Baladiya test



# Libreng PDF: mga tanong sa Baladiya test sa Filipino

30 practice na tanong na may tamang sagot at simpleng paliwanag. I-download, itago sa phone, basahin sa break.

**1** · Personal na kalinisan

### Alin dito ang mabuting personal hygiene (kalinisan ng katawan) para sa food worker?

A. Isuot ulit ang maruming apron kahapon
B. Punasan ng kamay ang pawis sa mukha
C. Pumasok nang malinis, at malinis ang damit
D. Magpabango sa halip na maligo

**Ang tamang sagot:** C. Pumasok nang malinis, at malinis ang damit

Ayon sa patakaran ng Saudi, dapat panatilihing malinis ng mga trabahador ang sarili nila at magsuot ng malinis na damit. Nagdadala ng mikrobyo sa pagkain ang maruming damit at kamay.

**2** · Paghuhugas ng kamay at gloves

### Gumamit ka ng CR. Ano ang dapat mong gawin bago ka humawak ulit ng pagkain?

A. Magsuot ng bagong gloves at bumalik sa trabaho
B. Maghugas ng kamay gamit ang sabon at tubig
C. Banlawan ang kamay sa malamig na tubig lang
D. Punasan ang kamay ng paper towel lang

**Ang tamang sagot:** B. Maghugas ng kamay gamit ang sabon at tubig

Ayon sa patakaran ng Saudi, maghugas ng kamay pagkatapos gumamit ng CR. Hindi naaalis ng gloves o ng tubig lang ang mikrobyo.

**3** · Sakit at sugat

### Nagising ka nang may mataas na lagnat sa araw ng trabaho. Ano ang dapat mong gawin?

A. Uminom ng gamot sa lagnat at pumasok gaya ng dati
B. Pumasok at mag-mask buong shift
C. Sabihan ang supervisor mo at huwag humawak ng pagkain
D. Pumasok, pero kaldero at plato lang ang hugasan

**Ang tamang sagot:** C. Sabihan ang supervisor mo at huwag humawak ng pagkain

Puwedeng senyales ng sakit na kumakalat sa pagkain ang lagnat. Ayon sa patakaran ng Saudi, dapat patigilin sa trabaho sa pagkain ang trabahador na may lagnat.

**4** · Mikrobyo at food poisoning

### Nakikita mo ba ng mata ang bacteria sa pagkain?

A. Oo, mukha silang maliliit na itim na tuldok
B. Oo, pero sa luma o maruming pagkain lang
C. Hindi, kailangan mo ng microscope para makita sila
D. Hindi, sa loob lang ng tao sila nabubuhay

**Ang tamang sagot:** C. Hindi, kailangan mo ng microscope para makita sila
Masyadong maliit ang bacteria para makita nang walang microscope. Puwedeng mukhang malinis ang pagkain pero may bacteria pa rin.

---

**5** · Cross-contamination

### Alin dito ang halimbawa ng cross-contamination?

A. Itinatago ang hiniwang salad sa may takip na lalagyan sa ref
B. Niluluto ang manok hanggang umabot sa 75 °C ang gitna
C. Naghuhugas ng kamay bago magsimulang magtrabaho
D. Hinihiwa ang lutong karne gamit ang kutsilyo para sa hilaw na karne

**Ang tamang sagot:** D. Hinihiwa ang lutong karne gamit ang kutsilyo para sa hilaw na karne
May mikrobyo ang kutsilyong ginamit sa hilaw na karne. Kapag ipinanghiwa ito sa lutong karne, lilipat ang mikrobyo sa pagkaing hindi na lulutuin ulit.

---

**6** · Tamang temperatura

### Pinapanatili mong mainit ang lutong pagkain sa hot cabinet. Ano ang pinakamababang safe na temperatura?

A. 40 °C
B. 50 °C
C. 55 °C
D. 60 °C

**Ang tamang sagot:** D. 60 °C
Dapat manatili ang mainit na pagkain sa 60 °C o higit pa. Kapag mas mababa sa 60 °C, nasa danger zone na ito, kung saan mabilis dumami ang bacteria.

---

**7** · Pag-store ng pagkain

### Dapat may takip ang pagkaing nakatago sa ref.

**Ang tamang sagot:** Tama
Tama. Ayon sa patakaran ng Saudi, dapat may takip ang lahat ng nakaimbak na pagkain o nasa saradong lalagyan ng pagkain. Hindi ito mapapasukan ng dumi, tulo at peste.

---

**8** · Pagtanggap ng deliveries

**Sabi ng driver ng delivery, malamig ang chilled na pagkain. Puwede mo itong tanggapin nang hindi kinukuha ang temperatura.**

> **Ang tamang sagot:** Mali
>
> Mali. Ayon sa patakaran ng Saudi, kunin ang temperatura ng high-risk na pagkain pagdating nito, gamit ang malinis na probe thermometer. Tanggapin lang ang chilled na pagkain kung 4 °C o mas malamig.

---

**9** · Paglilinis at pag-disinfect

**Puwede mong gamitin ang iisang basahan sa paglilinis ng sahig at ng work table.**

> **Ang tamang sagot:** Mali
>
> Mali. Ayon sa patakaran ng Saudi, hindi dapat gamitin sa ibang surface ang basahang pang-sahig. May dumi at mikrobyo ang sahig na puwedeng umabot sa pagkain.

---

**10** · Pag-iwas sa peste

**Bakit delikado ang langaw sa kusina?**

A. Maingay sila at naiinis ang mga customer
B. Dinadala nila ang mikrobyo ng basura sa pagkain
C. Kumakain sila ng asukal at iba pang matamis
D. Pinapainit nila nang sobra ang hangin sa kusina

> **Ang tamang sagot:** B. Dinadala nila ang mikrobyo ng basura sa pagkain
>
> Madalas may dalang mikrobyo ang langaw, ipis at daga. Dumadapo sila sa basura at dumi, saka sa pagkain. Ayon sa WHO, protektahan ang pagkain at ang kusina mula sa insekto at iba pang peste.

---

**11** · Basura

**Sira ang takip ng malaking lalagyan ng basura sa labas. Bukas ito buong araw. Bakit ito problema?**

A. Problema lang ito kapag taglamig
B. Walang problema kung nasa labas ang lalagyan
C. Makakapasok sa basura ang langaw, pusa at daga
D. Masyadong mabilis lalamig ang basura

> **Ang tamang sagot:** C. Makakapasok sa basura ang langaw, pusa at daga
>
> Inaakit ng bukas na basura ang peste, at nagdadala ng mikrobyo sa kusina ang peste. I-report ang sirang takip para maayos.

---

**12** · Allergens

### Sabi ng isang customer, allergic siya sa sesame (linga). Aling ulam ang malamang na may sesame?

A. Plain na nilagang kanin
B. Hummus na gawa sa tahini
C. Fresh na orange juice
D. Inihaw na manok na may asin

**Ang tamang sagot:** B. Hummus na gawa sa tahini
Ang tahini ay gawa sa buto ng sesame. Kasama ang sesame sa listahan ng Saudi ng 14 na allergen.

---

**13** · Mga patakaran ng health certificate

### Ilan ang tanong sa Health Education Test, at gaano katagal ang oras mo?

A. 20 tanong sa loob ng 30 minuto
B. 100 tanong sa loob ng 60 minuto
C. 50 tanong sa loob ng 90 minuto
D. 50 tanong sa loob ng 30 minuto

**Ang tamang sagot:** C. 50 tanong sa loob ng 90 minuto
Ayon sa candidate guide, may 50 multiple-choice na tanong ang test. May 90 minuto ka, sa computer sa test centre.

---

**14** · Personal na kalinisan

### Naka-mask ka sa lugar ng paghahanda ng pagkain. Ano ang dapat takpan ng mask?

A. Bibig lang, hindi ang ilong
B. Baba at leeg lang
C. Ilong lang, hindi ang bibig
D. Ilong at bibig

**Ang tamang sagot:** D. Ilong at bibig
Ayon sa patakaran ng Saudi, dapat takpan ng mask ang ilong at bibig sa mga lugar ng pagkain. Pinipigilan nito ang mga patak mula sa hininga mo na mahulog sa pagkain.

---

**15** · Paghuhugas ng kamay at gloves

### Paano mo dapat patuyuin ang kamay pagkatapos maghugas sa trabaho?

A. Sa harap ng work apron mo
B. Gamit ang basahang pamunas ng plato
C. Sa pantalon o sa damit mo
D. Gamit ang disposable na paper towel

**Ang tamang sagot:** D. Gamit ang disposable na paper towel
Ayon sa patakaran ng Saudi, dapat may paper towel na isang beses lang gagamitin o hand dryer sa hand sink. Ibinabalik ng apron at basahan ang mikrobyo sa malinis na kamay.

---

**16** · Sakit at sugat

**Kung nagsimula kang magsuka sa trabaho, puwede mo munang tapusin ang shift mo bago sabihan ang supervisor.**

> **Ang tamang sagot:** Mali
>
> Mali. Puwedeng magkalat ng mikrobyo sa pagkain ang pagsusuka. Sabihan agad ang supervisor mo at tumigil sa trabaho sa pagkain.

---

**17** · Mikrobyo at food poisoning

**Saan puwedeng makita ang delikadong mikrobyo?**

A. Sa pagkaing mabaho o mukhang sira lang
B. Sa kanal, basurahan at CR lang
C. Sa hilaw na karne at hilaw na isda lang
D. Sa lupa, tubig, hayop at tao

> **Ang tamang sagot:** D. Sa lupa, tubig, hayop at tao
>
> Nasa maraming lugar ang delikadong mikrobyo: lupa, tubig, hayop at tao. Puwede silang umabot sa pagkain mula sa kamay, basahan at mga gamit.

---

**18** · Cross-contamination

**Sa buffet, dinampot ng isang customer ang bread roll gamit ang hubad na kamay at ibinalik ito. Ano ang dapat gawin ng staff na nagbabantay sa buffet?**

A. Hayaan, kasi mukha namang malinis
B. Alisin agad ang bread roll na iyon
C. Baligtarin ito at iwan doon
D. Ilipat ito sa likod ng tray

> **Ang tamang sagot:** B. Alisin agad ang bread roll na iyon
>
> Puwedeng mag-iwan ng mikrobyo sa tinapay ang kamay ng customer. Ayon sa patakaran ng Saudi, dapat may staff na nagbabantay sa buffet at agad nag-aalis ng anumang pagkaing posibleng narumihan ng customer.

---

**19** · Tamang temperatura

**Tinitingnan mo ang temperatura ng roast chicken gamit ang probe thermometer. Saan mo itutusok ang dulo ng probe?**

A. Sa balat, sa ibabaw ng manok
B. Sa pinakamakapal na bahagi ng karne
C. Sa katas sa ilalim ng tray
D. Sa manipis na dulo ng pakpak

**Ang tamang sagot:** B. Sa pinakamakapal na bahagi ng karne

Pinakahuling umiinit ang pinakamakapal na bahagi ng pagkain. Ayon sa patakaran ng Saudi, kinukuha ang core temperature (temperatura sa loob) sa gitna, na siyang pinakamakapal na bahagi. Doon ito dapat umabot sa 75 °C.

---

**20** · Pag-store ng pagkain

**Puno na ang dry store. Saang mga lugar bawal mag-imbak ng sobrang kahon ng pagkain? Pumili ng 3.**

A. Malinis na shelf sa ibang imbakan ng pagkain
B. Bihisan (changing room) ng staff
C. Imbakan ng kemikal na panlinis
D. Malinis at walang lamang food rack sa kusina
E. Kuwarto kung saan nakatago ang maruming equipment

**Ang tamang sagot:** B. Bihisan (changing room) ng staff; C. Imbakan ng kemikal na panlinis; E. Kuwarto kung saan nakatago ang maruming equipment

Bawal sa patakaran ng Saudi ang pag-iimbak ng pagkain sa bihisan, locker ng staff, CR, kuwarto ng makina, imbakan ng kemikal o pesticide, at mga lugar na may maruming equipment. Malinis na imbakan ng pagkain lang ang gamitin.

---

**21** · Pagtanggap ng deliveries

**Dumating ang delivery ng chilled na hilaw na manok. 7 °C ang ipinapakita ng thermometer mo sa manok. Ano ang dapat mong gawin?**

A. Tanggapin at ilagay sa freezer
B. Tanggapin at lutuin ngayong araw
C. Tanggihan ang delivery
D. Tanggapin kung fresh ang amoy

**Ang tamang sagot:** C. Tanggihan ang delivery

Ayon sa patakaran ng Saudi, dapat dumating ang chilled na pagkain nang 4 °C o mas malamig. Kung mas mainit, tanggihan ito. Hindi ito nagiging safe kung ifi-freeze o lulutuin mamaya.

---

**22** · Paglilinis at pag-disinfect

### Natapon ang katas ng hilaw na karne sa work table habang nagse-serve. Kailan mo ito dapat linisin?

A. Agad-agad: linisin at i-disinfect
B. Sa dulo ng shift
C. Kapag gagamitin ulit ang table
D. Kung makikita lang ito ng customer

> **Ang tamang sagot:** A. Agad-agad: linisin at i-disinfect
>
> Ayon sa patakaran ng Saudi, dapat linisin at i-disinfect ang mga surface na dinidikitan ng pagkain sa sandaling may matapon dito. Mabilis kumalat sa ibang pagkain ang mikrobyo mula sa katas ng hilaw na karne.

---

**23** · Pag-iwas sa peste

### Nginatngat ng daga ang isang supot ng bread roll. Ano ang dapat mong gawin sa tinapay?

A. Itapon lahat
B. Putulin ang nginatngat na bahagi
C. Gamitin sa pagkain ng staff
D. I-toast para mamatay ang mikrobyo

> **Ang tamang sagot:** A. Itapon lahat
>
> Ayon sa patakaran ng Saudi, dapat itapon ang anumang pagkaing narumihan ng peste. Nag-iiwan ang daga ng mikrobyo, ihi at ipot na hindi mo nakikita. Sabihan din ang supervisor mo.

---

**24** · Basura

### Inalisan mo ng laman ang basurahan sa kusina. Marumi at mabaho ang loob nito. Ano ang dapat mong gawin?

A. Hugasan at i-disinfect, saka lagyan ng bagong supot
B. I-spray-an ng air freshener ang loob at patuloy na gamitin
C. Lagyan ng bagong supot at patuloy na gamitin
D. Iwan hanggang sa lingguhang deep cleaning

> **Ang tamang sagot:** A. Hugasan at i-disinfect, saka lagyan ng bagong supot
>
> Ayon sa patakaran ng Saudi, dapat madaling linisin ang basurahan at regular itong nililinis at dini-disinfect. Inaakit ng maruming basurahan ang langaw at nagkakalat ito ng mikrobyo.

---

**25** · Allergens

**Allergic sa gatas ang isang customer. Alin sa mga pagkaing ito ang may gatas?**

A. Olive oil
B. Dates
C. Plain na black tea
D. Labneh

**Ang tamang sagot:** D. Labneh
Ang labneh ay gawa sa gatas. Allergen ang gatas at ang mga pagkaing gawa rito, gaya ng keso, butter at ghee.

---

**26** · Mga patakaran ng health certificate

**May 50 tanong ang test. Kailangan mo ng 80% para pumasa. Ano ang pinakamababang bilang ng tamang sagot na kailangan mo?**

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

**Ang tamang sagot:** B. 40
Ang 80% ng 50 ay 40. Kung 39 o mas kaunti ang tamang sagot mo, hindi ka papasa.

---

**27** · Personal na kalinisan

**Kapag walang pagkain sa ibabaw nito, puwede kang kumain ng lunch mo sa table na pinaghahandaan ng pagkain.**

**Ang tamang sagot:** Mali
Mali. Bawal sa patakaran ng Saudi ang pagkain sa ibabaw ng mga surface na dinidikitan ng pagkain. Puwedeng maiwan sa table ang mumo at mikrobyo mula sa bibig at kamay mo. Kumain sa break area ng staff, saka maghugas ng kamay.

---

**28** · Paghuhugas ng kamay at gloves

**Dapat kang maghugas ng kamay bago ka magsimulang gumawa ng salad.**

**Ang tamang sagot:** Tama
Tama. Ready-to-eat na pagkain ang salad at hindi na ito lulutuin. Ayon sa patakaran ng Saudi, maghugas ng kamay bago humawak ng ready-to-eat na pagkain.

---

**29** · Sakit at sugat

### Bakit dapat lumayo sa pagkain ang maysakit na food worker?

A. Puwedeng mapunta sa pagkain ang mikrobyo mula sa katawan niya
B. Ayaw ng mga customer na makakita ng maysakit na nagtatrabaho
C. Masyadong mabagal magtrabaho ang maysakit
D. Puwedeng pumangit ang lasa ng pagkain dahil sa gamot

**Ang tamang sagot:** A. Puwedeng mapunta sa pagkain ang mikrobyo mula sa katawan niya

Puwedeng maipasa ng maysakit na trabahador ang mikrobyo sa pagkain sa pamamagitan ng kamay, hininga o likido ng katawan niya. Puwedeng magkasakit ang mga taong kakain ng pagkain.

---

**30** · Mikrobyo at food poisoning

### Puwedeng normal ang itsura, amoy at lasa ng pagkain, pero may mikrobyo pa rin itong nagpapasakit sa tao.

**Ang tamang sagot:** Tama

Tama. Kadalasan, hindi binabago ng mikrobyong nagdudulot ng sakit ang itsura, amoy o lasa ng pagkain. Hindi mo malalaman kung safe ito sa pagtingin lang.

---




**Gusto mo ng lahat ng tanong at practice exam na may timer?**
baladiyatest.com

Ito ay isang independent na practice website. Hindi kami bahagi ng Balady, ng Ministry of Municipalities and Housing, o ng anumang test center. Isinulat namin ang mga tanong na ito para makapag-practice ka — hindi ito ang totoong mga tanong sa test.