویل نمائید. زیرا تسویه حساب تدارکات با فروشنده بر اساس حواله های صادره خواهد بود مگر آنکه رسید عدم دریافت کالا موجود باشد تا از حساب شرکت ذیربط کسر گردد.

۲۱- مدیران محترم کاروانها نسبت به دریافت ارقام کسری و یا عودت ارقام مازاد خود از فرمهای مخصوص که پیوست می باشد تکثیر نموده و هنگام مراجعه به ستاد منطقه یا تدارکات با درج کامل مشخصات کاروان مورد استفاده قرار دهند.

۲۲- علیرغم تمام پیش بینی های بعمل آمده، ممکن است مدیران محترم در پایان اقامت در هر یک از شهرهای مدینه منوره یا مکه مکرمه با مازاد کالای دریافتی مواجه شوند، لذا ضروری است که در خصوص دریافت ارقام لبنیاتی دقت و نظارت ویژه نموده به نحوی که به هیچ وجه مازادی نداشته باشند، زیرا انتقال این ارقام به هر دلیل و با هر وسیله به شهر دیگر ممنوع بوده و در صورت مشاهده به کمیسیون تعیین صلاحیت مدیران معرفی خواهند شد و در عین حال استرداد آنها نیز مقدور نیست لیکن در صورت داشتن ارقام مازاد غیر فاسدشدنی در صورتی که عازم شهر بعدی (مکه یا مدینه) می باشند ارقام مازاد را به همراه گروه خود حمل و در شهر مقصد مورد استفاده قرار داده و به همان میزان از دریافت ارقام در شهر مقصد خودداری فرمایند و در صورتیکه عازم ایران باشند ارقام مازاد دریافتی از انبار مرکزی را به همان محل عودت نمایند.

۲۳- در هنگام تحویل ارقام مرجوعی به انبار مرکزی تدارکات، لازم است به نکات زیر توجه شود:

الف- بسته های کوچک دست نخورده (آکبند) را با شمارش در کارتن های خاص خود قرار دهند.

ب- بسته های دست خورده را در داخل کارتن قرار ندهند.

ج- بسته ها و کارتن ها باید سالم و بدون هیچگونه پارگی باشند.

یادآوری:

لازم به ذکر است در صورت رعایت موارد فوق و به شرط اینکه کالاهای مازاد غیر فاسد شدنی همانند بسته بندی های اولیه تکمیل و عودت داده شود امکان پذیرش آنها از سوی شرکت های مربوطه خواهد بود.

فرم درخواست اقلام اضافه بر سهمیه (کسری) کاروان

☐ اول ☐ دوم ☐ سوم	تاریخ درخواست:	شماره کاروان:	
		نام مدیر:	
ردیف	نام کالا	واحد کالا	میزان درخواستی
۱			
۲			
۳			
۴			
۵			
۶			
۷			
۸			
۹			
۱۰			

ستاد تدارکات

ستاد منطقه

مدیر کاروان

* درج شماره کاروان و نام مدیر الزامی می باشد.

* در ستون واحد کالا نوع بسته بندی کالای مورد نظرتان را درج نمایید به طور مثال اگر ۲۰۰ عدد قاشق غذاخوری احتیاج دارید و هر بسته قاشق غذاخوری ۵۰ عدد می باشد در ستون واحد کالا بنویسید بسته ۵۰ عددی و در ستون میزان درخواست بنویسید ۴ بسته

مثال

ردیف	نام کالا	واحد کالا	میزان درخواستی
۱	قاشق غذا خوری	بسته ۵۰ عددی	۴ بسته

فرم بازگشت اقلام مازاد به انبار تدارکات

☐ اول ☐ نوبت مراجعه: دوم ☐ سوم	تاریخ عودت کالا:	شماره کاروان:	
		نام مدیر:	
میزان بازگشتی	واحد کالا	نام کالا	ردیف
			۱
			۲
			۳
			۴
			۵
			۶
			۷
			۸
			۹
			۱۰

ستاد تدارکات

مدیر کاروان

* درج شماره کاروان و نام مدیر الزامی می باشد.

* اقلام مرجوعی فقط در کارتن های کامل دریافت می گردد.

لیست اقلام تدارکاتی تحویلی به کاروانها (حج تمتع ۱۳۹۰)

کد کالا	نام کالا	نوع بسته بندی	محل توزیع
۱	عسل ۳۰ گرمی	کارتن ۱۲۰ عددی	انبار مرکزی
۲	مربا ۳۰ گرمی	کارتن ۱۲۰ عددی	انبار مرکزی
۳	چای کیسه ای تتلی	۱۲ بسته ۱۰۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۴	چای کیسه ای احمد	۹۶ بسته ۲۵ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۵	قند حبه یا شکسته	۲۴ بسته ۱ کیلویی در یک کارتن	انبار مرکزی
۶	شکر	۴ کیسه ۵ کیلویی در یک کارتن	انبار مرکزی
۷	بشقاب سه خانه یکبار مصرف	۱۰ بسته ۵۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۸	بشقاب غذا یکبار مصرف	۱۰ بسته ۵۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۹	چنگال یکبار مصرف	۲۰ بسته ۵۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۱۰	ظرف خورش یکبار مصرف	۱۰ بسته ۵۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۱۱	ظرف میوه و صبحانه یکبار مصرف	۲۰ بسته ۵۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۱۲	ظرف سالاد تکنفره	۱۰ بسته ۱۰۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۱۳	قاشق چای یکبار مصرف	۱۰ بسته ۱۰۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۱۴	قاشق غذاخوری یکبار مصرف	۲۰ بسته ۵۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۱۵	کارد میوه خوری یکبار مصرف	۲۰ بسته ۵۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۱۶	لیوان آب یکبار مصرف	۲۰ بسته ۵۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۱۷	لیوان چای یکبار مصرف	۲۰ بسته ۵۰ عددی در یک کارتن	انبار مرکزی
۱۸	سفره یکبار مصرف	۲۰ رول ۵۰ متری در یک کارتن	انبار مرکزی
۱۹	صابون مایع ۳۰۰ گرمی	کارتن ۱۲ عددی	انبار مرکزی
۲۰	پودر شوینده ۵۰ گرمی	کارتن ۲۰۰ عددی	انبار مرکزی
۲۱	خیارشور	حلب ۴/۵ کیلویی	انبار مرکزی
۲۲	خرما نادک	بسته ۵۰ گرمی	انبار مرکزی مکه
۲۳	کره ۱۰ گرمی (پگاه)	بسته ۱۰۰ عددی	انبار شرکت خالدحامدزینی
۲۴	پنیر ۳۰ گرمی (پگاه)	بسته ۶۴ عددی	انبار شرکت خالدحامدزینی
۲۵	شیر ۲۰۰ میلی (پگاه)	کارتن ۲۷ عددی	انبار شرکت خالدحامدزینی
۲۶	دوغ ۲۵۰ میلی (پگاه)	کارتن ۲۷ عددی	انبار شرکت خالدحامدزینی
۲۷	ماست ۱۷۰ گرمی (نادک)	کارتن ۲۷ عددی	ایستگاه لبنیاتی
۲۸	آب معدنی نیم لیتری	کارتن ۲۴ عددی	محل اسکان کاروان
۲۹	آب معدنی ۱/۵ لیتری	کارتن ۱۲ عددی	محل اسکان کاروان
۳۰	نوشابه ۲۵۰ میلی	کارتن ۳۰ قوطی	محل اسکان کاروان
۳۱	آبمیوه ۲۰۰ میلی (آناناب)	کارتن ۳۲ عددی	انبار شرکت خالدحامدزینی

لیست کالاهایی که کاروانها می بایست از ایران تهیه نمایند (حج ۱۳۹۰)

ردیف	نام کالا	واحد	۸+۹۵ نفره	۸+۱۲۵ نفره	۹+۱۴۵ نفره	۹+۱۷۵ نفره	۱۰+۱۹۵ نفره
۱	مغز گردو	کیلوگرم	۴۶	۶۰	۶۹	۸۳	۹۲
۲	نعناع خشک	کیلوگرم	۱/۵	۲	۲/۳۰۰	۲/۷۰۰	۳
۳	پیش بند	عدد	۲۰۰	۲۰۰	۲۵۰	۲۵۰	۳۰۰
۴	نایلکس دسته دار کوچک	عدد	۳۵۰۰	۴۰۰۰	۴۵۰۰	۵۵۰۰	۶۰۰۰
۵	کلاه یکبار مصرف	عدد	۲۰۰	۲۰۰	۲۵۰	۲۵۰	۳۰۰
۶	دستکش یکبار مصرف	عدد	۱۰۰۰	۱۰۰۰	۱۲۵۰	۱۲۵۰	۱۵۰۰
۷	سیم ظرفشویی یا اسکاچ	عدد	۶۰	۶۰	۷۰	۱۰۰	۱۰۰
۸	سماق ۲ گرمی	عدد	۵۱۵	۶۶۵	۷۷۰	۹۲۰	۱۰۲۵
۹	چسب نواری پهن	عدد	به تعداد مورد نیاز				
۱۰	باتری	عدد	به تعداد مورد نیاز				

- سرانه مغزگردو برای هر زائر در هر وعده ۳۰ گرم در نظر گرفته شده که با محاسبه ۱۵ وعده جمعاً ۴۵۰ گرم مغزگردو برای هر زائر در طول مدت اقامت پیش بینی شده است.
- میزان مصرف نعناع خشک برای هر زائر جهت ۱۵ وعده غذای ناهار (ماست و خیار) با احتساب وعده غذایی منی و عرفات مجموعاً ۱۵ گرم پیش بینی شده است.
- میزان مصرف سماق ۲ گرمی برای هر زائر با احتساب ۵ وعده غذای شام (خوراک کوبیده) به تعداد ۵ عدد پیش بینی شده است.
- مورد مصرف پیش بند، کلاه یکبار مصرف، دستکش یکبار مصرف برای آشپز و عوامل کاروان در هنگام کشیدن غذا در آشپزخانه و توزیع غذا در رستوران و ... می باشد.
- سیم ظرفشویی و یا اسکاچ جهت شستشوی ظروف هیتراها (شیف اندیش) و نظافت سرویس های بهداشتی و ... پیش بینی شده است.
- چسب نواری پهن (برای امور تبلیغاتی و) و باتری جهت استفاده سیستم صوتی (بلندگوهای دستی) در نظر گرفته شده است.

لیست حواله های اقلام تدارکاتی کاروانهای حج تمتع ۱۳۹۰ در مکه مکرمه

ردیف	نام کالا	محل توزیع کالا	تعداد نوبت دریافت کالا	تعداد اقلام در حواله	تعداد حواله
۱	ظروف یکبار مصرف	انبار مرکزی	یک نوبت	۱۲ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۲	پودر و صابون مایع	انبار مرکزی	یک نوبت	۲ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۳	شکر، قند، چای	انبار مرکزی	یک نوبت	۳ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۴	مربا و غسل	محل شرکت المدنیه	یک نوبت	۲ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۵	خیارشور	انبار مرکزی	یک نوبت	۱ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۶	خرما بسته بندی ۵۰ گرمی	انبار مرکزی	یک نوبت	۱ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۷	آب معدنی	محل اسکان کاروان	دو نوبت	۱ قلم کالا	در ۲ حواله
۸	پنیر ۳۰ گرمی	انبار شرکت خالدحامدزینی	دو نوبت	۱ قلم کالا	در ۲ حواله
۹	دوغ ۲۵۰ میلی	انبار شرکت خالدحامدزینی	دو نوبت	۱ قلم کالا	در ۲ حواله
۱۰	شیر ۲۰۰ میلی	انبار شرکت خالدحامدزینی	دو نوبت	۱ قلم کالا	در ۲ حواله
۱۱	کره ۱۰ گرمی	انبار شرکت خالدحامدزینی	دو نوبت	۱ قلم کالا	در ۲ حواله
۱۲	ماست ۱۷۰ گرمی	ایستگاه لبنیاتی	پنج نوبت	۱ قلم کالا	در ۵ حواله
۱۳	نوشابه ۲۵۰ میلی	محل اسکان کاروان	یک نوبت	۱ قلم کالا	در ۱ حواله
۱۴	آبمیوه	محل شرکت خالدزینی	یک نوبت	۱ قلم کالا	در ۱ حواله
				۲۹ قلم کالا	جمعاً ۱۷ حواله

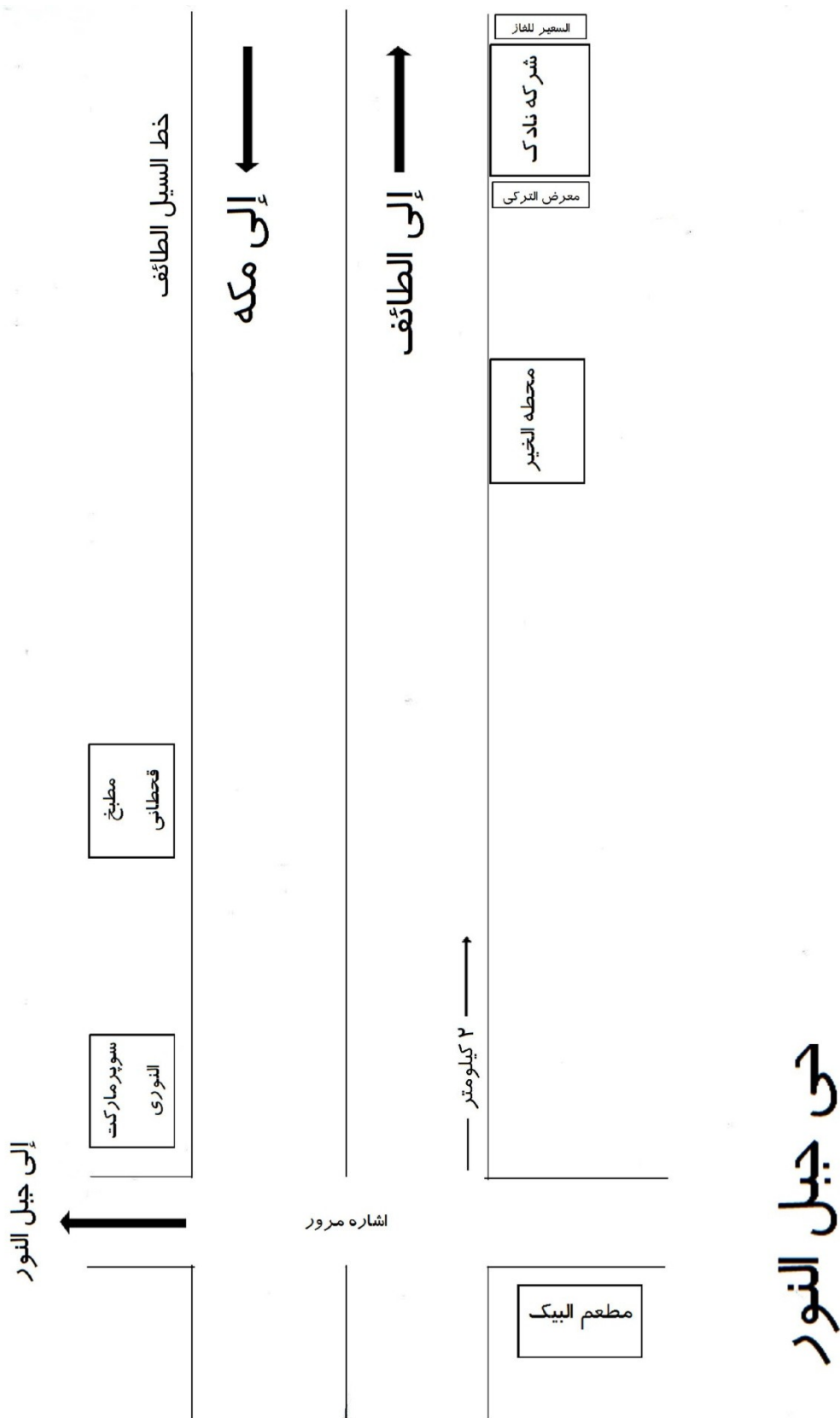
نحوه توزیع خرما جهت مصرف در ایام تشریق متعاقباً از طریق ستاد مناطق اعلام خواهد شد.

لیست حواله های اقلام تدارکاتی کاروانهای حج تمتع ۱۳۹۰ در مدینه منوره

ردیف	نام کالا	محل توزیع کالا	تعداد نوبت دریافت کالا	تعداد اقلام در حواله	تعداد حواله
۱	ظروف یکبار مصرف	انبار مرکزی	یک نوبت	۱۲ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۲	صابون مایع	انبار مرکزی	یک نوبت	۱ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۳	شکر، قند، چای	انبار مرکزی	یک نوبت	۳ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۴	مربا و عسل	انبار شرکت المدینه	یک نوبت	۲ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۵	خیارشور	انبار مرکزی	یک نوبت	۱ قلم کالا	لیست موجود در انبار
۶	آب معدنی	محل اسکان کاروان	یک نوبت	۱ قلم کالا	در ۱ حواله
۷	پنیر ۳۰ گرمی	انبار شرکت خالدحامدزینی	یک نوبت	۱ قلم کالا	در ۱ حواله
۸	دوغ ۲۵۰ میلی	انبار شرکت خالدحامدزینی	یک نوبت	۱ قلم کالا	در ۱ حواله
۹	شیر ۲۰۰ میلی	انبار شرکت خالدحامدزینی	یک نوبت	۱ قلم کالا	در ۱ حواله
۱۰	کره ۱۰ گرمی	انبار شرکت خالدحامدزینی	یک نوبت	۱ قلم کالا	در ۱ حواله
۱۱	ماست ۱۷۰ گرمی	ایستگاه لبنیاتی	دو نوبت	۱ قلم کالا	در ۲ حواله
۱۲	نوشابه ۲۵۰ میلی	محل اسکان کاروان	یک نوبت	۱ قلم کالا	در ۱ حواله
۱۳	آب میوه	محل شرکت خالدزینی	یک نوبت	۱ قلم کالا	در ۱ حواله
				۲۷ قلم کالا	جمعاً ۹ حواله

توضیح: یک بسته خرمای ۵۰ گرمی برای کاروانهای مدینه قبل به همراه غذای بین راهی توسط آشپزخانه‌ها تحویل کاروان خواهد شد.

کروکی شرکت لابیاتی نادک و آشپزخانه قحطانی



جبل النور

[illegible]

فصل دوم

تغذیه در حج تمتع

سال ۱۳۹۰

کلیات تغذیه در حج تمتع

همانگونه که استحضار دارید در حج سال جاری غذای کاروان ها کاملاً در آشپزخانه مرکزی طبخ و ارائه می گردد بر این اساس نرم افزار جدیدی در موضوعات تغذیه و تدارکات، آشپزخانه و انبار در یک فرآیند مرتبط که تحت شبکه وب می باشد تهیه شده است و در سطوح مدیریتی، مسئولیتی، اجرایی و عملیاتی قابل دسترسی می باشد لذا در سال جاری کلیه تغییرات آماری در امر تغذیه و آشپزخانه ها از طریق این سیستم هوشمند انجام می گیرد. امید است با همدلی و همکاری و همفکری همه عزیزان دست اندرکار به نحو مطلوب و شایسته ای انجام گردد و با عنایت به امکانات موجود حداکثر بهره وری و مطلوبیت همراه با رضایت زائرین حاصل گردد. بر این اساس آنچه به ضمیمه تقدیم شده است خلاصه ای از نکات مهم و قابل توجهی است از دستورالعمل تغذیه تا این شاء اله تعالی بتوانید ضمن توجیه همکاران در اجرای دقیق آن، موجبات رضایتمندی زائرین محترم را فراهم آورید موفق باشید.

۱- نحوه دریافت اولین وعده غذا

- ۱/۱) کلیه کاروان ها از طریق ستاد منطقه اطلاعات لازم در خصوص آشپزخانه ای که از آن غذا دریافت خواهند نمود را کسب خواهند کرد.
- ۱/۲) اولین وعده غذای کاروان طی دستورالعمل جداگانه ای توسط ستادهای مناطق مکه و مدینه به پیش پروازها ابلاغ خواهد شد.
- ۱/۳) هرگونه تغییرات احتمالی در پرواز کاروانها که منجر به تغییر ساعت ورود کاروان و در نتیجه تغییر ارائه اولین وعده غذایی می گردد، می بایست کتباً توسط پیش پروازها به اطلاع ستاد منطقه مربوطه رسانده شود.

۲- رابط غذا

- لازم است مدیران محترم کاروان یکنفر را بعنوان **رابط غذا** مشخص و به ستاد منطقه معرفی نمایند که اهم وظایف ایشان به شرح زیر می باشد:
- ۲/۱) شناسایی محل استقرار هیتر در هتل و کنترل سالم بودن و نزدیک بودن پریز برق جهت اتصال آن (تأکید می شود که کابل از قدرت و توان کافی جهت عبور جریان برق هیتر برخوردار باشد).
 - ۲/۲) شناسایی وضعیت ورودی هتل از نظر رمپ مناسب جهت عبور هیتر به ساختمان و جای توقف خودروی حمل غذا، آسانسور و سایر موارد و پیگیری رفع سریع نواقص و مشکلات احتمالی.
 - ۲/۳) آشنائی کامل با نحوه کار هیتر حمل غذا و کنترل عملکرد سالم آن از لحظه تحویل گیری تا هنگام توزیع غذا
 - ۲/۴) کنترل شناسنامه هیتر که توسط آشپزخانه نصب می گردد از لحاظ شماره کاروان، مقدار و نوع غذا
 - ۲/۵) انتقال هیتر از محل تحویل گیری به محل توزیع غذا (محل مناسب و به دور از دسترسی افراد متفرقه)
 - ۲/۶) کنترل وضعیت بهداشت غذا و انتقال سریع هرگونه کاستی و مشکل به مدیر کاروان جهت انعکاس به آشپزخانه.
 - ۲/۷) وصل نمودن هیتر به برق و کنترل دمای مناسب داخل آن.
 - ۲/۸) جلوگیری از باز و بسته کردن درب هیتر تا هنگام توزیع غذا.
 - ۲/۹) ریختن آب در جایگاه مخصوص آن در هیتر به منظور گرم نگه داشتن و حفظ کیفیت غذا.

۲/۱۰) تمیز کردن و نظافت هیتر پس از استفاده غذای داخل آن توسط دستمال مرطوب و شستشوی کامل ظروف و سینی های داخلی.

۲/۱۱) انتقال هیتر به طبقه همکف محل اقامت جهت باز گرداندن به آشپزخانه متمرکز.

۲/۱۲) رابط غذا می بایست هنگام تحویل غذا کنترل های لازم را به عمل آورده سپس ورقه رسید را امضاء و ممهور به مهر کاروان نموده و تحویل راننده خودرو نماید.

۳- تعداد غذا:

آمار غذای تحویلی به کاروانها پس از ورود به مدینه منوره و مکه مکرمه مجموعاً ۱۰۵٪ خواهد بود که این مقدار شامل:

آمار زائران + عوامل + ۵٪ غذای اضافی (غذای اضافی مربوط می شود به عوامل محلی مانند راننده، حارس و مصرف بیش از سرانه زائر و عوامل ایرانی) خواهد بود ضمناً از این آمار در وعده اول ۵٪ به عنوان غذای رژیمی پیش بینی و وعده های بعد میزان غذای رژیمی بنا به درخواست کاروان محاسبه و اقدام خواهد شد که بایستی مطابق فرم پیوست به ستاد منطقه مربوطه اعلام گردد.

تذکرا: در صورت عدم اعلام، غذای رژیمی برای وعده های بعدی نیز معادل ۵٪ از آمار زائرین و عوامل کاروان ارسال خواهد شد.

تذکر۲: آمار غذای رژیمی در صورت افزایش از مجموع آمار کاروان کسر خواهد شد.

تذکر۳: حداکثر مهلت تحویل فرم درخواست غذای اضافه و رژیمی به ستاد منطقه، برای وعده های ناهار و شام تا ساعت ۱۷ روز قبل می باشد.

۴- زمان تحویل غذا توسط آشپزخانه ها:

ساعت تحویل غذای ناهار از ساعت ۱۰:۳۰ صبح به بعد و شام از ساعت ۱۷:۳۰ به بعد می باشد، در ساعات فوق رابط غذا می بایست در طبقه همکف محل اسکان حضور داشته و آماده تحویل گیری هیتر غذا باشد. بدیهی است آماده سازی محل ورود ماشین غذا و جلوگیری از پارک ماشین ها و بسته شدن مسیر تحویل هیتر از اهمیت خاصی برخوردار و به عهده رابط غذا می باشد.

در صورتی که ناهار کاروان تا ساعت ۱۲:۳۰ و شام تا ساعت ۱۹:۰۰ به کاروان نرسید ابتدا با ستاد منطقه و همزمان با مسئول توزیع آشپزخانه و در صورت ادامه تأخیر با مسئول آشپزخانه تماس حاصل نمایید: (تلفن آشپزخانه ها از مسئولین ستاد منطقه مربوطه دریافت گردد)

نکات مهم:

- رابط غذا بمحض دریافت غذا، نسبت به کنترل غذای تحویلی از جهت: موارد بهداشتی، مقدار و نوع غذا و دورچین، اطمینان یافته و در صورت نقص در هر مورد فوراً مراتب را جهت کنترل و تأمین مجدد به اطلاع مدیر کاروان رسانده تا توسط ایشان مدیر آشپزخانه را مطلع نمایند.
- دقت شود هنگام تحویل گرفتن هیتر حمل غذا، آن را به محل مناسب از پیش تعیین شده منتقل و به پریز برق ۲۲۰ ولت متصل کرده و از باز و بسته کردن درب آن تا هنگام سرو غذا خودداری نمایید.

- همکاری سایر عوامل کاروان در کمک به تحویل گیری و انتقال سریع و به موقع هیتر به محل کاروان ضروری است لیکن در هر حال مسئولیت دقت در تحویل گیری و نقل و انتقال هیتر با رابط غذا خواهد بود.
 - رابط غذا جهت مَهر کردن رسید غذا لازم است مَهر کاروان را همراه داشته باشد.
 - ضروری است رابط غذا با راننده و مسئول توزیع غذا همکاری لازم را جهت تحویل گیری سریع هیترها به عمل آورده تا خودرو حمل غذا بتواند بموقع غذای دیگر کاروانها را تحویل نماید.
- بدیهی است مسئولیت هرگونه عواقب ناشی از ورود خسارت به هیتر و غذای ارسالی پس از تحویل به رابط به عهده کاروان می باشد.

۵- زمان عودت هیترها:

جهت دریافت گرم‌کن‌های خالی ناهار هر روز از ساعت ۱۵:۰۰ و شام از ساعت ۲۳:۰۰ به محل کاروان مراجعه می‌شود. لذا لازم است هیتر به همراه تمامی ظروف داخل آن (که می بایست کاملاً تمیز شده باشد) قبل از ساعت مقرر در طبقه همکف هتل آماده تحویل به خودرو باشد.

۶- شرایط مناسب هیترهای حمل غذا

- ۶/۱) درجه حرارت مطمئن برای هیترها برای سالم ماندن غذا بین ۶۵ تا ۷۵ درجه می باشد که برای کنترل ترمومتر نشان دهنده بر روی دستگاه موجود می باشد.
- ۶/۲) نسبت به محل استقرار هیتر و برق مورد نیاز (۲۲۰ ولت و پریز ۲ شاخه) برای نصب صحیح هیتر در محل اقامت خود اطمینان کامل پیدا کرده و رابط غذای کاروان شخصاً مسئول آن باشد.
- ۶/۳) با توجه به نوع هیتر در سمت چپ قسمت بالا یا در محفظه کف، مکانی جهت نگهداری آب پیش بینی شده که بلافاصله پس از استقرار هیتر به مقدار کافی آب در این ظرف ریخته تا بخار متصاعد شده از آن باعث تازه نگه داشتن غذای داخل هیتر شود. البته پس از اتمام توزیع حتماً آب داخل آن را خالی کرده تا به هنگام حمل مجدد آسیبی به دستگاه وارد نشود.
- ۶/۴) با توجه به محدود بودن تعداد هیترها نهایت دقت در حمل و نقل و نگهداری آن می بایست صورت گرفته، و هنگام حمل آن فقط از دستگیره مخصوص آن استفاده شده و در محل های ناهموار حرکت داده نشود.
- ۶/۵) از شستشوی داخل و بیرون هیتر خودداری نموده و از وارد کردن جسم خارجی بداخل قسمت گرم کن و همچنین از ضربه زدن به داخل و خارج هیتر خودداری نمائید و برای پاکیزه کردن هیترها از دستمال مرطوب استفاده شود.
- ۶/۶) پس از اتمام توزیع غذا بلافاصله سینی ها (شیف اندیش های) خالی غذا را کاملاً شسته و پس از خشک نمودن داخل هیترها قرار دهید و به هیچ عنوان و تحت هیچ شرایطی با توجه به محدود بودن ظروف از شیف اندیش های مربوطه جهت مصارف دیگر استفاده نشود و پیوسته پس از اتمام کار آنها در جای مخصوص داخل هیترها گذاشته تا به لبه های آن آسیب وارد نشود.

چند نکته دیگر در مورد تغذیه

همانگونه که استحضار دارید چگونگی ارائه و تزئین غذا نقش مهمی در تکمیل کیفیت غذا داشته و با تحریک ذائقه زائرین میزان رضایت آنان را ارتقاء می دهد لذا توجه مدیران محترم کاروانها را به نکات زیر جلب می نمایم:

(۱) دورچین کاروان که در برنامه غذایی مشخص شده است، حداقل دورچین مورد نیاز بوده لذا با توجه به برنامه غذایی ارائه شده دورچین مناسب تهیه و در اختیار زائرین قرار گیرد.

(۲) آرایش با سلیقه غذا با استفاده از دورچین آشپزخانه و دورچین کاروان نشانه اهمیت و توجه کاروان به چگونگی ارائه خدمات به زائرین می باشد.

(۳) دورچین همراه غذا مکمل غذای اصلی می باشد و نیاز بدن را به انواع ویتامین ها و مواد معدنی تأمین می نماید که برای سلامتی بدن از اهمیت بسزائی برخوردار می باشد و علاوه بر این دورچین همراه غذا ضمن تزئین، باعث ایجاد اشتها و لذت بردن از غذا می گردد.

نمونه ای از دورچین های کاروان شامل:

گوجه فرنگی، سبزیجات شامل جعفری، نعناع، ریحان، تربچه و پیازچه، لیموترش، کاهو و کلم قرمز و سفید، زیتون و خیارشور.

نمونه ای از دورچین های آشپزخانه شامل:

کدو آب پز، هویج آب پز، مشکله و لوبیا سبز پخته شده، سیب زمینی آب پز، چیپس، سیب زمینی خالص سرخ شده، گل کلم آب پز و گوجه کبابی

(۴) تهیه نان مناسب و متنوع در کنار غذاها بویژه غذای شام نقش مهمی در تکمیل کیفیت غذا دارد.

(۵) سرو غذا با توجه به گرم بودن هیتر موجب می شود که غذا با حرارت و داغ تحویل شود، لذا به منظور حفظ سلامت زائران محترم از تحویل زود هنگام غذا به اتاقها بویژه قبل از ورود ایشان جداً خودداری شود و به تعداد حاضرین در اتاق غذا تحویل گردد.

(۶) پیاز موجود در دورچین کاروان می بایست بصورت بهداشتی پوست گرفته شود و به شکل کامل (قاچ نشده) در اختیار زائرین قرار گیرد تا توسط خود ایشان هنگام صرف غذا به قطعات کوچکتر تقسیم شود.

(۷) هنگام سرو غذا آشپز و سایر عوامل کاروان که در توزیع غذا همکاری دارند می بایست ملبس به لباس کار بهداشتی، دستکش، کلاه و ماسک باشد.

(۸) برنج پخته شده به دلیل طی مسافت و گذشت زمان قدری به هم فشرده می شود، توصیه می گردد قبل از توزیع حتماً (پشت کفگیر خورده) سپس توزیع شود.

(۹) دقت نمائید هنگام توزیع خورش، ابتدا آن را مخلوط نموده تا روغن و سایر محتویات به یک میزان توزیع شود و در صورتیکه روغن خورشت بیش از اندازه باشد ابتدا روغن را جدا نموده سپس توزیع شود.

(۱۰) جهت توزیع کباب لازم است با استفاده از آب کباب که معمولاً در ته ظرف کباب موجود است و همچنین مقداری کره، عمل آوری شود و با قرار دادن ظرف در قابلمه آب جوش به مدت ۲۰ دقیقه، کباب گرم و با کیفیت تحویل زائرین گردد.

(۱۱) هر روزه برنامه بازدید از آشپزخانه ها برای مدیران کاروان، معاونین، روحانیون و نماینده زائرین بویژه بانوان محترم مدنظر است که برنامه آن متعاقباً از طریق ستاد منطقه مربوطه تقدیم خواهد شد.

۱۲) تعداد سهمیه ماست زائرین در مدینه قبل به ازاء ۷ روز اقامت ۸ عدد می باشد که یک عدد آن ویژه عدس پلو مسیر مدینه به مکه و ۷ عدد در برنامه غذایی پیش بینی شده است و برای مدینه بعد نیز ۷ عدد در نظر گرفته شده که در صورت افزایش تعداد ایام اقامت، تعداد ماست نیز اضافه خواهد شد.

۱۳) به منظور ارتقاء کیفیت غذا، کلیه کاروانهای هر آشپزخانه به دو گروه A و B تقسیم شده اند تا در هنگام بالا بودن عدد طبخ در آشپزخانه بویژه طبخ غذاهایی مانند کباب کوبیده و جوجه کباب و ماهی عدد پخت به نصف تقلیل یابد، بنابراین به طور مثال گروه A در روز اول جوجه کباب و گروه B غذای دیگری را دریافت می نماید و در روز بعد بالعکس خواهد بود.

۱۴) در برنامه غذایی حج سال جاری ۷ وعده غذا با گوشت قرمز (گوشت تازه گوسفندی) و ۷ وعده غذا با گوشت سفید (۵ وعده مرغ و ۲ وعده ماهی) پیش بینی شده است.

۱۵) در برنامه غذایی حج سالجاری یک وعده غذای گرم (عدسی) و یک وعده تخم مرغ پیش بینی گردیده است که توسط آشپزخانه های مرکزی تهیه و توزیع خواهد شد.

۱۶) ساعت توزیع ناهار بین زائرین بعد از نمازظهر تا ۱۴:۳۰ و ساعت توزیع شام بین زائرین بعد از نماز عشاء مسجدالحرام و مسجدالنبی (ص) تا ساعت ۲۲ خواهد بود.

تذکر: شبهای جمعه در مدینه منوره شام به نحوی توزیع شود که زائرین قبل از آغاز مراسم، شام خود را میل کرده و بتوانند به موقع به مراسم برسند.

۱۷) مسئولین تغذیه و مدیران آشپزخانه های مرکزی جهت نظارت بر سرو غذا و دریافت نظرات، انتقادات و پیشنهادات مسئولین و زائرین محترم کاروانها به ساختمانها مراجعه تا با رفع معایب احتمالی رضایتمندی زائران عزیز را فراهم نمایند.

۱۸) با توجه به قوانین حج در عربستان، کلیه آشپزهای کاروانها بایستی کارت ویژه وزارت بهداشت عربستان سعودی را داشته باشند لذا مدیران محترم یک قطعه عکس و کپی گذرنامه ویزا شده آشپزهای کاروان خود را آماده و ضمن قراردادن آشپزها در لیست افراد پیش پرواز، به ایشان ابلاغ نمائید به محض ورود به عربستان (مکه مکرمه یا مدینه منوره) به ستاد منطقه مراجعه تا هماهنگی های لازم معمول گردد. بدیهی است هرگونه تأخیر در مراجعه به ستاد منطقه به منظور انجام آزمایشات لازم موجب ایجاد وقفه در توزیع غذای کاروان توسط بازرسین وزارت بهداشت سعودی خواهد گردید.

۱۹) کلیه مسائل مرتبط با تغذیه ایام تشریق شامل: نحوه توزیع، ساعت تحویل غذا و سایر موارد لازم و تغییرات احتمالی پس از نهایی شدن از سوی ستاد مناطق اعلام خواهد شد.

۲۰) مسئولیت نظارت و اجرای دقیق موارد فوق الذکر با مدیران محترم کاروان بوده و لازم است به منظور حفظ بهداشت و سلامت زائرین دقت لازم را مبذول نموده و شخصاً و به طور جدی مسائل مربوط به تغذیه را پیگیری نمایند.

۲۱) در سال جاری یک وعده غذای آماده مصرف و دو وعده تن ماهی برای استفاده در ایام تشریق پیش بینی گردیده است که بر اساس برنامه غذایی توزیع خواهد شد.

۲۲) ناهار روز دهم به جهت عدم امکان تهیه غذای گرم و همچنین رعایت مسائل بهداشتی، پذیرائی با ماست و خیار به همراه گردو و سایر مواد اعلام شده که تأمین کننده کالری مورد نیاز زائرین می باشد صورت پذیرد که لازم است، ماست سفت خریداری و از ماست معمولی که با حواله های تدارکاتی توزیع می شود استفاده نگردد.

دستورالعمل چگونگی استفاده از غذاهای آماده

سازمان حج و زیارت به منظور ارائه خدمات مطلوب غذایی به زائران حرم امن الهی و مدینه النبی (ص) مبادرت به تهیه و ارائه غذای آماده مصرف با ماندگاری بالا نموده است تا ضمن حفظ ایمنی و سلامت حجاج، نیازمندی های غذایی آنان را به شکل مطلوب فراهم آورد. در این مقاله تلاش شده است تا به منظور استفاده آسانتر و مطمئن تر محصولات تهیه شده نکاتی را نیز پیرامون این نوع غذا خدمت مدیران محترم ارائه نماید.

مواد اولیه

مواد اولیه مورد استفاده در غذاهای آماده مصرف با بهره گیری از گوشت مرغ تازه و مرغوبترین مواد اولیه تهیه و تولید شده است.

نحوه تهیه و تولید غذا

غذای آماده مصرف در شرکتهای تولید کننده غذا با طعم سنتی مطابق با ذائقه ایرانی و با رعایت اصول بهداشتی و به روش مکانیزه زیر نظر کارشناسان علوم تغذیه و آشپزهای مجرب و با استفاده از مواد تازه طبخ می گردد.

نحوه بسته بندی

پس از طبخ، غذای آماده شده در داخل ظروف مخصوص (ظروف استرال) ریخته می شود و پس از درب بندی در دستگاه های مخصوص بدون افزودن مواد شیمیایی و نگهدارنده استریل می گردد. این غذا به دلیل عدم استفاده از مواد افزودنی و استریل بودن به مدت ۱۸ ماه قابل نگهداری در شرایط طبیعی می باشد.

نحوه توزیع

برای کلیه کاروانها توزیع توسط آشپزخانه مرکزی به صورت سرد انجام خواهد پذیرفت که پس از گرم کردن توسط کاروان به زائرین ارائه خواهد شد.

نحوه گرم کردن غذا

هر کاروان با استفاده از امکانات ساختمان نسبت به جوش آوردن آب در ظروف مناسب اقدام سپس غذاهای بسته بندی را درون آب جوش به مدت ۲۰-۱۵ دقیقه قرار داده تا کاملاً گرم شوند و پس از گرم شدن در هیترهای مخصوص غذا قرار گرفته و متناسب با حضور زائرین توزیع گردد.

تذکره ۱: دقت نمایید از گرم نمودن غذا با استفاده از شعله مستقیم یا حرارت خشک جداً خودداری گردد.

تذکره ۲: غذای بسته بندی پس از گرم نمودن به روش فوق مقداری افزایش حجم پیدا کرده و متورم می گردد که این امر طبیعی است.

نحوه سرو غذا

پس از گرم نمودن، غذا به صورت درب بسته جهت مصرف در اختیار زائرین قرار داده شود.

نکات ضروری

- ۱- به دلیل استفاده از ظروف استرال، از نگهداری غذا در کنار اشیاء نوک تیز و برنده و همچنین تابش مستقیم نور آفتاب جداً خودداری شود.
 - ۲- قبل از گرم نمودن غذا چنانچه به هر دلیلی ظرف آن سوراخ یا نشتی داشته و محتویات غذایی از آن خارج و یا ظرف مذکور بطور غیر عادی افزایش حجم پیدا نموده و باد کرده باشد از استفاده آن جداً خودداری فرمایید.
 - تذکر: غذاهای داخل کارتن هایی که به نوعی چربی از آن پس زده است را با دقت و حساسیت بیشتری کنترل و چک نمایید و در صورت وجود نشتی مورد استفاده قرار نگیرد.
 - ۳- دقت شود حتماً غذاها گرمای لازم را برای سرو داشته باشد و برای گرم نگهداشتن از هیترهای مخصوص استفاده شود.
 - ۴- به جهت رعایت بهداشت و سلامت زائرین، لازم است پس از باز شدن غذا مصرف و از نگهداری آن خودداری شود.
- * با توجه به حساسیت نوع بسته بندی و احتمال صدمه دیدن ظروف غذا و مشکلات بعدی توصیه می گردد که از ارائه آن به زائرین جهت نگهداری طولانی خودداری گردد.**

برنامه غذایی حج تمتع ۱۳۹۰ شمسی - ۱۴۲۲ قمری

ایام هفته	صبحانه	ناهار			شام		
		نوع غذا	دورهین آشپزخانه	دورهین کاروان	نوع غذا	سوپ	دورهین آشپزخانه
شنبه	پنیر+مغزگردو+ شیر+ خیاروگوچه	قیمه سیب زمینی	نثار زعفران	سالاد فصل+دوغ + لیموترش+سس سالاد	خوراک ماهی فیله	آش سبزی با آلو	یک سوم برنج + چپیس ورقه‌ای
یکشنبه	پنیر+شیر+عسل + کره + کیک	لوبیا پلو (گوشت سرخ تکه %۶۰ + چرخکرده %۴۰)	—	ماست و خیار + پیاز + نوشابه	خوراک جوجه کباب	سوپ شیر و قارچ	یک سوم برنج +هویج توبی + چپیس ورقه ای
دوشنبه	پنیر + مغزگردو+ شیر+ خیاروگوچه	قورمه سبزی	نثار زعفران	ماست + پیاز + نوشابه	خوراک مرغ	سوپ جو	یک سوم برنج + آلو + هویج توبی+ چپیس ورقه ای
سه شنبه	پنیر+کره+ مربا+ عدسی	زرشک پلو با مرغ	نثار زعفران	ماست و خیار+ پیاز+ نوشابه	خوراک کوبیده	سوپ سبزیجات با عدس	یک سوم برنج + گوچه کبابی + چپیس ورقه ای
چهارشنبه	پنیر + مغزگردو+ شیر+ خیاروگوچه	قیمه کدو یا بادمجان	نثار زعفران	ماست + پیاز + نوشابه	شنیسل مرغ کبابی	سوپ شیر و قارچ	یک سوم برنج +هویج توبی + چپیس ورقه ای
پنجشنبه	پنیر+شیر+ عسل + کره +کیک	سبزی پلو با ماهی	—	سالاد فصل+نوشابه + خرما+لیموترش+سس سالاد	خوراک گوشت با آلو	آش سبزی با آلو	نوعان +لیموترش+زیتون+دوغ +خیارشور+سس کچاپ
جمعه	تخم مرغ+کره+ مربا+زیتون+ آیمیه	شوید باقلا با گوشت	نثار زعفران	ماست و خیار + پیاز + نوشابه	خوراک مرغ	سوپ مرغ و پیاز و ورمیشل	نوعان +لیموترش+زیتون+دوغ +خیارشور+سس کچاپ

برنامه غذایی ایام تشریق حج تمتع ۱۳۹۰ شمسی - ۱۴۲۲ قمری

روز	صبحانه	ناهار	شام
هشتم ذی الحجه	طبق برنامه	طبق برنامه	استانبولی با مرغ
نهم ذی الحجه	عسل - پنیر تکنفره- گردو- شیر+ کیک	عدس پلو با کشمش + خلال پسته و بادام	غذای آماده توسط کاروان (نان-حلوا شکری- میوه-آب-خرما-کیک و آیمیه)
دهم ذی الحجه	شیر- گردو- عسل - پنیر تکنفره+ کیک	غذای حضری (ماست و خیار + گردو + کشمش)	سبزی پلو با تن ماهی
یازدهم ذی الحجه	پنیر تکنفره- خیاروگوچه+ کیک	استانبولی با مرغ	لوبیا پلو با گوشت
دوازدهم ذی الحجه	کره - مربا- پنیر تکنفره- حلوا شکری+ کیک	سبزی پلو با تن ماهی	برنج و جوجه کباب از نوع آماده

الف: میوه برای هر زائر در روز سه عدد با کیفیت خوب خریداری و توزیع شود. (سرانه هفتگی زائر: پرتقال ۷ عدد + سیب ۴ عدد + موز ۴ عدد و الباقی میوه فصل به تناسب ذائقه زائران محترم)

ب : در هفته هفت قوطی نوشابه و هفت عدد دوغ به تناسب برنامه غذایی سرو گردد.

ج :در هفته ۳ عدد آیمیه (یک عدد برای صبحانه و دو عدد به تدبیر مدیر کاروان) توزیع گردد.

د: در همه وعده ها غذای رژیمی (بدون نمک- برای بیماران) بر اساس مقدار درخواستی ارائه می گردد. غیر از وعده هائی که غذا مرغ یا جوجه کباب است.

هـ: همراه وعده اول غذای اصلی، ۵٪ غذای رژیمی تحویل داده می شود از اینرو مدیران محترم می بایست مقدار غذای رژیمی و مازاد مورد نیاز وعده های بعد را به منطقه مربوطه اعلام نمایند. بدیهی است در صورت عدم اعلام برای وعده های بعدی نیز بر اساس ۵٪ غذای رژیمی ارسال خواهد شد.

و : سرانه اقلام مورد نیاز برای تهیه دورچین به شرح زیر می باشد.

ز: سرانه اقلام مورد نیاز دورچین کاروان عبارت است:

نوعان تازه: ۱۰ گرم - زیتون: ۳۰ گرم - پیاز تازه: ۲۰ گرم - خیارشور: ۳۰ گرم - لیموترش: ۲۵ گرم - سماق: ۲ گرم - گوچه فرنگی: ۸۰ گرم

برنامه غذایی رژیم حج تمتع ۱۳۹۰ شمسی - ۱۴۲۲ قمری

ایام هفته	صبحانه	ناهار	دورچین آشپزخانه	دورچین کاروان	شام	سوپ	دورچین آشپزخانه	دورچین کاروان
شنبه	پنیر+مغزگردو+ شیر+ خیاروگوجه	خوراک ماهیچه	سیب زمینی پخته - هویج - ذرت	سالاد فصل+ لیموترش+سس سالاد	خوراک ماهی کبابی	آش سبزی با آلو	سیب زمینی پخته - گل کلم- کدو	خرما + نعناع + زیتون + لیموترش
یکشنبه	پنیر+شیر+عسل+ کره + کیک	خوراک مرغ آب پز	سیب زمینی پخته - هویج - شلغم	ماست و خیار+ پیاز	خوراک جوجه کباب	سوپ شیر و قارچ	سیب زمینی پخته - هویج - گل کلم	نعناع+زیتون+لیموترش+دوغ+ سس کچاپ+خیارشور+ماست
دوشنبه	پنیر+مغزگردو+ شیر+ خیاروگوجه	خوراک ماهیچه	سیب زمینی پخته - هویج - لوب	ماست + پیاز + دوغ	خوراک مرغ آب پز	سوپ جو	سیب زمینی پخته - هویج - شلغم	نعناع + زیتون + لیموترش + دوغ + سس کچاپ + خیارشور
سه شنبه	پنیر+کره+ مربا+ عدسی	خوراک مرغ آب پز	گوجه کبابی - هویج - گل کلم	ماست و خیار+ پیاز	خوراک جوجه کباب	سوپ سبزیجات با عدس	سیب زمینی پخته - ذرت - کدو	لیموترش+زیتون+ دوغ + سماق+ نعناع+ پیاز
چهارشنبه	پنیر+مغزگردو+ شیر+ خیاروگوجه	خوراک ماهیچه	سیب زمینی پخته - هویج - آلو	ماست + پیاز	خوراک شنیسل مرغ کبابی	سوپ شیر و قارچ	سیب زمینی پخته - هویج - گل کلم	نعناع + لیموترش+زیتون+دوغ +خیارشور+سس کچاپ
پنجشنبه	پنیر+شیر+عسل+ کره + کیک	خوراک ماهی کبابی	سیب زمینی پخته - هویج - لوب	خرما+لیموترش+سس سالاد	خوراک ماهیچه	آش سبزی با آلو	سیب زمینی پخته - ذرت - کدو	نعناع + زیتون + لیموترش + ماست +دوغ
جمعه	تخم مرغ+کره+ مربا+زیتون+ آبمیوه	خوراک شنیسل مرغ کبابی	سیب زمینی پخته - هویج - شلغم	ماست و خیار + پیاز	خوراک مرغ آب پز	سوپ مرغ و پیاز و ورمیشل	سیب زمینی پخته - گل کلم - هویج	نعناع + لیموترش+زیتون+دوغ +خیارشور+سس کچاپ

سرانه اقلام مورد نیاز دورچین آشپزخانه به شرح زیر می باشد.

سیب زمینی پخته: ۵۰ گرم هویج: ۵۰ گرم کدو: ۵۰ گرم ذرت: ۳۵ گرم
 لوبو: ۳۰ گرم گل کلم: ۵۰ گرم شلغم: ۵۰ گرم آلو: ۲۰ گرم

دستورالعمل تهیه سالاد

مدیر محترم کاروان:

همانگونه که مطلعید یکی از شاخصهای بهبود خدمات به زائرین بیت ا... الحرام در برنامه غذایی ارائه دورچین مناسب است که در این میان سالاد از اهمیت خاص و منحصر به فردی برخوردار است که می تواند سلامت، شادابی و نشاط را به ارمغان آورد لذا در نظر است در حج تمتع سال ۱۳۹۰ سالاد مورد نیاز زائرین بر اساس این دستورالعمل تهیه و بین زائرین توزیع گردد.

باعنایت به اهمیت شستشو، ضدعفونی و خردکردن سبزیجات و به منظور ایجاد وحدت رویه در تهیه سالاد توجه شما رابه نکات زیر جلب می نماید

۱- مواد مورد نیاز برای تهیه سالاد فصل:

ردیف	مواد لازم	مقدار	واحد
۱	خیار	۳۰	گرم
۲	گوجه	۳۰	گرم
۳	کاهو پس از آماده سازی	۳۰	گرم
۴	کلم پس از آماده سازی	۱۵	گرم
۵	زیتون	۲	عدد
۶	سس سالاد تکنفره	۱	عدد

طرز تهیه:

ابتدا خیار، گوجه، کاهو وکلم را به روش زیرکاملاً شستشو و ضد عفونی کرده و پس از آن خیار و گوجه را بصورت حلقه ای قطعه قطعه وکاهو و کلم را بصورت متوسط خرد می کنیم، سپس کاهو و کلم خرد شده را در ظرف ریخته، خیار و گوجه را با تزئینی مناسب روی آن چیده و در کنار آن زیتون را نیز قرار داده و سپس بسته بندی می کنیم .

شستشو و ضدعفونی

شستشو و ضدعفونی یکی ازمهمترین بخش های تهیه سالاد بهداشتی و سالم می باشد که لازم است بطور جدی انجام ومورد عنایت ویژه عوامل و مدیران قرارگیرد همانگونه که اطلاع دارید سبزیجات به دلیل نزدیکی به زمین دارای انواع آلودگی ها می باشند و حتماً لازم است قبل از خرد کردن کاملاً شسته و ضدعفونی شوند وجود انواع میکروبهها، تخم انگل، باقیمانده سموم و غیره سبب شده شستشو و ضدعفونی سبزیجات و مواد متشکل سالاد از لازمترین و بدیهی ترین ارکان آن باشد.

بدین منظور لازم است مواد اولیه در چهار مرحله زیر شستشو و ضدعفونی گردد.

مرحله اول: شستشو با آب در این مرحله و تمامی مراحل زیر لازم است سبزیجات به کار رفته در سالاد حتماً در آب غوطه ور شده و پس از گل زدائی و شستشوی اولیه با چند قطره مایع ظرفشویی، سبزیجات را از روی آب و بوسیله سبد و یا آبکش مناسب برداشته شده و در ظرف مرحله دوم قرار گیرد.

مرحله دوم: ضدعفونی سبزیجات با مایع پرکلرین و یا هر میکروب کش دیگر به میزان دستورالعمل
درج شده بر روی آن اقدام گردد.

مرحله سوم: شستشوی مجدد با آب سرد به منظور پاکسازی مواد ضدعفونی کننده از سبزیجات حداقل سه مرتبه انجام گیرد.

مرحله چهارم: خشک کردن در این مرحله مناسبترین روش استفاده از سانتریفوژهای برقی است که در صورت عدم وجود آن مواد را در داخل آبکش و یا سبد تمیز قرار داده تا آب آن خارج شود.

نکته ۱: نباید از ظاهر تمیز سبزیجات نتیجه گیری نمود که سبزیجات تمیز و عاری از میکروب و تخم انگل است لذا باید در شستشو و ضدعفونی آن دقت کافی صورت پذیرد.

نکته ۲: سبزیجات نباید پس از خرد شدن شسته شوند و لازم است شستشو حتماً قبل از خرد شدن و قطعه بندی صورت گیرد.

نکته ۳: برای کاهو و سبزیجات برگي لازم است اول برگ برگ شده و سپس شسته شوند تا انگل و میکروبهای داخل آن نیز از بین بروند

۱- خردکردن و قطعه بندی: یکی از علتهای فساد سریع سالاد روش خرد کردن و قطعه بندی آن است که بهترین روش، استفاده از دستگاه های مکانیزه می باشد ولیکن در صورتیکه دستگاه در اختیار نباشد لازم است حتماً در خرد کردن و قطعه بندی دقت شود تا اولاً چاقو و وسیله برنده تیز و نازک باشد و در ثانی از له کردن و فشردن سبزیجات پرهیز گردد بدیهی است هر چه برش سریعتر و قطعات مناسبتر خرد شوند سالاد دیرتر آب انداخته و میزان ویتامین و مواد معدنی آن بیشتر حفظ شده و زمان ماندگاری آن نیز بالاتر خواهد بود.

۲- بسته بندی سالاد: بسته بندی سالاد یکی دیگر از بخش های حائز اهمیت تهیه سالاد می باشد چراکه اولاً بسته بندی شکیل و مناسب جذاب بوده و خدمات را مطلوب و قابل استفاده جلوه می نماید و در ثانی بسته بندی باعث طول عمر محصول شده و از آلوده شدن مجدد آن جلوگیری می نماید لذا ظرف یکبار مصرف درب دار برای این منظور پیش بینی شده است که در انبار مرکزی توزیع می گردد و انتظار می رود مدیران محترم دقت لازم در خصوص چیدمان، نحوه نگهداری و ارائه صحیح سالاد را بنمایند.

۳- محل تهیه سالاد: محل تهیه سالاد با توجه به بررسی های بعمل آمده و امکانات بهداشتی موجود، آشپزخانه هتلها می باشد.

نکته: محل تهیه سالاد در آشپزخانه می بایست کاملاً بهداشتی باشد. (دیواره ها و کف آشپزخانه کاشی کاری، آب مورد استفاده بهداشتی، آشپزخانه مجهز به سیستم فاضلاب بوده و محل جمع آوری زباله در محلی مناسب و خارج از محیط کار باشد).

«فرم درخواست غذای اضافه و رژیمی»

مدیر محترم منطقه

جناب آقای

سلام علیکم

احتراماً، خواهشمند است دستور فرمائید

تعداد پرس غذای عادی جهت وعده ناهار ☐ شام ☐ از تاریخ تا تاریخ

مازاد بر آمار کاروان و همچنین

تعداد پرس غذای رژیمی جهت وعده ناهار ☐ شام ☐ از تاریخ تا تاریخ

توسط آشپزخانه تحویل گردد.

تعداد پرس ناهار ☐ شام ☐ از تاریخ تا تاریخ توسط

آشپزخانه تحویل گردد.

توضیح: برنامه نرم افزاری به نحوی پیش بینی گردیده است که مدیران محترم در صورت نیاز به بخشی از

غذا به طور مثال (سوپ، کباب و) همان بخش را درخواست اضافی نمایند.

نام و نام خانوادگی مدیر کاروان: شماره کاروان:

مهر و امضاء

ظرفیت کاروان:

مسئول محترم دفتر

آمار ارائه شده مورد تأیید می باشد، لطفاً در رایانه ثبت گردد.

مهر و امضاء مدیر منطقه

تذکر:

حداکثر مهلت تحویل فرم درخواست غذای اضافه و رژیمی به ستاد منطقه، برای وعده های ناهار

و شام تا ساعت ۱۷ روز قبل می باشد.