

নতুন মিশ্রিত চিনির সতর্কীকরণের নিয়ম: রেস্তোরাঁ-শৃঙ্খলগুলিকে কী কী জানতে হবে

নিউ ইয়র্ক শহর পৌর পরিষদের আবশ্যিকতা অনুযায়ী এখন থেকে রেস্তোরাঁ-শৃঙ্খলগুলিকে সেই সব নির্দিষ্ট কিছু খাদ্যতালিকার পাশে একটি সতর্কীকরণ আইকন লাগাতে হবে যেগুলিতে উচ্চমাত্রায় মিশ্রিত চিনি রয়েছে এবং সেই সঙ্গে একটি সতর্কীকরণ বিবৃতিও রাখতে হবে যাতে উচ্চ পরিমাণে চিনি খাওয়ার স্বাস্থ্যের ঝুঁকিগুলি বুঝিয়ে বলা থাকবে। 4ঠা অক্টোবর, 2025 তারিখ থেকে, নিউ ইয়র্ক শহরের স্বাস্থ্য দপ্তর অনুবর্তিতার ব্যাপারে রেস্তোরাঁ-শৃঙ্খলগুলিকে শিক্ষাপ্রদান করছে এবং তারা উল্লেখ্যের জন্য সমন জারি করতে পারে, যা \$200 জরিমানা সাপেক্ষ।

নতুন আবশ্যিকতাগুলি কী কী?

এই নতুন আইন রেস্তোরাঁ-শৃঙ্খলগুলির জন্য নিম্নোক্ত বিষয়গুলি আবশ্যিক করে:

- প্যাকেটবন্দী সেই সব খাদ্যসামগ্রীগুলিতে **সতর্কীকরণ আইকন** লাগানো — যেগুলিতে পুষ্টির তথ্যের লেবেল রয়েছে — যেগুলিতে 50 গ্রাম (g) বা তার বেশি পরিমাণে মিশ্রিত চিনি রয়েছে এবং সেই সব খাদ্যসামগ্রী যেগুলি প্যাকেটবন্দী খাদ্যসামগ্রীগুলির মতোই দেখতে যেগুলির খাদ্যতালিকায়, খাদ্যতালিকার বোর্ডে বা ট্যাগে 50 গ্রাম বা তার বেশি পরিমাণে মিশ্রিত চিনি রয়েছে (ছাপানো, বৈদ্যুতিন বা অনলাইন খাদ্যতালিকা সমেত)। খাদ্যতালিকার সামগ্রীগুলিতে সংমিশ্রিত আহারগুলিও অন্তর্ভুক্ত।
- ক্রয়ের স্থানে এবং খাদ্যতালিকায়, খাদ্যতালিকার বোর্ডে এবং স্ব-পরিবেশনমূলক খাদ্যের স্থানগুলিতে একটি মিশ্রিত চিনির **সতর্কীকরণ বিবৃতি** লাগাতে হবে। এই বিবৃতিতে ব্যাখ্যাপূর্বক বলা থাকবে যে, আইকন রয়েছে এমন খাদ্যসামগ্রীগুলি রোজকার সুপারিশকৃত সীমার তুলনায় বেশি পরিমাণে মিশ্রিত চিনি রয়েছে এবং অতিমাত্রায় মিশ্রিত চিনি খেলে তা স্বাস্থ্যের ঝুঁকি তৈরি করে।

নিউ ইয়র্কবাসীদের কেন উচ্চমাত্রায় মিশ্রিত চিনি সম্বলিত খাবার-দাবার সম্পর্কে সতর্ক করা দরকার?

মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের গড়পড়তা জনসাধারণ মিশ্রিত চিনি থেকে তাদের রোজকার মোট ক্যালোরির প্রয়োজনীয়তার থেকে 13% বেশি গ্রহণ করে (প্রায় 68 গ্রাম বা 270 ক্যালোরি)। [2020-2025 আমেরিকাবাসীদের আহার সংক্রান্ত নির্দেশিকা](#)¹ ("2020-2025 Dietary Guidelines for Americans") দৈনিক 50 গ্রামের কম (বা রোজকার মোট ক্যালোরির 10 শতাংশ, 2,000-

¹ https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2020-12/Dietary_Guidelines_for_Americans_2020-2025.pdf

ক্যালোরি আহারের ভিত্তিতে) মিশ্রিত চিনি খাওয়ার সুপারিশ করে। অতি উচ্চমাত্রায় মিশ্রিত চিনি খাওয়া টাইপ 2 ডায়াবিটিস, ওজন বৃদ্ধি ও দাঁত ক্ষয়ের উচ্চ ঝুঁকির সাথে জড়িত।

এই নিয়ম কি আমার ব্যবসার জন্যও প্রযোজ্য?

এই নিয়ম রেস্তোরাঁ শ্রেণিকরণ কার্যক্রমের অংশ সেই সব খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানসমূহের প্রতিও প্রযোজ্য হয়, যাদের নিই ইয়র্ক শহরের স্বাস্থ্য দপ্তর-এর ছাড়পত্র নেবার দরকার আছে এবং যারা সংশ্লিষ্ট শৃঙ্খলের অংশ। “শৃঙ্খল” মানে হল সেই যে কোন প্রতিষ্ঠান যারা একই নামে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের 15টি বা তার বেশি জায়গায় ব্যবসা করছে এবং একই, বা প্রায় একই, রকমের খাদ্যসামগ্রী পরিবেশন করছে। এটি ভ্রাম্যমান খাদ্য বিক্রয় বিপণীগুলির জন্য প্রযোজ্য নয়।

সেই খাদ্যসামগ্রী কোনটি যা প্যাকেটবন্দী খাদ্যসামগ্রীর সদৃশ?

রেস্তোরাঁ-শৃঙ্খলগুলি দ্বারা পরিবেশিত কিছু খাদ্যসামগ্রী পুষ্টি সংক্রান্ত তথ্যাবলীর লেবেলসহ প্যাকেটবন্দী অবস্থায়, যেমন ক্যানবন্দী সোডা, এবং প্যাকেটবন্দী নয় এমন অবস্থায়, যেমন নিজে-নিতে হয়ে এমন ফাউন্টেন সোডা, এই দুইভাবেই উপলভ্য। প্যাকেটবন্দী সংস্করণটি কেবলমাত্র খুচরো ব্যবস্থায় পাওয়া যেতে পারে অথবা একটি খুচরো বিক্রয়কেন্দ্র ও একটি খাদ্য পরিবেশন প্রতিষ্ঠান উভয় ব্যবস্থাতেই পাওয়া যাতে পারে।

একটি খাদ্যসামগ্রী যদি এই ব্র্যান্ড নামের অধীনে প্যাকেটবন্দী ও প্যাকেটবন্দী নয় এমন দুই অবস্থাতেই প্রদান করা হয় এবং দুইভাবেই তার প্রচার, বিজ্ঞাপন বা উপস্থাপনা উল্লেখযোগ্যভাবে একই পদ্ধতিতে করা হয়, তাহলে এই দুই অবস্থাকে সদৃশ বলে ধরে নেওয়া হয়।

একটি রেস্তোরাঁ-শৃঙ্খল যদি একটি সদৃশ খাদ্যসামগ্রীকে তার প্যাকেটবন্দী সংস্করণের তুলনায় প্যাকেটবন্দী নয় এমন সংস্করণে আলাদা পরিমাণে পরিবেশন করে তাহলে কী হবে? কোন রেস্তোরাঁয় পরিবেশিত খাদ্যে মিশ্রিত চিনির মাত্রা 50 গ্রাম বা তার বেশি রয়েছে কিনা তা আমি কীভাবে জানব?

রেস্তোরাঁ-শৃঙ্খলগুলিতে যে সব প্যাকেটবন্দী নয় এমন খাদ্যসামগ্রী বিক্রয় করা হয় সেগুলিতে কতটা চিনি থাকে তা নির্ধারণের জন্য পুষ্টি সংক্রান্ত তথ্যাবলীর লেবেলটি ব্যবহার করুন।

উদাহরণ: একটি 20-আউন্স সোডার বোতলে 65 গ্রাম মিশ্রিত চিনি থাকে, এবং আপনি ওইরকম সোডার 16-আউন্স পরিবেশন করছেন।

ধাপসমূহ:

1. মিশ্রিত চিনির গ্রামের সংখ্যাকে আউন্সের সংখ্যা দিয়ে ভাগ করে প্রতি আউন্সে মিশ্রিত চিনির পরিমাণ বের করুন যাতে একটি খাদ্যসামগ্রীতে প্রতি আউন্সে কত পরিমাণ মিশ্রিত চিনি রয়েছে তা বের করা যায়।

উদাহরণ: 65 গ্রাম মিশ্রিত চিনিকে 20 আউন্স দিয়ে ভাগ করলে দাঁড়ায় আউন্স প্রতি 3.25 গ্রাম মিশ্রিত চিনি।

2. আউন্স প্রতি মিশ্রিত চিনির সংখ্যাকে প্যাকেটবন্দী নয় এমন একইরকম খাবারগুলির আউন্সের সংখ্যা দিয়ে গুণ করুন।

উদাহরণ: 3.25 গ্রাম মিশ্রিত চিনির সাথে 16 আউন্স গুণ করলে মিশ্রিত চিনির পরিমাণ দাঁড়ায় 52 গ্রাম।

সিদ্ধান্ত: এই খাদ্যসামগ্রীতে একটি সতর্কীকরণ আইকন লাগানো দরকার।

আপনি যদি প্যাকেটবন্দী খাদ্যসামগ্রীর মতো সম্ভবত একইরকম খাদ্যসামগ্রীগুলিতে থাকা মিশ্রিত চিনির পরিমাণ নির্ণয় করতে না পারেন, তাহলে সাহায্যের জন্য sugar@health.nyc.gov-এ ইমেল করুন।

আমি মিশ্রিত চিনির সতর্কীকরণ আইকন কোথা থেকে পাব?

ডান দিকে প্রদর্শিত আইকনটি অবশ্যই খাদ্যতালিকা, খাদ্যতালিকার বোর্ড এবং খাদ্যসামগ্রীর ট্যাগে লাগাতে হবে। আইকনটি ডাউনলোড করতে nyc.gov/health/added-sugar দেখুন।



আমি আমার নিজের মতো করে মিশ্রিত চিনির সতর্কীকরণ আইকন তৈরি করে নিতে পারি?

Nutrition Facts	
1 servings per container	
Serving size	1 bottle
Amount Per Serving	
Calories	240
	% Daily Value*
Total Fat 0g	0%
Saturated Fat 0g	0%
Trans Fat 0g	
Cholesterol 0mg	0%
Sodium 75mg	3%
Total Carbohydrate 65g	24%
Dietary Fiber 0g	0%
Total Sugars 65g	
Includes 65g Added Sugars	130%
Protein 0g	0%

Not a significant source of vitamin D, calcium, iron, and potassium

*The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

না, আপনি নিজের আইকন নিজে তৈরি করে নিতে পারেন না। আপনাকে অবশ্যই নিউ ইয়র্ক শহরের স্বাস্থ্য দপ্তর দ্বারা দেওয়া আইকনই ব্যবহার করতে হবে।

সতর্কীকরণ আইকনের মাপ কী হওয়া উচিত?

সতর্কীকরণের আইকন অবশ্যই দৈর্ঘ্য ও প্রস্থ সমান মাপের হতে হবে। **আইকনের আকারটিকে টেনে বড় বা ছোট করবেন না।** সেই সঙ্গে আইকনটিকে অবশ্যই খাদ্যতালিকায়, খাদ্যতালিকার বোর্ডে বা খাদ্যসামগ্রীর ট্যাগে সংশ্লিষ্ট খাদ্যসামগ্রীটির নামের যে বানান রয়েছে তার সবচেয়ে বড় অক্ষরটির সমপরিমাণ লম্বা হতে হবে।

সতর্কীকরণ আইকনটি ঠিক কোথায় লাগাতে হবে?

সতর্কীকরণ আইকনটিকে অবশ্যই খাদ্যসামগ্রীর **ঠিক পাশেই** লাগাতে হবে, যা কিনা প্যাকেটবন্দী বা প্যাকেটবন্দী নয় এমন খাদ্যসামগ্রীর সদৃশ এবং যাতে খাদ্যতালিকায়, খাদ্যতালিকার বোর্ডে বা খাদ্যসামগ্রীর ট্যাগে থাকা খাদ্যে মিশ্রিত চিনির পরিমাণ 50 গ্রাম রয়েছে, সংমিশ্রিত আহারগুলি, অস্থায়ী খাদ্যসামগ্রী ও পরিবর্তনশীল খাদ্যসামগ্রীগুলি সমেত।


“খাদ্যতালিকা” ও “খাদ্যতালিকার বোর্ড”:

- নিজে অর্ডার করা যায় এমন খাদ্যতালিকা অথবা খাদ্য বিক্রয়কারী প্রতিষ্ঠানগুলির অনলাইন খাদ্যতালিকাগুলি অন্তর্ভুক্ত।
- সোডিয়াম সতর্কীকরণ নিয়মে যেমনভাবে সংজ্ঞায়িত করা হয়েছে সেইভাবেই সংজ্ঞায়িত করা হয় — on.nyc.gov/article-81-health-code-এ গিয়ে নিউ ইয়র্ক শহরের স্বাস্থ্য বিধিমালা-এর 81.49 বিভাগটি দেখুন।

আবশ্যকতাগুলি পূরণে আপনার যদি কোন সমস্যা হয়, তাহলে নিউ ইয়র্ক শহরের স্বাস্থ্য দপ্তর এতে ফের-বদলের জন্য আলাদা-আলাদা করে করা অনুরোধগুলি বিবেচনা করে দেখতে পারে। ফের-বদলের অনুরোধ করতে sugar@health.nyc.gov-এ ইমেল করুন।

সতর্কীকরণ বিবৃতি কী?

এই সতর্কীকরণ বিবৃতিটি নিম্নরূপ:

সতর্কীকরণ:  এটি যা নির্দেশ করে তা হল, এই খাদ্যসামগ্রীতে মিশ্রিত চিনির পরিমাণ 2,000 ক্যালোরি (50 গ্রাম) আহারের রোজকার মোট সুপারিশকৃত মিশ্রিত চিনির সীমার সমপরিমাণ বা তার থেকে বেশি। অনেক সময় ধরে উচ্চমাত্রায় মিশ্রিত চিনি খাওয়া বা পান করার অর্থ তা আপনার টাইপ 2 ডায়াবিটিস, ওজন বৃদ্ধি এবং দাঁত ঝুঁকির ঝুঁকিকে বাড়িয়ে দেয়।

সতর্কীকরণ বিবৃতিটি ঠিক কোথায় লাগাতে হবে?

সতর্কীকরণ বিবৃতিটি অবশ্যই ক্রয়ের স্থানে এবং খাদ্যতালিকায়, খাদ্যতালিকার বোর্ডে এবং স্ব-পরিবেশনমূলক খাদ্যের স্থানগুলিতে একটি স্পষ্টরূপে দৃশ্যমান জায়গায় লাগাতে হবে।

সতর্কীকরণ বিবৃতিটিকে কি খাদ্যতালিকার প্রতিটি পাতাতেই লাগাতে হবে?

না, তবে সতর্কীকরণ বিবৃতিটিকে অবশ্যই খাদ্যতালিকার একটি স্পষ্টরূপে দৃশ্যমান স্থানেই লাগাতে হবে। এই আবশ্যিকতা পূরণের একটি উপায় হল সতর্কীকরণ আইকনটি খাদ্যতালিকার যে পাতাটিতে লাগানো হয়েছে সতর্কীকরণ বিবৃতিটিও সেই পাতায় লাগানো।

আমাকে কি সতর্কীকরণ আইকনটিকে সেই সব খাবারের পাশেও লাগাতে হবে যাতে একাধিক খাদ্যসামগ্রী রয়েছে (যেমন সংমিশ্রিত আহার)?

একটি সংমিশ্রিত আহারে যদি আগে থেকে প্যাকেটবন্দী বা ওই জাতীয় খাদ্যসামগ্রী অন্তর্ভুক্ত থাকে যাতে সর্বমোট মিশ্রিত চিনির পরিমাণ 50 গ্রাম বা তার বেশি থাকে, তাহলে আপনাকে অবশ্যই খাদ্যতালিকায়, খাদ্যতালিকার বোর্ডে বা স্ব-পরিবেশনের স্থানে থাকা ওই সংমিশ্রিত আহারটির পাশে আইকনটিকে লাগাতে হবে। উদাহরণস্বরূপ, সংমিশ্রিত আহারে যদি একটি ফাউন্টেন সোড অন্তর্ভুক্ত থাকে যাতে 20 গ্রাম মিশ্রিত চিনি রয়েছে এবং আগে থেকে প্যাকেটবন্দী এমন মিষ্টিজাতীয় খাদ্য থাকে যাতে 35 গ্রাম মিশ্রিত চিনি রয়েছে, তাহলে ওই আহারে সর্বমোট মিশ্রিত চিনির পরিমাণ দাঁড়ায় 55 গ্রাম এবং তাই তার পাশে অবশ্যই সতর্কীকরণ আইকনটিতে লাগাতে হবে।

আমাকে কি সেই সব খাদ্যসামগ্রীগুলির পাশে এই সতর্কীকরণ আইনটি লাগাতে হবে যেগুলিকে নিজের মতো করে তৈরি করে নেওয়া যায় বা যেগুলিতে বিভিন্ন ধরনে টপিং থাকে?

সম্ভাব্য যে কোন ধরনের খাদ্যসামগ্রীতে যদি 50 গ্রাম বা তার বেশি পরিমাণ মিশ্রিত চিনি থাকে, তাহলে আপনাকে অবশ্যই খাদ্যতালিকায় বা খাদ্যতালিকার বোর্ডে ওই খাদ্যসামগ্রীটির পাশে সতর্কীকরণ আইকনটি লাগাতে হবে।

আমার বেস্তোরাঁ-শৃঙ্খল কোন প্যাকেটবন্দী খাদ্যসামগ্রী বা তার সদৃশ কোন খাদ্যসামগ্রী পরিবেশন করে না যাতে 50 গ্রাম বা তার বেশি পরিমাণ মিশ্রিত চিনি রয়েছে। তাহলেও কি আমাকে সতর্কীকরণ বিবৃতিটি লাগাতে হবে?

না, সেক্ষেত্রে আপনাকে এই সতর্কীকরণ বিবৃতিটি লাগাতে হবে না।

আমাকে কি সেই সব আগে থেকে প্যাকেটবন্দী বা ওই জাতীয় খাদ্যসামগ্রীর পাশে সতর্কীকরণ আইকনটি লাগাতে হবে যেগুলি একাধিক বার পরিবেশন করা হয়?

আগে থেকে প্যাকেটবন্দী বা ওই জাতীয় কিছু কিছু খাদ্যসামগ্রীতে একাধিক পরিবেশন থাকে এবং তা একাধিক লোকে ভাগ করে থাকেন বলে তৈরি করা হয়। উদাহরণস্বরূপ, একটি আইসক্রিমের বালতি, বা একটি কেক, অথবা মোরব্বা যা একাধিক টুকরোয় ভাগ করা হয়। এই জিনিসগুলির ক্ষেত্রে:

- প্রতি পরিবেশন ইউনিটে যদি **50 গ্রামের কম মিশ্রিত চিনি** থাকে, তাহলে খাদ্যতালিকায় বা খাদ্যতালিকার বোর্ডে থাকা ওই খাদ্যসামগ্রীর পাশে আপনাকে সতর্কীকরণ আইকন লাগাতে **হবে না**, এমনকি যদি তাতে সমস্ত পরিবেশন মিলিয়ে 50 গ্রাম বা তার বেশি পরিমাণ মিশ্রিত চিনি থাকে।
- যদি প্রতিটি পরিবেশন ইউনিটে **50 গ্রাম বা তার বেশি পরিমাণ মিশ্রিত চিনি** থাকে, তাহলে আপনাকে **অবশ্যই** আপনার খাদ্যতালিকায় বা খাদ্যতালিকার বোর্ডে থাকা ওই খাদ্যসামগ্রীর পাশে সতর্কীকরণ আইকনটি লাগাতে হবে।

গোটা খাদ্যসামগ্রীর তালিকার পাশে বা প্রতি পরিবেশনের পরিমাণের পাশে (উদাহরণস্বরূপ, একটি টুকরো) আইকনটি লাগাতে হবে, যা নির্ভর করবে খাদ্যতালিকায় বা খাদ্যতালিকার বোর্ডে ওই খাদ্যসামগ্রীটিকে কীভাবে তালিকাভুক্ত করা হয়েছে তার উপর। একজন ব্যক্তির প্লেটে পরিবেশন করা খাদ্যসামগ্রী একাধিক পরিবেশন নয়।

এই নিয়ম কি সেই সব খাদ্যসামগ্রীগুলির উপরেও প্রযোজ্য হয় যেগুলি প্রচারমূলক বা যেগুলি কেবলমাত্র সাময়িকভাবে উপলভ্য?

হ্যাঁ, এই নিয়ম প্যাকেটবন্দী ও প্যাকেটবন্দী সদৃশ সমস্ত খাদ্যসামগ্রীগুলির প্রযোজ্য হয় যেগুলিতে 50 গ্রাম বা তার বেশি পরিমাণে মিশ্রিত চিনি রয়েছে, এমনকি সেগুলি যদি অল্প কিছু সময়ের জন্য দেওয়া হয় তাহলেও।

আমি যদি কোন খাদ্যসামগ্রী যোগ করি বা বদলাই এবং তাতে তা মিশ্রিত চিনির সতর্কীকরণের মানদণ্ড পূরণ করে, তাহলে সেক্ষেত্রে কত দ্রুত আমাকে সতর্কীকরণ আইকন ও সতর্কীকরণ বিবৃতি লাগাতে হবে?

আপনি যখনই এমন একটি প্যাকেটবন্দী বা তার সদৃশ কোন খাদ্যসামগ্রী পরিবেশন করতে শুরু করবেন যাতে 50 গ্রাম বা তার বেশি পরিমাণে মিশ্রিত চিনি রয়েছে তখনই যত দ্রুত সম্ভব আপনাকে ওই সতর্কীকরণ আইকন ও সতর্কীকরণ বিবৃতি লাগাতে হবে।

নিউ ইয়র্ক শহরের স্বাস্থ্য দপ্তর কি আমার খাদ্যতালিকা বা খাদ্যতালিকার বোর্ড ছাপানোর আগে তার বিষয়বস্তু পর্যালোচনা করতে পারে?

হ্যাঁ, নিউ ইয়র্ক শহরের স্বাস্থ্য দপ্তর আপনাকে sugar@health.nyc.gov-এ ইমেল পাঠিয়ে আপনার খাদ্যতালিকা বা খাদ্যতালিকার বোর্ড ছাপানোর আগে তার বিষয়বস্তু বা তার ছবি পর্যালোচনা করানোর জন্য আহ্বান জানায়। নিউ ইয়র্ক শহরের স্বাস্থ্য দপ্তর আপনার প্রস্তাবিত খাদ্যতালিকা বা খাদ্যতালিকার বোর্ডের যত দ্রুত সম্ভব তাদের প্রতিক্রিয়া প্রদান করবে।

অন্যান্য আর কী কী উৎস আছে যেগুলি আমি পড়তে পারি?

2022 সালের স্থানীয় আইন 33-এর (যা bit.ly/nyc-II33-2022-এ উপলভ্য রয়েছে) আবশ্যিকতা অনুযায়ী, নিউ ইয়র্ক শহরের রেস্তোরাঁ-শৃঙ্খলগুলিতে প্যাকেটবন্দী খাদ্যসামগ্রীগুলিতে সতর্কীকরণ আইকন ও সতর্কীকরণ বিবৃতি লাগাতে হবে।

2023 সালের স্থানীয় আইন 150-এর (যা bit.ly/nyc-II150-2023-এ উপলভ্য রয়েছে) আবশ্যিকতা অনুযায়ী, নিউ ইয়র্ক শহরের রেস্তোরাঁ-শৃঙ্খলগুলিতে সেই সব প্যাকেটবন্দী নয় এমন খাদ্যসামগ্রীগুলিতেও সতর্কীকরণ আইকন ও সতর্কীকরণ বিবৃতি লাগাতে হবে যেগুলি প্যাকেটবন্দী খাদ্যসামগ্রীগুলির সদৃশ।

অধ্যায় 39 (যা nyc.gov/health/healthcode-এ উপলভ্য রয়েছে) হল নিউ ইয়র্ক শহরের স্বাস্থ্য দপ্তর-এর অধিনিয়ম যা এই স্থানীয় আইনগুলিকে বলবৎ করে।

আরও তথ্যের জন্য এবং অন্যান্য ভাষায় এই নির্দেশিকা পড়ার জন্য এবং মিশ্রিত চিনির সতর্কীকরণ সংক্রান্ত নিউ ইয়র্ক শহরের স্বাস্থ্য বিধিমালা-এর অধিনিয়মের জন্য nyc.gov/health/added-sugar দেখুন। মিশ্রিত চিনির সতর্কীকরণ সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করতে sugar@health.nyc.gov-এ ইমেল করুন বা 311 নম্বরে কল করুন।