

## کیرجی مارکیٹنگ جامنافع بخش ذریعہ



Australian  
AID



ای ایس ایل پی، ڈیری پراجیکٹ  
یونیورسٹی آف ویٹرنری اینڈ اینیمل سائنس، لاہور  
ویب سائٹ: www.aslpdairy.pk



Australian  
AID



ای ایس ایل پی، ڈیری پراجیکٹ

یونیورسٹی آف ویٹرنری اینڈ اینیمل سائنس، لاہور

فون: 042-37212339 ویب سائٹ: www.aslpdairy.pk

## فهرست

صفحو نمبر	عنوان	سيريال نمبر
1	تعارف	-1
3	کير جي پيداواري لاڳت	-2
9	کير مان ٺهندڙ شيون	-3
22	کير جي مارڪيٽنگ جا ذريعا	-4
27	ملاوت وارو کير ۽ حفظان صحت	-5

## مهاڳ

اي ايس ايل پي، ڊيري پراجيڪٽ آسٽريلوي ۽ پاڪستاني حڪومتن جي وچ ۾ هڪ اهڙو منصوبو آهي جنهن جو مقصد توسيعي سکيا جي ذريعي ننڍي ڊيري فارمرز جي جانورن ۾ کير جي پيداوار وڌائي ان جي معاشي ۽ معاشرتي حالتن ۾ بهتري آڻي سگهجي. کير جي پيداوار ۾ اضافو صرف انهي وقت ممڪن هوندو جڏهن ڊيري فارمر کي پنهنجي جانورن جي رهائش، خوراڪ، صحت ۽ نسل وڌائڻ جهڙن تمام بنيادي ڪمن جي مڪمل ڄاڻ هجي.

هن تربيتي ڪتاب جو مقصد ڊيري فارمرز کي جانورن جي بهتر سار سنڀال جي بنيادي اصولن جي مڪمل آگاهي ڏيڻ آهي ته جيئن في جانور جي سراسري پيداوار ۾ اضافو ٿي سگهي. جنهن سان پاڪستان جي ڳوٺن ۾ غربت جي شرح ۾ گهٽتائي ۽ ماڻهن جي طرز زندگي بهتر بڻائڻ ۾ مدد ملي سگهي. هن تربيتي ڪتاب جي انفراديت هي آهي ته هن ۾ موجود سڄي معلومات مستند ۽ ذاتي تجربن تي ٻڌل آهي جيڪو ڊيري ٽيمر کي پراجيڪٽ جي پهرين فيز جي دوران حاصل ٿيون. هن تربيتي ڪتاب مان نه صرف ڊيري فارمرز پر وليج ويٽرنري ورڪرز، ويٽرنري اسسٽنٽ ۽ ويٽرنري ڊاڪٽر پڻ فائدو حاصل ڪري سگهن ٿا. هن تربيتي ڪتاب کي ڇپائڻ لاءِ اسان آسٽريلوي حڪومت جي بين الاقوامي زرعي تحقيقاتي اداري جا مشڪور آهيون.

ڊيري ٽيمر

## تعارف

پاڪستان جو شمار ڪير جي پيداوار جي لحاظ کان دنيا ۾ پهرين صف جي ملڪن ۾ هوندو آهي. اسان جي ملڪ ۾ ڪير لائيو اسٽاڪ مان حاصل ٿيندڙ شين ۾ هڪ اهم حيثيت رکي ٿو جيتوڻيڪ ڪير جي قيمت تمام گهڻين روڪ واري فصلن مسئلن ڪڻڪ، چانور، مڪئي ۽ ڪمند وغيره جي قيمت کان به وڌيڪ آهي. ڪير جي مجموعي پيداوار جو 80 سيڪڙو حصو ننڍن ڊيري فارمرز کان ملي ٿو پر نه صرف ڊيري فارمرز جي غذائي ضرورت کي پورو ڪري ٿو پر انهن جي ماهانه آمدني جو به هڪ ذريعو آهي.

ملڪ جي وڌندڙ آبادي کي نظر ۾ رکندي ڪير جي گهرج ۾ تقريبن 4 سيڪڙو اضافو ٿي رهيو آهي. پر ان جي سيلائي هلندڙ ضرورتن کي پورو ڪرڻ ۾ ناڪافي آهي. گهٽ پيداواري صلاحيت وارا چانور، گاهن جي ڪوٽ، وچندڙ بيماريون ۽ نسل وڌائڻ جا مسئلا ڪير جي گهريل پيداوار کي پورو ڪرڻ ۾ اهم رڪاوٽون آهن. انهن مسئلن جي باوجود جيڪو محدود پيداوار حاصل ٿئي ٿي انهي مان به ننڍا ڊيري فارمرز بهتر فائدو حاصل ڪرڻ ۾ ناڪام آهن. اسان وٽ 90 سيڪڙو کان وڌيڪ ڪير استعمال ڪندڙ ماڻهن تائين ڪير جي رسائي غير روايتي طريقي سان ٿيندي آهي. جنهن ۾ ڪير وارو ۽ ڪير جي مارڪيٽنگ سان لاڳاپيل ٻيا خريدار منافع جي وڏي شرح جا حصيدار ٿي وڃن ٿا، جيتوڻيڪ اهو نه صرف ڊيري فارمرز جي لاءِ معاشي بدحالي جو سبب بڻجي ٿو، پر ان ذريعي حاصل ٿيندڙ ڪير جو معيار به ماڻهن جي صحت جي لاءِ هڪ سوالي نشان بڻيل آهي.

هن تربيتي ڪتاب جو مقصد ڊيري فارمرز کي پيداواري لاڳت، انهي جي مصنوعتن ۽ مارڪيٽنگ جي متبادل ذريعن سان روشناس ڪرائڻو آهي ته جيئن ڊيري فارمنگ کي منافع بخش ڪاروبار بڻائي سگهجي. انهي کان سواءِ خريدارن کي معياري ڪير ۽ ان مان ٺهندڙ شين جي پهچ کي يقيني بڻائي سگهجي.

### ڪير جي غذائي اهميت

ڪير هڪ مڪمل غذا آهي انهي ۾ شامل اعلى معيار جا هضم ٿيندڙ سٽپ، پروٽين، ڪاربوهايڊريٽ، وٽامنز ۽ مختلف قسمن جا نمڪيات موجود آهن. ڪير خاص طور تي ڪئلسيم جو هڪ بهترين ذريعو آهي جيڪو هڏين جي مضبوطي جي لاءِ تمام ضروري آهي. هي هر عمر جي فرد لاءِ تمام بهترين آهي خاص ڪري ٻارن جي ذهني ۽ جسماني نشوونما جي لاءِ انتهائي ضروري آهي.

### ڪير جو ڪيميائي تجزيو

چانور	پاڻي (سيڪڙو)	پروٽين (سيڪڙو)	سٽپ (سيڪڙو)	(نشاستو) ڪاربوهايڊريٽ (سيڪڙو)	نمڪيات (سيڪڙو)
مينهن	81.1	4.5	6 - 8	4.9	0.74
ڳئون	87.7	3.2	3 - 4	4.8	0.71

مختلف چانورن جي ڪير ۾ غذائي جزن جو مقدار به مختلف هوندو آهي. اسان وٽ ڪير جي معيار جو اندازو ان جي سٽپ جي مقدار تي ڪيو ويندو آهي. ڪير ۾ سٽپ جي مقدار تي اثر انداز ٿيڻ وارا عمل هيٺ ڏجن ٿا:

کي نہ سمجهڻ منافع بخش ڊيري فارمنگ جي راهه ۾ اهم رڪاوٽون آهن .  
 پيداواري لاڳت يا ڊيري فارمنگ مان حاصل ٿيندڙ فائدي کي جانچڻ جي لاءِ درست ۽ مڪمل رڪارڊ  
 جو هجڻ انتهائي ضروري آهي . ڊيري فارمرز پنهنجي ضرورت جي تحت روزانو، مهانو يا سالياني  
 جي بنياد تي خرچن ۽ آمدني جو با آساني اندازو لڳائي سگهن ٿا . جنهن جي ذريعي هو مستقبل ۾  
 بروقت ۽ موثر حڪمت عملي استعمال ڪري پنهنجي نقصان کي فائدي ۾ تبديل ڪري سگهن ٿا .

### کير جا پيداواري خرچ

ٽيبل نمبر 1: ساڻي گاهه جا پيداواري خرچ

سريبل نمبر	تفصيل	مقدار	خرچو (روپيا)
1-	پوکائي جي لاءِ زمين جو نيڪو		
2-	زمين جي تياري		
3-	بج		
4-	پاڻ		
5-	پاڻي		
6-	اسپري		
7-	مزدور		
ٽوٽل خرچ			

في ڪلوگرام ساڻي گاهه جا خرچا = ساڻي گاهه جو ٽوٽل خرچ / ٽوٽل پيداوار (ڪلوگرام)



- ★ مختلف نسلن جي جانورن جي کير ۾ سڻپ جي مقدار ۾ فرق هوندو آهي
- ★ کير جو پيداوار وڌيڪ ٿيڻ سان ان ۾ سڻپ جي مقدار گهٽ ٿي وڃي ٿي
- ★ ڏوهائي جي آخري مرحلي ۾ سڻپ جو مقدار وڌندو آهي
- ★ خوراڪ ۽ موسر جي تبديلي به کير ۾ سڻپ جي مقدار تي اثر انداز ٿيندي آهي
- ★ ڊپ ۽ خوف جي حالت ۾ کير ۾ سڻپ جي مقدار گهٽ ٿي ويندي آهي

### کير جي پيداواري لاڳت

کير جي پيداوار جي مجموعي خرچن کي پيداواري لاڳت چئبو آهي . انهن خرچن کي باقاعدي ۽ سوچ وچار سان تجزيو ڪري بهتر حڪمت عملي اختيار ڪرڻ فائديمند ڊيري فارمنگ جي لاءِ انتهائي ضروري آهي .

هڪ محتاط اندازي جي مطابق اسان وٽ ننڍن ڊيري فارمرز جي تعداد تقريبن 90 لک آهي پر اهي ڊيري فارمنگ مان گهڻي حد تائين فائدو نه پيا وٺن . شرح خواندگي ۾ گهٽتائي، محدود ذريعا، جديد توسيع خدمتن جي گهٽتائي ۽ مارڪيٽنگ تائين رسائي نه هئڻ کان سواءِ پيداواري لاڳت جي مسئلن



ٽيبل نمبر 2: سائيلج جي تياري جا خرچ

سريبل نمبر	تفصيل	مقدار	خرچو (روپيا)
-1	سائو گاه ڪٽڻ واري مشين سان لاڳاپيل خرچ		
-2	ٽريڪٽر جو خرچ		
-3	پلاسٽڪ شيٽ		
-4	مزدوري		
-5	ٻيا خرچ		
ٽوٽل خرچ			

سائيلج جي تياري جو ٽوٽل خرچ = سائي گاه جو ٽوٽل خرچ + سائيلج جي تياري جو خرچ  
 هڪ ڪلوگرام سائيلج جو خرچ = سائيلج جي تياري جو ٽوٽل خرچ / سائيلج جو ٽوٽل مقدار (ڪلوگرام)



ٽيبل نمبر 3: ونڊي جو خرچ

سريبل نمبر	تفصيل	مقدار	خرچو (روپيا)
-1	ڪڪڙن جي کڙ		
-2	ڪمرشل ونڊو		
-3	بوسو		
-4	نمڪياتي آميزو		
-5	ٻيو .....		
-6	ٻيو .....		
ٽوٽل خرچ			

في ڪلوگرام ونڊي جو خرچ = ونڊو ٺاهڻ جو ٽوٽل خرچ / ڪل مقدار (ڪلوگرام)



ٽيبل نمبر 4: ڪير جا پيداواري خرچ

سيريئل نمبر	تفصيل	مقدار	خرچو (روپيا)
1-	سائو گاهه / سائليج		
2-	ونديو (فيڊ)		
3-	بهر / پراڙ		
4-	علاج معالجو / بچاء جا ٽڪا		
5-	مزدوري		
6-	مشينري جي مرمت		
7-	يوٽيلٽي بل (بجلي)		
8-	نسل ڪشي		
9-	ٻيا خرچ		
ٽوٽل خرچ			

نوٽ: في ڪلو سائو گاهه، سائليج ۽ ونڊي جي قيمت معلوم ڪرڻ جي لاءِ ٽيبل نمبر 1,2,3 کان مدد وٺي سگهجي ٿي.

ٽيبل نمبر 5: ڀيري فارم جي آمدني جا ذريعا

نمبر	تفصيل	مقدار	آمدني (روپيا)
1-	ڪير (وڪرو)		
2-	ڪير (گهريلو استعمال)		
3-	ڪير مان ٺهندڙ شيون		
4-	جانورن جو وڪرو		
5-	چيشي جو وڪرو		
6-	ٻيا ڪجهه		
ٽوٽل آمدني			

ڪير جي في ڪلو پيداواري لاڳت = ڪير جا پيداواري خرچا / ڪير جي ٽوٽل پيداوار





### ڏو تئرو (ڏهي)

کير جي ڄميل شين ۾ ڏهي سڀ کان وڌيڪ مشهور آهي اسان وٽ اونهاري ۾ خاص ڪري ڏهي ۽ لسي کي استعمال جو رجحان ڏاڍو وڌي وڃي ٿو. ڏهي جو دارومدار کير جي معيار تي هوندو آهي.

معياري ڏهي گهاتي، بناوٽ ۾ هموار، سفيد يا ڪريمي رنگ ۽ ڏانڦي ۾ ڪناس هوندي آهي. ڏهي مان ٺهندڙ بين شين ۾ رائٽو ۽ لسي وغيره شامل آهن.



### ڏهي جي ڪيميائي بناوٽ

سربل نمبر	غذائي جزا	في 100 گرام	سربل نمبر	غذائي جزا	في 100 گرام
-1	پاڻي	86 گرام	-5	نمڪيات	0.86 گرام
-2	سٺپ	3.3 گرام	-6	وٽامن A	27 مائڪروگرام
-3	لحميات	3.5 گرام	-7	رائبو فليون	0.14 ملي گرام
-4	ڪنڊ	4.7 گرام	-8	ڪيلشيم	121 ملي گرام

### کيرمان ٺهندڙ شيون

کير جي گهٽ قابل اعتماد مدت، آمدرفت جا محدود ذريعا ۽ اهي ڳوٺ جتي کير جي وڪري جو روايتي نظام موجود نه آهي اهڙي صورتحال ۾ ڊيري فارمر کير مان ٺهندڙ معياري شيون ٺاهي ڪافي حد تائين منافعو ڪمائي سگهن ٿا. کير جي نسبت ان مان ٺهندڙ شين کي نه صرف گهڻي عرصي تائين محفوظ ڪري سگهجي ٿو پر مارڪيٽنگ جي مختلف منافع بخش ذريعن تائين پهچڻ به ممڪن بڻائي سگهجي ٿو.

اسان وٽ اونهاري ۾ کير جي پيداوار گهٽ ۽ ان جي گهرج ۾ تمام گهڻو اضافو ٿيڻ جي ڪري ڊيري فارمرز کي کير جي بهتر قيمت وڪرو حاصل ٿي ٿي. انهي جي نسبت سياري ۾ کير جي پيداوار گهڻي جڏهن ته استعمال ۾ گهٽتائي اچي وڃي ٿي تنهن ڪري سياري ۾ گهٽ وڪرو قيمت جي ڪري کير مان ٺهندڙ شين جو رجحان به وڌي ويندو آهي. انهن شين جي تياري جا جديد طريقا اپنائي مقدار، معيار ۽ قابل استعمال عرصي کي وڌائي سگهجي ٿو. گهريلو سطح تي کير مان ٺهندڙ شين جي تفصيل هيٺ ڏجي ٿي:



## ڏهي جا فائدا

- ★ ڏهي جو روزانو استعمال معدي ۽ آنڊي جي مختلف مرضن ورائنهنائي فائديمند آهي
- ★ اهي ماڻهو جيڪي کير کي هضم ڪرڻ جي صلاحيت نٿا رکن اهي ڏهي کي آساني سان هضم ڪري سگهن ٿا
- ★ ڏهي ۾ موجود ڪلشيري کير جي نسبت جسر وڌيڪ جذب ٿيندي آهي جيڪو هڏين جي مضبوطي جي لاءِ ضروري آهي
- ★ هن ۾ موجود وٽامن B اعصابن کي مضبوط بڻائي ٿي
- ★ ڏهي ۾ موجود فائديمند بيڪٽيريا مدافعتي نظام کي قوت بخشين ٿا



## ڪريو

ڪريو کير جو اهو حصو آهي جنهن ۾ ٻين جزن جي نسبت سٺي ڪافي مقدار ۾ هوندي آهي . ڪريو ۾ موجود سٺي جي مقدار جو دارومدار کير جي سٺي ۽ ان کي الڳ ڪرڻ جي طريقن تي هوندو آهي ڪريو ۾ سٺي جو مقدار 18 کان 85 سيڪڙو تائين ٿي سگهي ٿي .



## ڏهي ٺاهڻ جو طريقو

- ★ هڪ ڪلو ڏهي ٺاهڻ لاءِ هڪ ڪلو کير جي ضرورت هوندي آهي .
- ★ سڀ کان پهريان کير کي اٻاريو ته جيئن ان ۾ موجود صحت تي خراب اثر جهنڊڙ جراثيمن جو خاتمو ٿي سگهي .
- ★ کير کي 45 ڊگري سينٽي گريڊ تي ٿڌو ٿيڻ ڏيو .
- ★ ان کير ۾ 2 کان 3 ڇمچ ڏهي يا لسي وجهي چڱي طرح ملايو .
- ★ سادي ڏهي کانسواءِ ان ۾ مختلف فروتن جو ذائقو به شامل ڪري سگهجي ٿو .
- ★ ان کانپوءِ پاڻيٽاڪ کي 38 ڊگري سينٽي گريڊ تي 5 کان 6 ڪلاڪن تيار ٿيڻ لاءِ رکي ڇڏيو .
- ★ تيار ٿيل ڏهي کي فرج ۾ 4 ڊگري سينٽي گريڊ تي ڪيترن ئي ڏينهن تائين رکي سگهجي ٿو .





### ڪريبر ٺاهڻ جا طريقا



- ★ گريلو سطح تي مشين جي مدد وٺڻ کان سواءِ به ڪريبر کي کير مان الڳ ڪري سگهجي ٿو .
- ★ کير تي اُٻارڻ کانپوءِ ڪنهن کليل منهن واري ٿانو ۾ 8 کان 12 ڪلاڪن جي لاءِ ٿڌي جڳهه تائين رکي ڇڏيو .
- ★ ڄمڻ جي مدد سان مٿاڇري سطح تان ڪريبر کي الڳ ڪري وٺو .
- ★ انهي قسم جي ڪريبر کي لائيت يا هلڪي ڪريبر چوندا آهن جنهن ۾ 20 کان 25 سيڪڙو تائين سٺپ موجود هوندو آهي .

- ★ ڪمرشل بنياد تي ڪريبر ٺاهڻ جي لاءِ ڪريبر سيپريٽر مشين جو استعمال بهتر آهي ڇو ته هن طريقي سان حاصل ٿيڻ واري ڪريبر ۾ سٺپ جو مقدار ٻين طريقن جي نسبت وڌيڪ هوندو آهي .
- ★ ڪريبر سيپريٽر مشين هڪ منٽ ۾ تقريباً 3000 کان 6000 دفعا گهمندو آهي جنهن مان ڪريبر جا مختلف قسم آساني سان ٺاهي سگهجن ٿا .
- ★ ڪريبر کي فرج ۾ 4 ڊگري سينٽي گريڊ تي 7 کان 10 ڏينهن ۽ فريز 2 کان 3 مهينن تائين آساني سان محفوظ ڪري سگهجي ٿو .
- ★ هڪ ڪلو ڪريبر ٺاهڻ جي لاءِ 3 ليٽر مينهن جو 4 ليٽر گئون جي کير جي ضرورت پوندي آهي .



### ڪريبر جا مختلف قسم ۽ ان جو استعمال

سيريئل نمبر	ڪريبر جا قسم	سٺپ (سيڪڙو)	استعمال
1-	ٽيبل يا هلڪي ڪريبر	20 - 25	چانهه، ڪافي، فروٽ چارٽ
2-	وڀنگ يا ڳري (هيوي) ڪريبر	30 - 40	بيڪري جي شين ۾
3-	پلاسٽڪ ڪريبر	65 - 85	مڪن، گيهه ۽ آس ڪريبر

### ڪريبر جي ڪيميائي بناوٽ

سيريئل نمبر	غذائي جزا	في سيڪڙو	سيريئل نمبر	غذائي جزا	في سيڪڙو
1-	پاڻي	45 - 68	5-	خشڪ جزا	32 - 54
2-	سٺپ	18 - 85	6-	نمڪيات	0.37 - 0.56
3-	لحميات	2 - 3	7-	ايس اين ايف	5 - 7
4-	ليڪٽوز	2 - 4			

## مائو

مائو کير ۾ موجود پاڻي کي باهه تي خشڪ ڪري تيار ڪيو ويندو آهي. انهي کي کير مان ٺهندڙ شين ۾ هڪ نمايان اهميت حاصل آهي ڇو ته هن کي توانائي حاصل ڪرڻ جو هڪ عمدو ذريعو سمجهيو وڃي ٿو ۽ هي مختلف قسم جي مٺائين جي تيارين ۾ به استعمال ٿيندو آهي. انهي ۾ اعلوٰ قسم جي لحميات، وٽامنز، سٽپ ۽ نمڪيات ملن ٿا. مائي ۾ ڪنٽرول ڪيل مقدار ۾ موجود هئڻ جي ڪري هڏين کي مضبوط بنائڻ جو اهم ذريعو آهي. هڪ ڪلو مائو ٺاهڻ جي لاءِ مينهن جو 05 ليٽر جڏهن ته ڳئون جو 07 ليٽر کير جي ضرورت هوندي آهي.

## مائي جي ڪيميائي بناوت

کير جو قسم	پاڻي	سٽپ (سيڪڙو)	لحميات (سيڪڙو)	شگر (سيڪڙو)	نمڪيات (سيڪڙو)
مينهن	26	25	20	25	3.8
ڳئون	19.2	37	17	22	3.6

مائو ٺاهڻ لاءِ مينهن جو کير تمام سٺو ۽ فائديمند هوندو آهي ڇو ته ان مان ڳئون جي کير جي نسبت وڌيڪ مقدار، بهتر گهاٽو ۽ اڇو رنگ رکندڙ مائو حاصل ڪري سگهجي ٿو.



## مائو ٺاهڻ جو طريقو

- ★ کير کي ڪليل منهن واري ٿانو ۾ وجهي وڇولي باهه تي رکي ڇڏيو
- ★ کير ۾ اٻار اچڻ تي کانپوءِ ڇلهي جي باهه کي گهٽ ڪريو ۽ وقفي وقفي سان چمچي سان هلائيندا رهو
- ★ جڏهن کير جي مقدار هڪ چوٽائي بچي وڃي ته ان جو رنگ هلڪو ڦڪو ٿيڻ شروع ٿي ويندو آهي. هن مرحلي تي وڌيڪ ڌيان ڏيڻ جي ضرورت هوندي آهي ته جيئن کير سوڙي نه وڃي
- ★ کير جڏهن سخت (ڊائيدار) حالت ۾ اچي وڃي ته ڇلجھ تان لاهي ڪمري جي گرمي پڌ تي خشڪ ٿيڻ لاءِ رکي ڇڏيو
- ★ مائي کي ڪمري جي گرمي پڌ تي 2 کان 3 ڏينهن جڏهن ته فريزر ۾ 02 مهينن تائين محفوظ ڪري سگهجي ٿو
- ★ مائي کي گهريلو سطح تي گهڻي وقت تائين محفوظ ڪرڻ جي لاءِ ايليو مينير يا پلاسٽڪ بيگ ٽيبلهي جو استعمال ڪيو ته جيئن ان کي سينور کان بچائي سگهجي
- ★ ڪمرشل سطح تي ان جي تيار جي آخري مرحلي ۾ مائي جي مقدار جو 0.2 سيڪڙو ساريڪ ايسڊ وجهي قابل اعتماد مدت چار مهينن تائين وڌائي سگهجي ٿي



## مڪڻ

ڪريبر / ڏهي کي ولوڙڻ کان پوءِ حاصل ٿيڻ واري سڻپ جي سخت حالت کي مڪڻ چئبو آهي. هن ۾ سڻپ جي مقدار تقريبن 80 سيڪڙو تائين هوندو آهي اهو ئي سبب آهي جنهن ڪري هن کي توانائي جو بهترين ذريعو سمجهيو ويندو آهي. هن ۾ وٽامن K ۽ A, D, E گهڻي مقدار ۾ ملن ٿا. مڪڻ جي رچڻ (پگهرجڻ) جي صلاحيت گهٽ هجڻ جي ڪري انهي جو هاضمو ڪافي بهتر هوندو آهي. هڪ ڪلو مڪڻ ٺاهڻ جي لاءِ 8 ليٽر مينهن جو جڏهن ته 12 ليٽر گئون جي ڪير جي ضرورت هوندي آهي.

### مڪڻ جي ڪيميائي بناوت

سريال نمبر	غذائي جزا	سيڪڙو	سريال نمبر	غذائي جزا	سيڪڙو
-1	سڻپ	80	-3	نمڪيات	2.5
-2	پاڻي	17	-4	وٽامنز	0.5

### مڪڻ ٺاهڻ جو طريقو

- مڪڻ ٺاهڻ جي لاءِ ڪير مان ڪريبر کي الڳ ڪريو يا ڪير کي چمائي ڪري ڏهي ٺاهي ڇڏيو
- مڪڻ کي گهڻي مقدار ۾ حاصل ڪرڻ جي لاءِ ولوڙڻ کان پهريان ڪريبر يا ڏهي جو گرمي پد 20 کان 25 ڊگري سينٽي گريڊ تائين هجڻ ضروري آهي

- ڪريبر يا ڏهي کي ماندهائي جي مدد سان ولوڙيو ايسينائين جو سڻپ مٿاهين سطح تي گڏائي وڃي
- جڏهن مڪڻ ٺهڻ شروع ٿي وڃي ته ان ۾ تڏو پاڻي وجهو ته جيئن سڻپ سخت حالت ۾ تبديل ٿي وڃي
- ڇائي جي مدد سان مڪڻ صاف تانو ۾ ڪڍو ۽ ان ۾ ضرورت جي مطابق لوڻ ملايو ته جيئن ان جي قابل استعمال مدت کي وڌائي سگهجي



### مڪڻ کي محفوظ ڪرڻ لاءِ مختلف گرمي پد

سريال نمبر	گرمي پد (ڊگري سينٽي گريڊ)	عرصو (ڏينهن)
-1	18 - 20	3 - 4
-2	4	30
-3	- 20	150

## گيهه

مڪن کي گرم ڪري حاصل ٿيڻ واري سٺپ کي گيهه چيو ويندو آهي. انهي جي ذالقي ۽ رنگ جو دارومدار مڪن جي معيار ۽ گيهه ٺاهڻ جي طريقي تي هوندو آهي. اسان وٽ ڪير مان ٺهندڙ شين ۾ گيهه گهڻو مشهور آهي. گيهه توانائي حاصل ڪرڻ جو بهترين ذريعو آهي. گيهه مان حاصل ٿيڻ وارو پين ذريعن مان حاصل ٿيندڙ سٺپن جي نسبت وڌيڪ فائديمند آهي. هڪ ڪلو گيهه ٺاهڻ جي لاءِ اندازن 2 ڪلو مڪن گهربل هوندو آهي.

## گيهه جي ڪيميائي بناوت

سيڪڙو يا مقدار	غذائي جزا	سيريئل نمبر	سيڪڙو يا مقدار	غذائي جزا	سيريئل نمبر
17-38	وٽامن A	-3	99	سٺپ	-1
18-37	وٽامن E	-4	0.5	گهر	-2



## گيهه ٺاهڻ جو طريقو

- ★ مڪن کي ڪليل منهن واري ٿانو ۾ وجهي هلڪي باهه تي گرم ڪريو ايستائين جو مڪن مڪمل طور تي رجي وڃي ۽ ان جي سطح تي چهڳ نظر اچڻ لڳي
- ★ چهڳ کي مٿان کان الڳ ڪريو يا ان ۾ راتو يا ميدو وجهي چمچي جي مدد سان هلايو ته جيئن چهڳ اٿي يا ميدي سان ملي ڪري ته ۾ جمع ٿي وڃي
- ★ انهي گيهه کي صاف ٿانو ۾ چائي محفوظ ڪري وٺو
- ★ گيهه کي ڪمري جي گرمي پد تي 06 مهينن تائين محفوظ ڪري سگهجي ٿو





## آئس ڪريو

آئس ڪريو جو شمار ڪير جي چمندرڙ شين ۾ ڪيو وڃي ٿو. آئس ڪريو ٺاهڻ لاءِ ڪير، ڪريو، خشڪ ڪير ۽ فروٽ يا انهن جي ذائقن جي ضرورت هوندي آهي. هن ۾ ڪير جي نسبت سٺپ، لحيات، وٽامن ۽ نمڪيات جو وڌيڪ مقدار موجود هوندو آهي آئس ڪريو پنهنجي جي ذائقي ۽ چمپل خاصيت جي ڪري گرمين ۾ تمام گهڻو استعمال ٿئي ٿو. هڪ ليٽر آئس ڪريو ٺاهڻ جي لاءِ اندازن 3 پاڻو ڪير گهربل هوندو آهي.



### ترڪيبي جزا

هڪ ليٽر ڪير، فروٽ يا ذائقا، اڌ ڪوپ خشڪ ڪير، هڪ پاڻو ملائي يا ڪريو، 2 چمچ ڪارن فلور ۽ ڪنڊ ضرورت مطابق.

### آئس ڪريو ٺاهڻ جو طريقو

- ڪير کي اباري ٿڌو ڪجي. جڏهن ڪير جو گرمي پد 20 کان 25 ڊگري سينٽي گريڊ تائين پهچي وڃي ته ڪنهن تانو ۾ هڪ پاڻو ڪير الڳ ڪري وٺو.
- بقايا ڪير گهٽ هلڪي باهه تي گهاتو ٿيڻ لاءِ رکي ڇڏيو ۽ ان ۾ خشڪ ڪير شامل ڪريو.

الڳ ڪيل ڪير ۾ پنهنجي پسند جي فروتن جو ذائقا ۽ 2 چمچ ڪارن فلور ملايو.

انهي آميزي کي گرم ڪير ۾ ملائي ڇڏيو ۽ چمچي جي مدد سان مسلسل هلائيندا رهو.

آميزي کي هڪجهڙو ٿيڻ تائين پڇايو ۽ ان کي فريزر ۾ چمڻ جي لاءِ رکي ڇڏيو.

هن آميزي کي هڪ ڪلاڪ جي وقفي وقفي سان 2 کان 3 دفعو ڪڍي ملائيندا رهو. انهي دوران ڪير به شامل ڪريو ۽ ٻيهر فريزر يا آئس ڪريو مشين ۾ چمڻ جي لاءِ رکي ڇڏيو.

آئس ڪريو کي فريزر ۾ هڪ مهيني تائين يا آساني محفوظ ڪري سگهجي ٿو.



### ڪير جي مارڪيٽنگ جا ذريعا

ڊيري فارمنگ کي فائديمند منافع بخش ڪاروبار بنائڻ جي لاءِ في جانور ڪير جي پيداوار کي وڌائڻ سان گڏوگڏ انهي جي مارڪيٽنگ جو بهترين ذريعا به تلاش ڪرڻ انتهائي ضروري آهن. اسان وٽ ڪير جي مارڪيٽنگ غير روايتي ذريعن سان ٿيڻي جنهن جي ڪري نه ڊيري فارمرز وڌيڪ فائدو حاصل ڪري سگهن ٿا ۽ نه ئي خريدارن کي معياري ڪير ملي ٿو.

ڪير جي مارڪيٽنگ جي هن غير معياري نظام ۾ ڪير وارو ڏوهي هڪ متحرڪ ڪردار ادا ڪري رهيو آهي. بغير ڪنهن چڪاس جي ڪير واڙن مان گڏ ڪرڻ، وقت تي قرض ڏيڻ ۽ سماجي



### انفرادي (الڳ) مارڪيٽنگ

مارڪيٽنگ جي هي حڪمت عملي اهڙن ڊيري فارمرز جي لاءِ فائديمند آهي جن وٽ نه صرف وڌيڪ مقدار ۾ کير هجي پر انهن کي شهري آبادي تائين يا آسانيءَ سان پهچائي سگهجي. انهي کان سواءِ انهن فارمرز جي جو پراعتقاد، وسيلن سان گڏجڻ پسند هجڻ به ضروري آهي. ڪامياب انفرادي مارڪيٽنگ جي لاءِ سڀ کان پهريان هو پنهنجي موجودگي کير جي فروخت ڪرڻ واري کان بهتر قيمت جي باري ۾ ڳالهائي. پنهنجي پاڙيوارن، ڳوٺ جي دڪانن يا ويجهي ڳوٺ ۾ بهتر خريدار جي تلاش ڪري صحيح قيمت نه ملڻ جي صورت ۾ پر واري شهر ۾ بيڪريون، هونلن، دڪانن، يا کير وٺندڙ ماڻهن تائين کير پهچائي، بهتر قيمت حاصل ڪرڻ ۾ مدد ملي سگهي ٿي.



### گڏيل مارڪيٽنگ

هي مارڪيٽنگ جي اها حڪمت عملي آهي جنهن ۾ ڊيري فارمرز گڏيل فائدي کي حاصل ڪرڻ جي لاءِ ملي ڪري ڪم ڪن ٿا. محدود ذريعا، گهٽ پيداوار ۽ وقت جي گهٽتائي جي ڪري هي حڪمت عملي ننڍن ڊيري فارمرز جي لاءِ انتهائي مفيد ٿي سگهي ٿي پر اسان وٽ دلچسپي نه هجڻ، اعتماد جي گهٽتائي، غير مستقل

معاشرتي معاملن ۾ تعاون ڪرڻ جي ڪري ننڍا ڊيري فارمرز کير واري کي وڪڻڻ پسند ڪندا آهن. اهڙي صورتحال جو فائدو وٺندي کير وارو پنهنجي مرضي جي قيمت تي کير خريد ڪري ڊيري فارمرز معاشي نقصان جو سبب بڻجن ٿا. اهڙي صورت ۾ ضرورت انهي ڳالهه جي آهي ته ڊيري فارمرز پاڻ ۾ هڪ ٻئي سان متفق اعتماد ۽ ٻڌي مشوري سان پنهنجن تمام وسيلن کي ڪتب آڻين ۽ کير جي مارڪيٽنگ لاءِ متبادل ذريعا تلاش ڪري وڌيڪ فائدو حاصل ڪن. کير جو انفرادي ۽ اجتماعي مارڪيٽنگ جي ذريعن جا تفصيل هيٺ ڏجن ٿا:





### کير جي منافع بخش مارڪيٽنگ جي هڪ ڪهاڻي



نالو: محمد نواز  
ڳوٺ: نواندرڪ ضلع جهل

محمد نواز ضلع جهل جو هڪ ننڍو ڊيري فارمر آهي. هو هڪ محنتي ۽ بهتر سوچ رکندڙ انسان آهي جيڪو هميشه ڪاميابي جي نئين راهن جي تلاش ۾ هوندو آهي. ڊيري فارمنگ هن جي معاش جو واحد ذريعو آهي جنهن سان هو هڪ وڏي خاندان جي پرورش ڪندو آهي. هن وٽ سال 2011 ۾ ٽيڪي تي ورتل 6 ايڪڙ زمين هئي جنهن تي هو ساڻو گاهه ۽ روڪ واريون فصلون پوکيندو آهي. انهي کان سواءِ انهي وٽ 4 کير ڏيندڙ مينهنون هيون جنهن جي کير مان هو روزمره جا خرچ پورا ڪندو هو. محدود وسيلن جي بنياد تي سجا ڪرڻ کي پاڻي ڪرڻا پوندا هئا.

اي ايس ايل ڊيري پراجيڪٽ سال 2011 ۾ ٺهڻ سان گڏ محمد نواز جي ڳوٺ ۾ به پنهنجيون توسيعي تربيتن جي شروعات ڪئي. جنهن ۾ نه صرف هن وڌ کان وڌ حصو ورتو پر انهن تي عمل به ڪيائين جن ۾ واڙي جي تعمير ڪري جانورن کي خوراڪ ۽ پاڻي تائين آزاداڻا سائي ڏيڻ، ساون گاهن جي پوکائي جي لاءِ معياري بچ جو استعمال، حفاظتي ٽڪا ۽ متوازن خوراڪ ڏيڻ شامل آهن جنهن سان ان جي جانورن جي پيداوار ۾ اضافو ٿيو پر کير ڪٽڻ واري جي طرفان بهتر قيمت فروخت نه ملڻ جي ڪري هو ڊيري فارمنگ مان ڪافي مايوس نظر اچڻ لڳو. هن ڊيري ٽيبر جي گڏيل مشوري کان پوءِ منافع بخش مارڪيٽنگ جي گڏيل حڪمت عملي ترتيب ڏني.

مزاج ۽ موجوده ذريعن جو استعمال نه هجڻ جي ڪري هي عمل گهربل نتيجا حاصل نه ڪري سگهيو جڏهن ته دنيا جي ڪيترن ئي ترقي يافتہ ملڪن ۾ اجتماعي مارڪيٽنگ جو هي ماڊل انتهائي ڪامياب آهي. هن ماڊل کي ڪامياب ڪرڻ جي لاءِ هي ڪجهه مشورا هيٺ ڏجن ٿا.

- ★ بهتر سوچ رکندڙ، متحرڪ ۽ بهتر سرانجام ڏيندڙ ڊيري فارمر تي مشتمل هڪ ڪميونٽي ٺاهيو جيڪا گڏيل فائدي کي ڏسڻ وارا هجن.
- ★ ڪميونٽي جا تمام ميمبر گڏيل مشوري سان مارڪيٽنگ جي هن ماڊل جي قائدن کي اهڙي ترتيب ڏيڻ ته هر ميمبر نفع ۽ نقصان جو برابر جو حصيدار هوندو.
- ★ علائقائي حالتن کي مدنظر رکندي فائديمند مارڪيٽنگ جي لاءِ مضبوط حڪمت عملي ترتيب ڏيو ۽ باقائدي سان انهي ماڊل جي ڪارڪردگي جو غور و فڪر سان تجزيو ڪندا رهو.
- ★ منافع جي شرع کي وڌائڻ جي لاءِ کير ڪٽڻ وارن ۽ کير جي مارڪيٽنگ سان لاڳاپيل ٻين ماڻهن جي شرڪت کي محدود ڪريو.
- ★ سڀ کان پهريان علائقائي سطح تي کير جي مارڪيٽنگ جا ممڪن ذريعا تلاش ڪريو ته جيئن کير جي رسائي تي گهٽ خرچ ۽ منافع جي شرع کي وڌائي سگهجي.
- ★ انهي سان گڏوگڏ ويجهي شهر ۾ بيڪرين، هوٽلن ۽ دڪانن ۾ کير جي وڪري جا متبادل ذريعا به تلاش ڪري سگهجن ٿا.
- ★ منافع جي شرع کي وڌيڪ بنائڻ جي لاءِ پنهنجي دڪان يا مارٽ به کولي سگهجي ٿو. جنهن ۾ کير ۽ ڪميونٽي جي ٻين ٺهيل شين کي به وڪرو ڪري سگهجي ٿو.
- ★ انهي مرحلن جي ڪاميابي کانپوءِ ڪميونٽي پنهنجو باسچرائيزيشن پلانٽ لڳائي ترقي جي نئين رستي طرف وڃي سگهي ٿي.

مختلف تحقيقاتن مان هي ڳالهه ثابت ٿي آهي ته کير ۾ گهڻو ڪري ملاوت مارڪيٽنگ جي دوران ٿي رهي آهي. کير ۾ ملاوت جي لاءِ بيشمار شيون استعمال ڪيون وڃن ٿيون جن ۾ يوريا، فارملين، ڪاسٽڪ سوڊا، سرف، مني سوڊا، چن ۽ امونير سلفيٽ نمايان آهن. اهڙي کير جي استعمال سان معدني، جگر، آنڊن ۽ گردن جي سوچ کان سواءِ دل جون بيماريون ۽ ڪينسر جهڙا موذي مرض به ٿي سگهن ٿا. استعمال ڪندڙن تائين معياري کير جي فراهمي کي ممڪن بنائڻ لاءِ کير جي پيداوار ۽ ان جي مارڪيٽنگ سان لاڳاپيل تمام مائهن کي ذميداري سان پنهنجو ڪردار ادا ڪرڻو پوندو. انهي مقصد کي حاصل ڪرڻ جي لاءِ ڪجهه اهم هدايتون هيٺ ڏجن ٿيون.

- ★ معياري کير جي پيداوار جي لاءِ ڊيري فارمر کي کپي ته هو جانورن جي بيمارين جون حفاظتي تدبيرون اختيار ڪن. کير جي ڏوهائي جي دوران صفائي جو خاص خيال رکڻ، سينور لڳل خوراڪ کان پرهيز ڪن ۽ اينٽي بايوٽڪس جي گهڻي استعمال کان پرهيز ڪن.
- ★ کير جي قابل استعمال مدت کي وڌائڻ جي لاءِ انهي جي مارڪيٽنگ جي دوران صحت کي نقصان ڏيندڙ شين جي ملاوت تي دارومدار ڪرڻ بجاءِ کير کي تڏو ڪرڻ جي نظام کي ترجيح ڏين.
- ★ کير استعمال ڪندڙن کي هميشه مستند ذريعن کان کير خريد ڪرڻ کانسواءِ انهي جي معيار کي وقت به وقت جانچڻ گهرجي.
- ★ کير خريد ڪرڻ وقت هميشه پاسچرائزڊ کير کي ترجيح ڏيو.
- ★ کير جي پيداوار کان وٺي کير استعمال ڪندڙن تائين پهچ هڪ تمام اهم مرحلو آهي جنهن کي باضابطه بنائڻ جي لاءِ حڪومت کي به اهم ڪردار ادا ڪرڻو پوندو.



هن پنهنجي جانورن جي کير کان سواءِ پراجيڪٽ کان لاڳاپيل ٻين ڊيري فارمرز کان به کير گڏ ڪري سڏهو پنهنجي ڳوٺاڻن کير خريد ڪرڻ وارن کان سواءِ پنن وال ۽ بيڪري ۽ ٻين هونلن ۾ کير جي وڪرو جا منافع بخش ذريعا تلاش ڪيا جنهن سان هن جي آمدني ۾ ڪافي حد تائين اضافو ٿيو.



انهي صورتحال کان هو وڌيڪ خوش آهي. ويجهڙو ۾ ئي هن 13 ايڪڙ وڌيڪ زمين ٺيڪي تي ورتي آهي ۽ 5 نيون کير ڏيندڙ مينهنون به خريد ڪيون آهن. وڌندڙ ڪاروبار جي ڪري هن جي معاشي حالت ۾ ڪافي بهتري آئي آهي. هن جا ٻار به هاڻي بهتر اسڪولن ۾ تعليم ۽ تربيت حاصل ڪري رهيا آهن.

محمد نواز جي ڪاميابي جي هي ڪهاڻي ٻين ڪيترن ئي ڊيري فارمرز جي لاءِ مشعل راه آهي جنهن جي رهنمائي ۾ هو پنهنجي منافع جي شرع کي ڪيترن ئي حد تائين وڌائي سگهن ٿا.

### ملاوت وارو کير ۽ حفظان صحت

خالص کير قدرت جو هڪ انمول تحفو آهي جيڪو انساني غذائي ضرورتن جي عين مطابق آهي ۽ هر عمر جي ماڻهن جي لاءِ هڪ جهڙو ڪارائتو آهي. کير جي قابل اعتماد مدت مقدار کي وڌائڻ جي لاءِ ڪجهه موقع پرست ماڻهو صحت کي نقصان ڏيندڙ شين جي ملاوت ڪري انساني صحت کي ناقابل تلافِي نقصان پهچائي رهيا آهن انهي جي باوجود استعمال ڪندڙ گهڻي قيمت جي عيوض غير معياري کير خريد ڪرڻ تي مجبور آهن.