

உணவுத் தேவைகளைத் திட்டமிடுதல், முன்னாயத்தம் செய்தல், தயார் செய்தல் போன்றவற்றில் அனுபவம் பெற்றுள்ள உங்களுக்கு குடும்பத்தின்பல்வேறுபட்ட தேவைகளுக்காக உணவுகளைப் பரிமாறுதல் தொடர்பாக அறிந்து கொள்ளல் அவசியமாகும். தூய்மையானதாகவும், முறையானதாகவும், பிறர் மனதைக் கவரக்கூடிய விதமாகவும் கவர்ச்சியாக உணவைப் பரிமாறும் போது மனதிற்கு விருப்பத்தை ஏற்படுத்தும். கவர்ச்சியான முறையில் உணவு பரிமாறப்படும் போது உண்டி விருப்பை ஏற்படுத்தும். நாளாந்தம் பல்வேறு பட்ட தேவைகளுக்காகவே குடும்ப அங்கத்தவர்களுக்கு உணவு பரிமாறப்படுகின்றது குடும்ப அங்கத்தவர்களுக்கும், விருந்தினர்களுக்கும் உணவு பரிமாறப்படும் முறைகள் ஒவ்வொரு கலாசாரங்களுக்கும் ஏற்ப வேறுபடும்.

குடும்ப அங்கத்தவர்கள் யாவரும் ஒன்றுகூடி உணவு உட்கொள்வதனால் குடும்பத்தில் அந்நியோன்னிய தொடர்பு, நட்பு, ஒற்றுமை, மகிழ்ச்சி என்பவற்றை வளர்த்துக்கொள்ள முடிகிறது. ஒரு நாளைக்கு ஒரு முறையாவது குடும்ப அங்கத்தவர்கள் ஒன்று கூடி உணவு உட்கொள்ளும் போது உணவுப் பழக்க வழக்கங்களை (Table Manners) அறிந்து கொள்ள முடிவதுடன் குடும்பத்தில் ஒற்றுமையும், அன்பும், மகிழ்ச்சியும் வளர்கின்றது. உணவு பரிமாறும் முறையை கலாசாரங்களுக்கு ஏற்றவாறு பின்வருமாறு அமைத்துக்கொள்ள முடியும்.

- கீழைத்தேய கலாசாரத்திற்கு ஏற்ப உணவு பரிமாறப்படுதல்.
- சிங்களம்
- தமிழ்
- முஸ்லீம்

மேலைத்தேய கலாசாரத்திற் கேற்ப உணவு பரிமாறல்

1. அமெரிக்கமுறையில் உணவு பரிமாறல் American Service (Plated Service)
2. பிரான்சிய முறையில் உணவு பரிமாறல் French Service (Silver Service)
3. ஜேர்மன் முறையில் உணவு பரிமாறல் German Service
4. புபே சேவை உணவு பரிமாறல் Buffet Service
5. ரஷ்ய முறையில் உணவு பரிமாறல் Russian Service
6. ஆங்கில முறையில் உணவு பரிமாறல் English Service

குடும்ப அங்கத்தவர்களுக்கு குறைந்தளவிலேயே பயன்படுத்தப்படும்.

குடும்ப அங்கத்தவர்களுக்காக உணவைப் பரிமாறும்போது ஒவ்வொரு கலாசாரத்திற்கும் ஏற்ப மேலேயுள்ள ஏதேனும் ஒரு முறையில் உணவைப் பரிமாற முடியும்.

குடும்பத்தின் பல்வேறு தேவைகளுக்காக உணவு பரிமாறுதல்

- குடும்ப அங்கத்தவர்களின் சாதாரண நாளாந்த தேவைகளுக்கான உணவைப் பரிமாறுதல்.

குடும்ப உறுப்பினர்களது எண்ணிக்கை வயதெல்லை (குழந்தை, பிள்ளை, யௌவனப்பருவத்தினர், வயது வந்தோர்) என்ற வகையில் தனி நபர் தேவைகள், அவர்களது நாளாந்த செயற்பாடுகள் தொடர்பாக கவனத்திற் கொள்ளப்பட வேண்டும்.

- விருந்தினர்களுக்காக உணவு பரிமாறுதல்.

விருந்தினர் வீட்டிற்கு வரும் நேரத்தை கருத்திற் கொண்டு உணவைப் பரிமாறுதல் வேண்டும். விருந்தினர் மனதைக் கவரும் முறையில் உணவைப் பரிமாறுவதற்கு உபசரிப்பவர் திறமை பெற்றிருக்க வேண்டும்.

- நோயாளியின் நோயின் தன்மைக்கேற்ப உணவைப் பரிமாறுதல்.

உணவுமேசைக்கு வர முடியாத நிலையில் இருக்கும் நோயாளிகளுக்கு உணவைத் தட்டில் வைத்து உண்டி விருப்பபைத் தூண்டும் வகையில் உணவைப் பரிமாறுதல்.

- சிறு பிள்ளைகளுக்கு கண்ணைக்கவரும் வகையில் அலங்காரமாகவும், கவர்ச்சியாகவும் உணவைப் பரிமாறுதல்.

- தொழில்களுக்கு, பாடசாலைக்கு, அல்லது வேறு இடங்களுக்குச் சென்று உணவு உட்கொள்பவர்களுக்கு கொண்டு செல்வதற்கு ஏற்றவகையில் வசதியானமுறையிலும், பொருத்தமான முறையிலும் பொதி செய்து உணவுகளைப் பரிமாறுதல்.

எந்த முறையில் உணவு பரிமாறப்பட்டாலும் பின்வரும் விடயங்கள் தொடர்பாக கவனம் செலுத்துதல் அவசியமானதாகும்.

- உணவு பரிமாறும் இடத்தின் சுத்தம்.
- உணவைப் பரிமாறப் பயன்படுத்தப்படும் பொருட்கள், உபகரணங்கள், கருவிகள் என்பவற்றின் சுத்தமும் தொற்றுக்கள் அற்ற தன்மையும் உணவைப் பரிமாறும் நபரினது சுத்தமும். தொற்றுக்கள் அற்ற தன்மையும்.
- உணவை அழகாகவும் கவர்ச்சியாகவும் பரிமாறுதல்.
- உணவு உட்கொள்பவர்களுக்கு அசௌகரியங்கள் ஏற்படாதவாறு உணவு பரிமாறப்படல்.

ஆசிய நாடுகளின் பரிமாறுதல் முறைகளில் உணவு பரிமாறல்.



உரு. 7.1 கிழைத்தேயம்

செயற்பாடு 7.1

7.1 படத்தை நன்கு அவதானியுங்கள் அதற்கேற்ப ஒருவருக்கு உணவு பரிமாறுவதற்கு அவசியமான பொருட்கள், உபகரணங்கள், கருவிகள் என்பவற்றைத் தெரிவு செய்யுங்கள்.

1. மேசையும் கதிரையும்
2. மேசை விரிப்பு (Table Cloth)
3. மேசை விரிப்புக்குப் பொருத்தமான கைத்துடைப்பம் (Napkin)
4. உணவுத் தட்டு (Menu Plate)
5. கை கழுவும் கோப்பையும் அதனை வைப்பதற்கான தட்டும் (Finger Bowl With Underline)
6. நீர் அருந்துவதற்கான நீர்க் குவளை (Water Glass)
7. பிரதான உணவுத் தட்டம் (சோற்றுத் தட்டம்) (Platter)
8. கறிப்பாத்திரங்கள் (Curry Dishes)
9. பிரதான உணவுக்கான கரண்டிகள்
10. கறிகளுக்கான கரண்டிகள்
11. ஈற்றுணவுத்தட்டும் கரண்டிகளும். (Dessert Plate & Spoons)
12. பழ, மரக்கறிகளான அல்லது மலர்களாலான அலங்காரமொன்று.

7.1 படத்தை நன்கு அவதானித்து உங்களுக்கு வழங்கப்பட்டுள்ள அறிவுரைகளைப் பின்பற்றி கீழைத்தேய சிங்கள கலாசாரத்திற்கேற்ப உணவைப் பரிமாறுங்கள்.

- உணவு பரிமாறப்படும் இடத்தை நன்கு சுத்தப்படுத்துங்கள்.
- உணவு பரிமாறப்படும் மேசை கதிரைகளை நன்கு சுத்தம் செய்து கொள்ளுங்கள்.
- வெள்ளை அல்லது மெல்லிய நிற மேசை விரிப்பைத் தெரிவு செய்யுங்கள்.
- மேசை விரிப்புக்குப் பொருத்தமான கைத்துடைப்பத்தை தெரிவு செய்து, அவற்றை சுருக்கங்கள் இல்லாதவாறு நன்கு அழுத்துங்கள்.
- மேசை விரிப்பை மேசையிலிருந்து 8 அங்குலம் கீழ் நோக்கி இருக்குமாறு விரியுங்கள்.
- உணவைப் பரிமாறப் பயன்படுத்தப்படும் பீங்கான் உபகரணங்களை சுடுநீரினால் கழுவி சுத்தமான துடைத்துண்டொன்றினால் நன்றாகத் துடையுங்கள்.
- பிரதான உணவுத் தட்டத்தினை மேசையின் நடுவில் வையுங்கள்.
- அதனுடன் எடுக்கப்படும் கறிப்பாத்திரங்களை பிரதான உணவுத் தட்டத் தினைச் சுற்றி வையுங்கள்.
- உணவுப் பீங்கான்களை மேசை ஓரத்திலிருந்து ஒரு அங்குலம் தள்ளி உள்ளே வையுங்கள்.
- பீங்கானுக்கு இடப்புறமாக நீர்க்குவளையை வைத்து பீங்கானுக்கு வலப்புறமாக கை கழுவும் பாத்திரத்தையும், கைத்துடைப்பத்தையும் வையுங்கள்.
- உணவு மேசையை அழகுபடுத்துவதற்காக பழங்கள், காய்கறிகள் அல்லது மணமற்ற பூக்களால் ஆக்கப்பட்ட அலங்காரம் ஒன்றை வையுங்கள்.
- உணவை இலகுவாக உட்கொள்ளக் கூடியவாறு கதிரைகளை ஒழுங்கு படுத்துங்கள்.
- 7.1 உருவில் உள்ளவாறு கரண்டிகளை வையுங்கள்.
- உணவை அருந்திய பின் பீங்கான்களை அப்புறப்படுத்துங்கள்.
- பீங்கான்களை அப்புறப்படுத்திய பின் ஈற்றுணாப் பீங்கான் கரண்டி என்பவற்றை வெவ்வேறாக தட்டின் மேலே வைத்துப் பரிமாறுங்கள்.

கீழைத்தேய பரிமாறல் முறைகளில் தமிழ் கலாசாரத்திற்கு ஏற்ப உணவு பரிமாறுதல்



உரு 7.2 தமிழ் கலாசாரத்திற்கேற்ப உணவு பரிமாறல்

- படத்தில் காட்டப்பட்டுள்ளவாறு தரையில் பாயைவிரித்து அதன்மேல் அமர்ந்து உணவை உட்கொள்வது விசேட அம்சமாகும். பாயின் முன்னால் நிலத்தில் வாழை இலையை விரித்து அதில் உணவைப் பரிமாறுவது சாதாரணமாக நடைபெறுவதனால் குடும்ப அங்கத்தவர்களின் தேவைகளுக்கும் கொண்டாட்ட சந்தர்ப்பங்களுக்கு இம்முறை பின்பற்றப்படுகின்றது.

கீழைத்தேய பரிமாறல் முறையில் இஸ்லாமிய கலாசாரத்திற்கேற்ப உணவு பரிமாறுதல்



உரு 7.3 இஸ்லாமிய கலாசாரத்திற்கேற்ப உணவு பரிமாறல்

- 7.3 படத்தில் காட்டப்பட்டுள்ளவாறு தரையில் பாயை விரித்து வெள்ளைத் துணியொன்றை அதன் மேல் விரித்து சுற்றி அமர்ந்து உணவை உட்கொள்வது விசேட அம்சமாகும்.
- வெள்ளைத் துணியின் மேல் உணவு உட்கொள்ளும் சஹான் பீங்கானை வைத்து குடும்ப அங்கத்தவர்கள் அனைவரும் அதனைச் சுற்றி ஒன்றாக அமர்ந்து உணவை உட்கொள்வர்.
- குடும்ப அங்கத்தவர்கள் ஒன்றாகச் சேர்ந்து ஒரு சஹான் பீங்கானில் உணவை உட்கொண்டாலும் வைபவங்களின் போது ஆண்கள் தனியேயும் பெண்கள் தனியேயும் சஹான் பீங்கானைச் சுற்றி அமர்ந்து உணவுண்பது இவர்களின் கலாசாரப் பண்பாகும்.



உரு 7.4 மேலைத்தேய கலாசாரத்திற்கேற்ப உணவு பரிமாறல்.

7.4 படத்தை அவதானித்து உங்களுக்கு வழங்கியுள்ள அறிவுரைகளைப் பின்பற்றி மேலைத் தேய கலாசார முறைகளுக்கேற்ப உணவைப் பரிமாறுங்கள்.

செயற்பாடு 7.2

7.4 படத்தை நன்கு அவதானியுங்கள். அதற்கேற்ப ஒருவருக்கு உணவைப் பரிமாறுவதற்கு பின்வரும் பொருள்கள், உபகரணங்கள், கருவிகள் என்பவற்றைத் தெரிவு செய்து கொள்ளுங்கள்.

1. மேசையும் கதிரையும்
2. மேசை விரிப்பு அல்லது தனி விரிப்பு (Individual Cover)
3. துணை விரிப்பு (Slip cloth)
4. மேசை விரிப்புக்குப் பொருத்தமான கைத்துடைப்பம். (Napkin)
5. பாண் சுருள் (Bread Rolls) இடும் கூடை (Bread Basket)
6. உணவுப் பீங்கான். (Menu Plate 10'' விட்டமுள்ள Diameter)
7. முள்ளுக் கரண்டி. (Meat Fork / Fish Fork)
8. சூப் கரண்டி (Soup Spoon)
9. கரண்டிகள் (Spoon)
10. கத்தி (Knife)
11. ஈற்றுணாக் கத்தியும். முள்ளுக்கரண்டியும், கரண்டியும் (Dessert Knife lessert Fork / Dessert Spoon)
12. நீர்க் குவளை (Water Glass / Water Goblet)
13. அரைத்தட்டு / பக்கப்பீங்கான் (Side Plate) 6'' விட்டமுள்ள - Diameter, பட்டர்பூசும் கத்தி. (Butter knife / spreader)
14. சூப் கோப்பை (Soup Bowl)
15. ஈற்றுணா பீங்கான் (Dessert Plate) 7'' விட்டமுள்ள
16. பழங்கள் / காய்கறிகள் / மலர் அலங்காரம்.
17. உப்பு, மிளகுப் பாத்திரம் - (Cruet Set)

- உணவு பரிமாறப்படும் இடத்தை நன்கு சுத்தப்படுத்துங்கள்.
- உணவைப் பரிமாறுவதற்கு முன்னர் மேசையையும், கதிரையும் நன்கு துப்பரவு செய்யுங்கள்.
- மெருகூட்டப்பட்ட மேசைக்கு மேசை விரிப்பு இல்லையெனில் தனியாள் விரிப்பொன்றை விரியுங்கள். (Individual Cover) மேசை விளிம்பில் இருந்து 8 அங்குலமளவில் கீழே படியுமாறு மேசை விரிப்பை விரியுங்கள்.
- வெள்ளை நிறம், அல்லது இளநிறங்கள், தனி நபர் விரிப்பு என்பன (Individual Cover) இதற்குப் பொருத்தமானதாகும்.
- தேவையாயின் மேசை விரிப்பிற்கு மேலால் தனியாள் விரிப்பொன்றை விரியுங்கள். (Slip Cloth)
- மேசை விரிப்புக்கு அல்லது தனியாள் விரிப்புக்குப் பொருத்தமான கைத்துடைப்பத்தைத் தெரிவு செய்யுங்கள்.
- அவற்றை சுருக்கம் இன்றி நன்கு அழுத்திக் கொள்ளுங்கள்.
- உணவு பரிமாறப்படும் பாத்திரத்தை இளம் சூட்டு நீரினால் நன்கு கழுவி சுத்தமான துடை துண்டினால் துடையுங்கள்.
- உணவை உட்கொள்வதற்கு தேவையான இடைவெளியாக 20" - 22" ஐ விடுங்கள்.
- தனியாள் விரிப்பை மேசையில் விரிக்கும் போது மேசையின் ஓரங்களில் இருந்து ஒரு அங்குலம் உட்புறமாக இடைவெளிவிட்டு விரியுங்கள். (படத்தில் உள்ளவாறு)
- உணவு பரிமாறும் பீங்கான், சூப்கரண்டி, கத்தி, கரண்டிகள், முள்ளுக் கரண்டி போன்றவற்றை மேசையின் ஓரத்தில் இருந்து 1 அங்குலம் உள் நோக்கி இடம் விட்டு தனியாள் விரிப்பின் மேல் அல்லது மேசை விரிப்பின் மேல் வையுங்கள்.
- பரிமாறப்படும் உணவு வகைகளுக்கேற்ப பயன்படுத்தப்படும் உபகரணங்களும் பல்வேறுபடும். (முள்ளுக் கரண்டி, கத்தி, பீங்கான்)
- கத்தி, கரண்டிகள், முள்ளுக் கரண்டிகள் போன்றவற்றை பயன்படுத்தும் வரிசைக்கேற்ப வெளியில் இருந்து உள்நோக்கி வைக்கவும். (பீங்கானின் பக்கமாக)
- முதலில் பயன்படுத்தப்படும் கருவிகள் வெளிப்புறமாகவும் இறுதியில் பயன்படுத்துபவற்றை பீங்கானுக்கு அருகிலும் வைத்தல் வேண்டும்.
- உதாரணம் உணவு வேளையொன்றின் போது சூப் காண்ப்படுமாயின் சூப் கரண்டியை பீங்கானுக்கு வலப்பக்கமாக வெளிப்புறத்தில் வைத்தல்.

- கத்தி, கரண்டிகள், முள்ளூக் கரண்டிகள் போன்றவற்றை பயன்படுத்தும் வரிசைக்கேற்ப வெளியில் இருந்து உள்நோக்கி வைக்கவும். (பீங்கானின் பக்கமாக)
- முதலில் பயன்படுத்தப்படும் கருவிகள் வெளிப்புறமாகவும் இறுதியில் பயன்படுத்துவற்றை பீங்கானுக்கு அருகிலும் வைத்தல் வேண்டும்.
- உதாரணம். உணவு வேளையொன்றின் போது சூப் காண்ப்படுமாயின் சூப் கரண்டியை பீங்கானுக்கு வலப்பக்கமாக வெளிப்புறத்தில் வைத்தல்.
- அரைப் பீங்கான்/பக்கப்பீங்கானை (Side Plate) உணவு உட்கொள்ளும் பீங்கானுக்கு இடப்புறமாக வையுங்கள். பக்கப் பீங்கானுக்கு மேலே வலப்புறமாக கத்தியை (Butter knife) வைக்கவும் (உணவு வேளையின் தேவைக்கேற்ப, அவசியமாயின் பயன்படுத்தவும்.)
- பீங்கானின் வலப்பக்கமாக சூப் கரண்டிக்கு உள்ளே கத்தியை வையுங்கள்.
- கத்தியின் கூரான பக்கத்தை பீங்கான் பக்கம் திருப்பி வையுங்கள்.
- உணவு உட்கொள்ளும் கரண்டியை கத்திக்கு இடப்புறமாக வையுங்கள்.
- பீங்கானுக்கு வலப்புறமாக முள்ளூக் கரண்டியை பீங்கானுக்கு அருகில் வையுங்கள்.
- உணவு உட்கொள்ளும் பீங்கான், சூப்புக்கரண்டி, கத்தி, மேசைக் கரண்டி, முள்ளூக் கரண்டி என்பவற்றைப் படத்தில் காட்டியுள்ளவாறு சமந்தரமாக வையுங்கள்
- நீர்க்குவளை வலப்புறத்தில் கத்தியின் முனையின் முன்னே மேசை விரிப்பின் மேல் வைக்கப்பட வேண்டும்.
- கைத்துடைப்பத்தை தமக்கு விரும்பிய விதத்தில் மடித்து முள்ளூக் கரண்டிக்கு இடப்புறமாக அல்லது பீங்கானின் மேல் வையுங்கள். கைத்துடைப்பத்தை இலகுவாக விரிக்கக் கூடியவாறு வைப்பது முக்கியமானதாகும்.
- ஈற்றுணாக் கரண்டியை பீங்கானின் முன்னால் வலப்பக்கமாக வையுங்கள். ஈற்றுணா முள்ளூக்கரண்டியின் கைப்பிடி இடப்புறமாக இருக்குமாறு ஈற்றுணாக் கரண்டியின் வெளிப்புறத்தில் வையுங்கள். உப்பு, மிளகு பாத்திரத்தை (Cruet set) மேசையின் மத்தியில் இருக்குமாறு வையுங்கள்.
- மலர் அலங்காரம் கூட்டு மலர் அலங்காரமாக அமைவதோடு மேசையின் எதிரில் அமர்வோரது முகம் தெரியக்கூடியவாறு மத்தியில் அமைதல் வேண்டும். இது உயரம் குறைந்த, மணமற்ற இயற்கைப்பூக்களாக இருத்தல் முக்கியமானது. இதற்குப் பதிலாக காய்கறி, பழ அலங்காரங்களும் பொருத்தமானதாகும்.

பிரதான உணவு வேளைக்கு முன் பாண் அல்லது பணிஸ் போன்றவற்றை (Bread Rolls) பட்டருடன் பரிமாறும் போது மட்டுமே பக்கப் பீங்கானுடன் பட்டர் கத்தி (Butter Knife) வைத்தல் வேண்டும். எனினும் பக்கப் பீங்கான் வைத்தல் வேண்டும்.

மேலைத்தேய கலாசாரத்திற்கு ஏற்ப உணவைப் பரிமாறும் போது தேநீர் / கோப்பி வழங்கப்படுகிறது. அவ்வாறாயின் அதற்கு அவசியமாக உபகரணங்கள், கருவிகள் வைத்தல் வேண்டும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

துணை மேசை விரிப்பு (Slip cloth) மேசை விரிப்பை விடச்சிறியதாகும். இது மேசை விரிப்பின் மேல் மூலை விட்ட வடிவில் (Diagonal) விரிக்கப்படும். இதனை மேசை விரிப்பின் மேல் விரிப்பதற்குப் பல பிரதான காரணங்கள் உள்ளன.

- உணவுத் துணிக்கைகள் சிந்தும்போது பிரதான மேசை விரிப்பு அசுத்த மாவதைப் பாதுகாப்பதற்கு.
- மேசை மேல் வைக்கப்படும் உபகரணங்கள், கருவிகள் வழுகிப் போவதைத் தடுப்பதற்கு.
- சாப்பாட்டு மேசையின் அலங்காரத்தினை மேம்படுத்துவதற்கு



மேற்குறித்த மேலைத்தேய கலாசாரத்திற்கு ஏற்ப உணவு மேசையைத் தயார் செய்வதற்கு அவசியமான உபகரணங்கள், கருவிகள் சிலவற்றினை கீழுள்ள படங்கள் மூலம் இனம் காண்போம்.



Water Glass

உரு 7.5 - தண்ணீர் குவளை



Water Goblet

உரு 7.6 - தண்ணீர் கும்பா



Meat Knife and Meat Fork

உரு 7.7

பிரதான உணவு வேளைக்கு இறைச்சி வகையொன்றை வழங்கும் போது பயன்படுத்தப்படும் கத்தியும் முள் கரண்டியும்



Fish Knife and Fish Fork

உரு 7.8

பிரதான உணவு வேளையில் மீன் பயன்படுத்தப்படுமாயின் பயன்படும் கத்தியும் முள்ளூக் கரண்டியும்



Butter Knife

உரு 7.9 - பட்டர் கத்தி



Dessert Spoon

உரு 7.10 - ஈற்றுணாவிற்கான கரண்டி, முள்ளுக்கரண்டி, ஈற்றுணா கத்தி



Dessert Fork and Dessert knife



Soup Spoon

உரு 7.11 - சூப்க் கரண்டி



Cruet Set

உரு 7.12 - உப்பு மிளகுப் பாத்திரம்



Soup cup

உரு 7.13 - சூப் கோப்பை



Soup Plate

உரு 7.14 - சூப் பீங்கான்

மேலைத்தேய உணவுகளைப் பரிமாறும் முறைகள்

அமெரிக்க முறையில் உணவு பரிமாறல் American Service (Plated Service)

இந்த முறையில் விருந்தினர்களின் உணவுத்தட்டில் சகல உணவுப் பொருட்களும் சமையலறையில் வைத்து இடப்படும். உணவு பரிமாறுபவர் விருந்தினர்களுக்கு உணவு பரிமாறும் போது கடிகார முள் சுற்றும் திசையின் பிரகாரம் பரிமாறுவர். இதன் போது விருந்தளிப்பவருக்கு (HOST) இறுதியாகப் பரிமாறப்படும். அத்துடன் பெண்களுக்கும், சிறுவர்களுக்கும் முதலில் பரிமாறப்படும்.

பிரான்சிய முறையில் உணவு பரிமாறல் French Service (Silver Service)

இந்த முறையில் உணவு பரிமாறுபவர் உணவுத்திட்டம் (Platter) கறிக்கோப்பைகள் (Curry Dishes) ஆகியவற்றினை விருந்தளிப்பவரின் இடது பக்கத்தில் காட்டி பரிமாறுவதற்கான அனுமதியைப் பெற்றுக் கொள்வார். அதன் பின்னர் அண்மையில் இருக்கும் பெண்ணின் இடத்திலிருந்து ஆரம்பித்து கடிகார முள் சுற்றும் திசையில் கரண்டி, முள்ளுக்கரண்டி ஆகியவற்றினை உபயோகித்து உணவைப் பரிமாறுவர்.

ஜேர்மன் முறையில் உணவு பரிமாறல் (German Service)

இந்த முறை இலங்கையில் விருந்தினர்களுக்கு உணவு பரிமாறும் முறைக்குப் பெருமளவு ஒத்ததாகும். இங்கு விருந்தினர்களுக்கு முன் வெற்றுப் பீங்கான் மட்டும் வைக்கப்படும். உணவு வகைகள் நிரம்பிய பாத்திரங்களும், தேவையான கரண்டிகள், முள்ளுக் கரண்டிகள் வைக்கப்பட்ட தட்டு (Underliner) ஆகியவை மேசையின் நடுவில் வைக்கப்படும். விருந்தினர் தமக்குத் தேவையான உணவுகளைத் தாமே பரிமாறிக் கொள்வர்.

சுயபரிமாறல் முறை (Buffet)

வருகை தந்திருக்கும் விருந்தினரின் எண்ணிக்கை அதிகமாக இருந்தால் உபயோகிக்கக் கூடிய பிரபலமான ஒரு முறையாகும். இங்கு விருந்தினரின் எண்ணிக்கைக்கு தயாரிக்கப்பட்ட சகல உணவுப் பதார்த்தங்களும் (சூப்/சலாது) போன்றவற்றிற்கான சூப் / ஈற்றுணா தேவையான பீங்கான்களும் புபே மேசையில் வெவ்வேறாக வைக்கப்பட்டிருக்கும். விருந்தினர் தமது விருப்பத்துக்குரிய உணவைப் பரிமாறிக் கொண்டு அவர்களுக்காக ஏற்பாடு செய்யப்பட்ட இடத்திற்குச் சென்று அங்குள்ள கரண்டி, முள்ளுக்கரண்டி என்பவற்றை உபயோகித்து உணவை உண்பர். குடிப்பதற்குத் தேவையான நீர் உணவு பரிமாறுபவரினால் பரிமாறப்படும்.

மேலே கூறப்பட்ட முறைகளுக்குப் புறம்பாக ஆங்கில முறை (English Service)

ரஷ்ய முறை (Russian Service) ஆகிய முறைகள் பாவனையிருந்தாலும், அவை குடும்பத் தேவைகளுக்கு மிக அரிதாகவே கையாளப்படுகின்றன. இந்த முறைகள் முதல் தர உணவு பரிமாறப்படும் ஹோட்டல்களிலும், உணவகங்களிலுமே உபயோகிக்கப்படுகின்றன. கீழைத்தேய, மேலைத்தேய முறைகளுக்கு உணவு பரிமாறும் திறன்களை விருத்தி செய்துள்ள நீங்கள், உணவை உண்ணும் போது மேற்கொள்ள வேண்டிய நடத்தைகள் பற்றியும் அறிந்து கொள்வது முக்கியமாகும்.

உணவை உண்ணும் போது பின்பற்ற வேண்டிய பழக்க வழக்கங்கள்.

- உணவு உண்பதற்காக இருக்கையில் அமர்ந்த பின்னர் கைத்துடைப்பத்தைத் தொடைகளின் மேல் விரித்தல்.
- உண்பதற்குத் தேவையான அளவில் மட்டும் உணவு பரிமாறுதல்.
- உணவைப் பரிமாறும்போது மேசையில் உணவுப்பதார்த்தங்கள் சிந்தாதவாறு பரிமாறுவதுடன், உணவு உட்கொண்ட கையினால் பரிமாறுவதைத் தவிர்த்தல்.
- இருக்கையில் இருந்தவாறே உணவைப் பரிமாறுதல்.
- விருந்தினர்கள் அனைவரும் உணவைப் பரிமாறிக் கொள்ளும் வரை, உணவு உட்கொள்ள ஆரம்பிக்காதிருத்தல்.
- விருந்தளிப்பவர் கடைசியாக தனது உணவைப் பரிமாறிக் கொள்வர்.
- பெண்களுக்கு முதலில் பரிமாறுதல். அதிலும் வயோதிபர்களுக்கு முதலிடம் அளித்தல். பின் சிறுவர்களுக்கும் உணவு பரிமாறுதல்.
- சத்தம் எழாதவாறு உணவை உண்ணல்.
- உணவு வாயினுள் இருக்கும் போது பேசுவதைத் தவிர்த்தல்.
- கரண்டி, முள்ளுக்கரண்டி ஆகியவை ஒன்றோடொன்று முட்டிக் கொள்ளாத வாரும் கூடிய சத்தம் எழாதவாறும் பரிமாறுதல்.
- நீர் பருகும் போது சத்தம் எழாதவாறு பருகுதல்.
- உணவு உண்ணும் நேரத்தை மகிழ்ச்சியாக்குவதற்கு சந்தோஷமான முறையில் அளவளாவுதல்.
- விருந்தளிப்பவர் மேசையின் குறுக்குப்பக்கமாக அமர்தல். பிரதம விருந்தினர் அவரின் வலது பக்கத்தில் அமர்தல். நான்கு பக்கமும் சம அளவிலான மேசையில் இந்த விதி கைக்கொள்ளப்படுவதில்லை.
- கைத்துடைப்பத்தை கைக்குட்டைபோல் பாவிப்பதைத் தவிர்க்கவும்.

- உணவு மேசையில் அமர்ந்திருக்கும் போது அல்லது சாப்பிடும் போது எழுந்து செல்ல வேண்டிய தேவை ஏற்பட்டால் (தொலைபேசி அழைப்பு, தும்மல், இருமல்) அண்மையில் இருப்பவரிடம் அனுமதி பெற்றுச் செல்லுதல்.
- அப்படியான சந்தர்ப்பத்தில் கைத்துடைப்பத்தை பீங்கானுக்கு இடது பக்கத்தில் வைத்து விட்டுச் செல்லுதல். கைத்துடைப்பத்தை ஆசனத்தின் நடுவில் வைத்து விட்டுச் செல்வதைத் தவிர்த்தல்.
- முடியுமானால் கையடக்கத் தொலைபேசியை செயலிழக்கச் செய்திருத்தல் மிகவும் பொருத்தமானதாகும்.
- உபயோகித்த கரண்டி, முள்ளுக் கரண்டி ஆகியவற்றை மேசையின் மேல் வைப்பதைத் தவிர்த்தல். அவற்றை பீங்கானின் ஒரு பக்கத்தில் அல்லது பக்கப் பீங்கானின் மீது வைத்தல்.
- விருந்தினர் யாவரும் அமர்ந்த பின்னர் விருந்தளிப்பவர் அமர்தல்.
- உணவை பரிமாறுதல் இடது பக்கத்திலும், உட்கொண்ட பின்னர் பாத்திரங்களை மேசையில் இருந்து அப்புறப்படுத்தல். வலது பக்கத்தில் இருந்து மேற்கொள்ளல்.
- அனைவரும் உணவைச்சாப்பிட்டு முடிக்கும் வரை ஆசனத்தில் அமர்ந்திருத்தல்.
- சாப்பிட்டு முடித்த பின்னர் வாயில் உள்ள உணவுத் துணிக்கைகளை எடுப்பதற்குப் பல்லுக்குச்சியை (Tooth Picles) பயன்படுத்தல்.

ஒரு குடும்பத்தில் பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களில் பானங்கள் பரிமாறும் முறைகள் கீழே தரப்பட்டுள்ளன.



உரு 7.15 விருந்தினருக்காக நீர்க்குவளை / பழரசம் பரிமாறப்படுதல்



உரு 7.16 தேநீர் பரிமாறப்படுதல்



உரு 7.17 தேநீர் தொகுதியொன்றைப் (Tea set) பாவித்து தேநீர் பரிமாறப்படுதல்



உரு 7.18 தள்ளுவண்டியில் வைத்து
உணவு பரிமாறப்படுதல்



உரு 7.19 நோயாளியொருவருக்காக உணவு பரிமாறல்

செயற்பாடு 7.3

தேவையான பொருள்கள், உபகரணங்களைப் பாவித்து பின்வரும் செயற்பாட்டில் ஈடுபடுங்கள்

01. உங்கள் வீட்டிற்கு வரும் விருந்தினர் ஒருவருக்கு நீரை / பழசரத்தைப் பரிமாறுங்கள்.
02. வீட்டிற்கு வந்துள்ள நண்பிக்கு ஒரு கோப்பை தேனீரைப் பரிமாறுங்கள்
03. வெளிநாட்டில் இருந்து வருகை தந்துள்ள விருந்தினர் இருவருக்கு தேனீர்த் தொகுதியைப் பாவித்து தேனீர் பரிமாறுங்கள்.
04. கட்டிலில் இருந்து இறங்க முடியாதுள்ள நோயாளிக்கு தட்டில் வைத்து உணவைப் பரிமாறுங்கள்.

பொழிப்பு

- குடும்பத்தின் தேவைகளுக்குக் கீழைத்தேய மேலைத்தேய கலாசாரங்களுக்கேற்ப உணவைப் பரிமாறலாம்.
- எம் முறையில் உணவு பரிமாறப்பட்டாலும் சுத்தமான இடத்தில், முறையாக, மனம் கவரும் வகையில் பரிமாறப்பட வேண்டும்.
- குடும்பத்தினர் அனைவரும் ஒன்று கூடி உணவு உண்பது மனத்திருப்தி, ஒற்றுமை, ஒத்துழைப்பு என்பவற்றை விருத்தி செய்ய உதவி புரிகின்றது.