Baladiya test



ফ্রি PDF: বালাদিয়া টেস্টের প্রশ্ন বাংলা ভাষায়

সঠিক উত্তর আর সহজ ব্যাখ্যাসহ 30টি প্র্যাকটিস প্রশ্ন। ডাউনলোড করুন, ফোনে রাখুন, বিরতিতে পড়ুন।

1 · ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতা

এগুলোর মধ্যে কোনটি খাদ্যকর্মীর জন্য ভালো ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতা?

A. গতকালের নোংরা অ্যাপ্রন আবার পরা
B. হাত দিয়ে মুখের ঘাম মোছা
C. পরিষ্কার শরীরে, পরিষ্কার কাপড় পরে কাজে আসা
D. গোসলের বদলে পারফিউম লাগানো

সঠিক উত্তর: C. পরিষ্কার শরীরে, পরিষ্কার কাপড় পরে কাজে আসা
সৌদি নিয়মে কর্মীদের নিজেকে পরিষ্কার রাখতে হবে আর পরিষ্কার কাপড় পরতে হবে। নোংরা কাপড় আর হাত খাবারে জীবাণু নিয়ে যায়।

2 · হাত ধোয়া ও গ্লাভস

আপনি টয়লেট ব্যবহার করলেন। আবার খাবার ধরার আগে কী করতে হবে?

A. নতুন গ্লাভস পরে কাজে ফিরে যান
B. সাবান আর পানি দিয়ে হাত ধুয়ে নিন
C. শুধু ঠান্ডা পানি দিয়ে হাত ধুয়ে নিন
D. শুধু পেপার টাওয়েল দিয়ে হাত মুছে নিন

সঠিক উত্তর: B. সাবান আর পানি দিয়ে হাত ধুয়ে নিন
সৌদি নিয়মে টয়লেট ব্যবহারের পর হাত ধুতে হবে। শুধু গ্লাভস বা শুধু পানি জীবাণু দূর করে না।

3 · অসুখ ও কাটা-ছেঁড়া

কাজের দিনে ঘুম থেকে উঠে দেখলেন আপনার খুব জ্বর। কী করবেন?

A. জ্বরের ওষুধ খেয়ে স্বাভাবিকভাবে কাজে যান
B. কাজে যান আর পুরো শিফট মাস্ক পরে থাকুন
C. সুপারভাইজারকে জানান আর খাবারের কাজ করবেন না
D. কাজে যান, কিন্তু শুধু হাঁড়ি-পাতিল আর থালা-বাসন ধোবেন

সঠিক উত্তর: C. সুপারভাইজারকে জানান আর খাবারের কাজ করবেন না
জ্বর এমন রোগের লক্ষণ হতে পারে, যা খাবারের মাধ্যমে ছড়ায়। সৌদি নিয়মে জ্বর আছে এমন কর্মীকে খাবারের কাজ থেকে সরিয়ে রাখতে হবে।

4 · জীবাণু ও ফুড পয়জনিং

আপনি কি খালি চোখে খাবারের উপর ব্যাকটেরিয়া দেখতে পান?

A. হ্যাঁ, এগুলো ছোট কালো দাগের মতো দেখায়
B. হ্যাঁ, তবে শুধু পুরোনো বা নোংরা খাবারে
C. না, এগুলো দেখতে মাইক্রোস্কোপ লাগে
D. না, এগুলো শুধু মানুষের শরীরের ভেতরে থাকে

সঠিক উত্তর: C. না, এগুলো দেখতে মাইক্রোস্কোপ লাগে
ব্যাকটেরিয়া এত ছোট যে মাইক্রোস্কোপ (অণুবীক্ষণ যন্ত্র) ছাড়া দেখা যায় না। খাবার দেখতে পরিষ্কার হলেও তাতে ব্যাকটেরিয়া থাকতে পারে।

---

5 · ক্রস-কন্টামিনেশন

এগুলোর মধ্যে কোনটি ক্রস-কন্টামিনেশনের উদাহরণ?

A. কাটা সালাদ ঢাকনা দেওয়া বাক্সে ফ্রিজে রাখা
B. মুরগির মাঝখান 75 °C না হওয়া পর্যন্ত রান্না করা
C. কাজ শুরুর আগে হাত ধোয়া
D. কাঁচা মাংসের ছুরি দিয়ে রান্না করা মাংস কাটা

সঠিক উত্তর: D. কাঁচা মাংসের ছুরি দিয়ে রান্না করা মাংস কাটা
কাঁচা মাংসে ব্যবহার করা ছুরিতে জীবাণু থাকে। সেই ছুরি দিয়ে রান্না করা মাংস কাটলে জীবাণু এমন খাবারে চলে যায়, যা আর রান্না হবে না।

---

6 · তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণ

আপনি রান্না করা খাবার হট কেবিনেটে (গরম রাখার আলমারি) গরম রাখেন। সবচেয়ে কম নিরাপদ তাপমাত্রা কত?

A. 40 °C
B. 50 °C
C. 55 °C
D. 60 °C

সঠিক উত্তর: D. 60 °C
গরম খাবার 60 °C বা তার বেশি তাপমাত্রায় থাকতে হবে। 60 °C-এর নিচে খাবার ডেঞ্জার জোনে (বিপদের তাপমাত্রা) থাকে, যেখানে ব্যাকটেরিয়া দ্রুত বাড়ে।

---

7 · খাবার রাখার নিয়ম

ফ্রিজে রাখা খাবার ঢেকে রাখা উচিত।

সঠিক উত্তর: সত্য
সত্য। সৌদি নিয়মে রাখা সব খাবার ঢেকে বা বন্ধ খাবারের পাত্রে রাখতে হবে। এতে ময়লা, ফোঁটা আর পোকামাকড় ঢুকতে পারে না।

---

8 · মাল বুঝে নেওয়া

ডেলিভারি ড্রাইভার বলছে চিলড খাবার ঠান্ডা আছে। মাপ না নিয়েই আপনি তা নিতে পারেন।

সঠিক উত্তর: মিথ্যা

মিথ্যা। সৌদি নিয়মে উচ্চ ঝুঁকির খাবার পৌঁছালে পরিষ্কার প্রোব থার্মোমিটার দিয়ে তাপমাত্রা দেখতে হবে। চিলড খাবার শুধু 4 °C বা তার চেয়ে ঠান্ডা হলেই নিন।

---

9 · পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করা

মেঝে আর কাজের টেবিল একই কাপড় দিয়ে পরিষ্কার করা যায়।

সঠিক উত্তর: মিথ্যা

মিথ্যা। সৌদি নিয়মে মেঝের কাপড় অন্য কোনো জায়গায় ব্যবহার করা যাবে না। মেঝেতে ময়লা আর জীবাণু থাকে, যা খাবারে পৌঁছাতে পারে।

---

10 · পোকামাকড় ও ইঁদুর দমন

রান্নাঘরে মাছি কেন বিপজ্জনক?

A. এরা শব্দ করে আর কাস্টমারদের বিরক্ত করে
B. এরা ময়লা থেকে খাবারে জীবাণু নিয়ে আসে
C. এরা চিনি আর অন্য মিষ্টি খাবার খায়
D. এরা রান্নাঘরের বাতাস বেশি গরম করে

সঠিক উত্তর: B. এরা ময়লা থেকে খাবারে জীবাণু নিয়ে আসে

মাছি, তেলাপোকা আর ইঁদুর প্রায়ই জীবাণু বহন করে। এরা ময়লা আর আবর্জনার উপর বসে, তারপর খাবারের উপর বসে। WHO বলে, খাবার আর রান্নাঘরকে পোকা আর অন্য সব পোকামাকড় থেকে রক্ষা করুন।

---

11 · ময়লা-আবর্জনা

বাইরের বড় ময়লার কন্টেইনারের ঢাকনা ভাঙা। সারাদিন খোলা থাকে। এতে সমস্যা কী?

A. এটা শুধু শীতকালে সমস্যা
B. কন্টেইনার বাইরে থাকলে কোনো সমস্যা নেই
C. মাছি, বিড়াল আর ইঁদুর ময়লায় ঢুকতে পারে
D. ময়লা খুব তাড়াতাড়ি ঠান্ডা হয়ে যাবে

সঠিক উত্তর: C. মাছি, বিড়াল আর ইঁদুর ময়লায় ঢুকতে পারে

খোলা ময়লা পোকামাকড় আর ইঁদুর টানে, আর এরা রান্নাঘরে জীবাণু নিয়ে আসে। ভাঙা ঢাকনার কথা জানান, যাতে ঠিক করা হয়।

---

12 · অ্যালার্জির খাবার

একজন কাস্টমার বললেন, তার তিলে অ্যালার্জি আছে। কোন খাবারে তিল থাকার সম্ভাবনা সবচেয়ে বেশি?

A. শুধু সেদ্ধ ভাত
B. তাহিনি দিয়ে বানানো হুমুস
C. তাজা কমলার জুস
D. লবণ দিয়ে গ্রিল করা মুরগি

সঠিক উত্তর: B. তাহিনি দিয়ে বানানো হুমুস
তাহিনি তিলের বীজ থেকে বানানো হয়। তিল সৌদি 14টি অ্যালার্জেনের তালিকায় আছে।

---

13 · হেলথ সার্টিফিকেটের নিয়ম

স্বাস্থ্য শিক্ষা পরীক্ষায় কয়টি প্রশ্ন থাকে, আর কত সময় পাবেন?

A. 30 মিনিটে 20টি প্রশ্ন
B. 60 মিনিটে 100টি প্রশ্ন
C. 90 মিনিটে 50টি প্রশ্ন
D. 30 মিনিটে 50টি প্রশ্ন

সঠিক উত্তর: C. 90 মিনিটে 50টি প্রশ্ন
পরীক্ষার্থীদের গাইডে বলা আছে, পরীক্ষায় 50টি বহুনির্বাচনী (উত্তর বেছে নেওয়ার) প্রশ্ন থাকে। সময় 90 মিনিট, পরীক্ষাকেন্দ্রে কম্পিউটারে।

---

14 · ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতা

খাবার তৈরির জায়গায় আপনি মাস্ক পরেন। মাস্ক কী ঢেকে রাখবে?

A. শুধু মুখ, নাক নয়
B. শুধু থুতনি আর গলা
C. শুধু নাক, মুখ নয়
D. আপনার নাক আর মুখ

সঠিক উত্তর: D. আপনার নাক আর মুখ
সৌদি নিয়মে খাবারের জায়গায় মাস্ক দিয়ে নাক আর মুখ ঢাকতে হবে। এতে শ্বাসের ফোঁটা খাবারে পড়ে না।

---

15 · হাত ধোয়া ও গ্লাভস

কাজের সময় হাত ধোয়ার পর কীভাবে হাত শুকাবেন?

A. কাজের অ্যাপ্রনের সামনের দিকে মুছে
B. থালা-বাসনের কাপড় দিয়ে
C. প্যান্ট বা শার্টে মুছে
D. একবার ব্যবহারের পেপার টাওয়েল দিয়ে

সঠিক উত্তর: D. একবার ব্যবহারের পেপার টাওয়েল দিয়ে
সৌদি নিয়মে হাত ধোয়ার সিঙ্কে একবার ব্যবহারের পেপার টাওয়েল বা হ্যান্ড ড্রায়ার (হাত শুকানোর মেশিন) থাকতে হবে। অ্যাপ্রন আর কাপড় পরিষ্কার হাতে আবার জীবাণু লাগায়।

---

16 · অসুখ ও কাটা-ছেঁড়া

কাজের সময় বমি শুরু হলে আগে শিফট শেষ করে তারপর সুপারভাইজারকে জানানো যায়।

সঠিক উত্তর: মিথ্যা

মিথ্যা। বমি থেকে খাবারে জীবাণু ছড়াতে পারে। সঙ্গে সঙ্গে সুপারভাইজারকে জানান আর খাবারের কাজ বন্ধ করুন।

---

17 · জীবাণু ও ফুড পয়জনিং

বিপজ্জনক জীবাণু কোথায় পাওয়া যায়?

A. শুধু যে খাবারে দুর্গন্ধ আছে বা দেখতে খারাপ
B. শুধু ড্রেন, ডাস্টবিন আর টয়লেটে
C. শুধু কাঁচা মাংস আর কাঁচা মাছে
D. মাটি, পানি, প্রাণী আর মানুষের মধ্যে

সঠিক উত্তর: D. মাটি, পানি, প্রাণী আর মানুষের মধ্যে

বিপজ্জনক জীবাণু অনেক জায়গায় থাকে: মাটি, পানি, প্রাণী আর মানুষ। হাত, কাপড় আর সরঞ্জাম দিয়ে এগুলো খাবারে পৌঁছাতে পারে।

---

18 · ক্রস-কন্টামিনেশন

বুফেতে একজন কাস্টমার খালি হাতে একটি বনরুটি তুলে আবার রেখে দিলেন। বুফের দায়িত্বে থাকা কর্মী কী করবে?

A. রেখে দিন, কারণ দেখতে তো পরিষ্কার
B. সেই বনরুটিটি সঙ্গে সঙ্গে সরিয়ে ফেলুন
C. উল্টে দিয়ে সেখানেই রেখে দিন
D. ট্রের পেছনের দিকে সরিয়ে দিন

সঠিক উত্তর: B. সেই বনরুটিটি সঙ্গে সঙ্গে সরিয়ে ফেলুন

কাস্টমারের হাত থেকে রুটিতে জীবাণু লাগতে পারে। সৌদি নিয়মে একজন কর্মী বুফে দেখাশোনা করবে এবং কাস্টমার নোংরা করে থাকতে পারেন এমন খাবার সঙ্গে সঙ্গে সরিয়ে ফেলবে।

---

19 · তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণ

আপনি প্রোব থার্মোমিটার দিয়ে একটি রোস্ট মুরগি পরীক্ষা করছেন। প্রোবের মাথা কোথায় ঢোকাবেন?

A. চামড়ার উপর, মুরগির উপরের দিকে
B. মাংসের সবচেয়ে মোটা অংশে
C. ট্রের নিচে জমা রসে
D. ডানার সরু মাথায়

সঠিক উত্তর: B. মাংসের সবচেয়ে মোটা অংশে

খাবারের সবচেয়ে মোটা অংশ সবার শেষে গরম হয়। সৌদি নিয়মে খাবারের মাঝখানের (সবচেয়ে মোটা অংশের) তাপমাত্রা মাপতে হয়। সেখানে 75 °C হতে হবে।

---

20 · খাবার রাখার নিয়ম

শুকনো স্টোর ভরে গেছে। বাড়তি খাবারের বাক্স রাখার জন্য কোন জায়গাগুলো নিষিদ্ধ? 3টি বেছে নিন।

A. অন্য একটি খাবারের স্টোরে পরিষ্কার একটি তাক
B. কর্মীদের কাপড় বদলানোর ঘর
C. পরিষ্কারের কেমিক্যালের স্টোর
D. রান্নাঘরে খাবার রাখার পরিষ্কার, খালি তাক
E. যে ঘরে নোংরা সরঞ্জাম রাখা হয়

সঠিক উত্তর: B. কর্মীদের কাপড় বদলানোর ঘর; C. পরিষ্কারের কেমিক্যালের স্টোর; E. যে ঘরে নোংরা সরঞ্জাম রাখা হয়
সৌদি নিয়মে কাপড় বদলানোর ঘর, কর্মীদের লকার, টয়লেট, মেশিন রুম, কেমিক্যাল বা কীটনাশকের স্টোর আর নোংরা সরঞ্জামের জায়গায় খাবার রাখা নিষিদ্ধ। শুধু খাবার রাখার পরিষ্কার জায়গা ব্যবহার করুন।

---

21 · মাল বুঝে নেওয়া

চিলড কাঁচা মুরগির একটি ডেলিভারি এলো। আপনার থার্মোমিটার মুরগিতে 7 °C দেখাচ্ছে। কী করবেন?

A. নিয়ে নিন আর ফ্রিজারে রাখুন
B. নিয়ে নিন আর আজই রান্না করুন
C. ডেলিভারি ফেরত দিন
D. গন্ধ তাজা হলে নিয়ে নিন

সঠিক উত্তর: C. ডেলিভারি ফেরত দিন
সৌদি নিয়মে চিলড খাবার 4 °C বা তার চেয়ে ঠান্ডা অবস্থায় আসতে হবে। এর চেয়ে গরম হলে ফেরত দিন। পরে ফ্রিজারে রাখলে বা রান্না করলেও তা নিরাপদ হয় না।

---

22 · পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করা

কাজের সময় কাজের টেবিলে কাঁচা মাংসের রস পড়ে গেল। কখন পরিষ্কার করবেন?

A. সঙ্গে সঙ্গে: পরিষ্কার করে জীবাণুমুক্ত করুন
B. শিফট শেষে
C. টেবিলটি আবার ব্যবহারের সময়
D. শুধু কাস্টমার দেখতে পেলে

সঠিক উত্তর: A. সঙ্গে সঙ্গে: পরিষ্কার করে জীবাণুমুক্ত করুন
সৌদি নিয়মে খাবার লাগে এমন জায়গায় কিছু পড়লে সঙ্গে সঙ্গে পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করতে হবে। কাঁচা মাংসের রসের জীবাণু দ্রুত অন্য খাবারে ছড়ায়।

---

23 · পোকামাকড় ও ইঁদুর দমন

একটি নেংটি ইঁদুর এক ব্যাগ বনরুটি কেটে খেয়েছে। রুটিগুলো নিয়ে কী করবেন?

A. সব ফেলে দিন
B. কামড়ানো অংশটুকু কেটে ফেলুন
C. কর্মীদের খাবারে ব্যবহার করুন
D. জীবাণু মারতে টোস্ট করুন

সঠিক উত্তর: A. সব ফেলে দিন
সৌদি নিয়মে পোকামাকড়ে নষ্ট করা যেকোনো খাবার ফেলে দিতে হবে। ইঁদুর এমন জীবাণু, প্রস্রাব আর মল রেখে যায়, যা চোখে দেখা যায় না। সুপারভাইজারকেও জানান।

---

24 · ময়লা-আবর্জনা

আপনি রান্নাঘরের একটি ডাস্টবিন খালি করলেন। এর ভেতরটা নোংরা আর দুর্গন্ধ। কী করবেন?

A. ধুয়ে জীবাণুমুক্ত করুন, তারপর নতুন ব্যাগ লাগান
B. ভেতরে এয়ার ফ্রেশনার স্প্রে করে ব্যবহার চালিয়ে যান
C. নতুন ব্যাগ লাগিয়ে ব্যবহার চালিয়ে যান
D. সাপ্তাহিক ডিপ ক্লিনিং পর্যন্ত রেখে দিন

সঠিক উত্তর: A. ধুয়ে জীবাণুমুক্ত করুন, তারপর নতুন ব্যাগ লাগান
সৌদি নিয়মে ডাস্টবিন সহজে পরিষ্কার করার মতো হতে হবে আর নিয়মিত পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করতে হবে। নোংরা ডাস্টবিন মাছি টানে আর জীবাণু ছড়ায়।

---

25 · অ্যালার্জির খাবার

একজন কাস্টমারের দুধে অ্যালার্জি আছে। এগুলোর মধ্যে কোন খাবারে দুধ আছে?

A. অলিভ অয়েল
B. খেজুর
C. শুধু লাল চা
D. লাবনে

সঠিক উত্তর: D. লাবনে
লাবনে দুধ থেকে বানানো হয়। দুধ আর দুধ থেকে বানানো খাবার, যেমন পনির, মাখন আর ঘি — এগুলো অ্যালার্জেন।

---

26 · হেলথ সার্টিফিকেটের নিয়ম

পরীক্ষায় 50টি প্রশ্ন। পাস করতে 80% লাগে। কমপক্ষে কয়টি সঠিক উত্তর লাগবে?

A. 30
B. 40
C. 45
D. 50

সঠিক উত্তর: B. 40
50-এর 80% হলো 40। 39টি বা তার কম সঠিক উত্তর হলে আপনি পাস করবেন না।

---

27 · ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতা

খাবার তৈরির টেবিলে খাবার না থাকলে আপনি সেখানে দুপুরের খাবার খেতে পারেন।

সঠিক উত্তর: মিথ্যা

মিথ্যা। সৌদি নিয়মে খাবার লাগে এমন জায়গার উপর খাওয়া নিষিদ্ধ। আপনার মুখ আর হাত থেকে খাবারের গুঁড়া আর জীবাণু টেবিলে থেকে যেতে পারে। কর্মীদের বিশ্রামের জায়গায় খান, তারপর হাত ধুয়ে নিন।

---

28 · হাত ধোয়া ও গ্লাভস

সালাদ বানানো শুরু করার আগে আপনাকে হাত ধুতে হবে।

সঠিক উত্তর: সত্য

সত্য। সালাদ খাওয়ার জন্য তৈরি খাবার, এটি রান্না হবে না। সৌদি নিয়মে খাওয়ার জন্য তৈরি খাবার ধরার আগে হাত ধুতে হবে।

---

29 · অসুখ ও কাটা-ছেঁড়া

অসুস্থ খাদ্যকর্মীকে কেন খাবার থেকে দূরে থাকতে হবে?

A. তার শরীরের জীবাণু খাবারে ঢুকতে পারে
B. কাস্টমাররা অসুস্থ মানুষকে কাজ করতে দেখতে পছন্দ করেন না
C. অসুস্থ কর্মীরা খুব ধীরে কাজ করে
D. ওষুধে খাবারের স্বাদ খারাপ হতে পারে

সঠিক উত্তর: A. তার শরীরের জীবাণু খাবারে ঢুকতে পারে

অসুস্থ কর্মী হাত, শ্বাস বা শরীরের তরল দিয়ে খাবারে জীবাণু দিতে পারে। তখন যারা খাবার খায়, তারা অসুস্থ হতে পারে।

---

30 · জীবাণু ও ফুড পয়জনিং

খাবার দেখতে, গন্ধে আর স্বাদে স্বাভাবিক হলেও তাতে এমন জীবাণু থাকতে পারে, যা মানুষকে অসুস্থ করে।

সঠিক উত্তর: সত্য

সত্য। রোগ সৃষ্টিকারী জীবাণু সাধারণত খাবারের চেহারা, গন্ধ বা স্বাদ বদলায় না। দেখে বোঝা যায় না খাবার নিরাপদ কিনা।



সব প্রশ্ন আর টাইমারসহ প্র্যাকটিস পরীক্ষা চান?

baladiyatest.com

এটি একটি স্বাধীন প্র্যাকটিস ওয়েবসাইট। আমরা বালাদি, পৌরসভা ও আবাসন মন্ত্রণালয় বা কোনো টেস্ট সেন্টারের অংশ নই। এই প্রশ্নগুলো আমরা আপনার প্র্যাকটিসের জন্য লিখেছি — এগুলো আসল টেস্টের প্রশ্ন নয়।