



การควบคุมการเจริญเติบโตของเชื้อโรค

FAT TOM เป็นวิธีง่าย ๆ ในการจดจำสิ่งๆ ที่ช่วยให้เชื้อก่อโรคในอาหารเติบโต (จุลินทรีย์ที่ทำให้เกิดโรค เช่น แบคทีเรีย) ถ้าควบคุมอย่างเหมาะสม โอกาสเกิดโรคจากอาหารก็จะลดลง



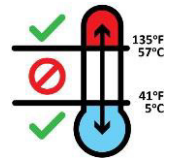
อาหาร - การโบไฮเดรตหรือโปรตีนเป็นแหล่งพลังงานที่เชื้อโรคต้องการเพื่อเจริญเติบโต ดูแลให้ทุกพื้นที่สะอาดและปราศจากเศษอาหาร



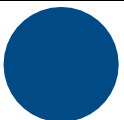
ความเป็นกรด - เชื้อโรคไม่สามารถเจริญเติบโตได้ดีในสภาพแวดล้อมที่เป็นกรด เชื้อโรคส่วนใหญ่จะไม่เติบโตในอาหารหากค่า pH ต่ำกว่า 4.6



อุณหภูมิ - เชื้อโรคเจริญเติบโตได้ดีในอุณหภูมิระหว่าง 41°F ถึง 135°F ช่วงอุณหภูมิดังกล่าวเรียกว่า "โซนอันตราย" เก็บอาหารไว้ในอุณหภูมิต่ำกว่า 41°F หรือสูงกว่า 135°F ตรวจสอบอุปกรณ์เก็บความเย็นและความร้อนเป็นประจำเพื่อให้แน่ใจว่าอาหารถูกเก็บไว้ในอุณหภูมิที่เหมาะสม



เวลา - เชื้อโรคต้องการเวลาในการเจริญเติบโต เก็บอาหารให้ห่างจากบริเวณอันตรายให้ได้มากที่สุด
ถ้าคุณต้องเก็บอาหารไว้ในบริเวณอันตราย ควรวางแผนเป็นลายลักษณ์อักษรเพื่อใช้เวลาเป็นตัวควบคุม ใช้หรือทิ้งอาหารเมื่อถึงวันหมดอายุ



ออกซิเจน - เชื้อโรคบางชนิดต้องการออกซิเจนในการเจริญเติบโต แต่บางชนิดจะเจริญเติบโตได้เมื่อไม่มีออกซิเจนเท่านั้น
ตรวจสอบว่าบรรจุภัณฑ์อาหารไม่ได้รับความเสียหาย



ความชื้น - เชื้อโรคต้องการความชื้นเพื่อเจริญเติบโต ตรวจสอบคุณภาพอาหาร เช่น การเจริญเติบโตของเชื้อราหรือการเน่าเสีย

