

کتابچه آموزشی خدمه آشپزخانه



کسب اطلاعاتی در مورد
خطرات غذا و عوامل ایجاد

- 4 بهداشت شخصی
- 6 منابع مجاز
- 7 دمای مناسب
- 10 آلودگی غذایی
- 12 نگهداری در یخچال
- 13 واژه نامه



این کتابچه که یک ابزار آموزشی است توسط بخش سلامت محیطی منطقه جنوب غربی نوادا تهیه شده است. جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد آزمون دریافت کارت دوره آموزشی ایمنی خدمه آشپزخانه خود، به www.snhd.info مراجعه نمایید.



درباره این کتابچه

مقررات بهداشت غذایی در منطقه جنوب غربی نوادا بر کنترل عوامل ایجاد مسمومیت غذایی در اماکن ارائه دهنده مواد غذایی تمرکز دارد. کنترل پنج عامل خطر ساز در پیشگیری از مسمومیت غذایی مؤثر خواهد بود. فرد مسئول رستوران باید در مورد عوامل خطر ساز اطلاعات کافی داشته باشد تا بتواند خدمه آشپزخانه را آموزش دهد و اطمینان حاصل کند که از همه مقررات ایمنی تهیه غذا پیروی می کنند. این اطلاعات از طریق آموزش مداوم با تمرکز بر پیشگیری از مسمومیت های غذایی تقویت می شود. در صورتی که خطری در رابطه با ایمنی مواد غذایی وجود داشته باشد از جمله فقدان آب، برگشت فاضلاب، یا آلودگی به آفات؛ در این صورت اماکن ارائه دهنده مواد غذایی باید تعطیل شوند و با بهداشت منطقه تماس بگیرند.

عوامل خطر ساز مسمومیت های غذایی

بهداشت شخصی ضعیف

• شستشوی نامناسب دست

• تماس دست بدون پوشش با غذاهای آماده (RTE)

• خدمه آشپزخانه که در حال تهیه غذا بیمار بوده و دارای علائم زیر هستند:

• استفراغ، اسهال، گلودرد همراه با تب، زخم های عفونی روی دستان و

زردی

• غذاهای تهیه شده از منابع غیر ایمن

• غذاهای تهیه شده از منابع غیر مجاز و/یا تهیه شده در اماکن غیر مجاز

• دریافت مواد غذایی تقلبی

• دماها/روش های پخت نامناسب

• پختن

• گرم کردن مجدد

• انجماد (مرحله کشتن در پاکسازی انگل های ماهی)

• نگهداری، زمان بندی و دمای نامناسب

• نگهداری سرد و گرم و نامناسب مواد غذایی کنترل شده دما و زمان طبخ یا

اختصاراً TCS

• استفاده نامناسب زمان به عنوان کنترل کننده

• خنک سازی نامناسب مواد غذایی کنترل شده دما و زمان طبخ یا اختصاراً

TCS

• آلودگی مواد غذایی

• استفاده از تجهیزات آلوده/دارای ساختار نامناسب

• رویه های کاری ضعیف پرسنل

• آماده سازی/نگهداری نامناسب مواد غذایی

• در معرض مواد شیمیایی قرار گرفتن

خطرات غذایی

بیولوژیکی

• میکروارگانیزم هایی که می توانند باعث مسمومیت غذایی شوند

• باکتری ها، ویروس ها، انگل ها و قارچ ها

شیمیایی

• مواد شیمیایی که نباید مصرف شوند

• مواد ضد عفونی کننده، مواد تمیز کننده یا محصولات دفع آفات باید جدا از

مواد غذایی نگهداری شوند

فیزیکی

• اشیاء خارجی که می توانند باعث جراحت فرد بشوند

• شیشه، فلز یا استخوان





بهداشت شخصی

شیوه صحیح شستشوی دست

شستشوی دست یکی از بخش‌های اصلی بهداشت شخصی محسوب می‌گردد. شستشوی دستان در سینک دستشویی مشخص شده قبل از آماده سازی غذا به منظور پیشگیری از مسمومیت غذایی بسیار اهمیت دارد. سینک دستشویی صرفاً مختص شستشوی دست است و باید دارای صابون مایع، دستمال حوله‌ای و سطل زباله باشد.

1. دستان خود را با آب گرم (حداقل 100 درجه فارنهایت) خیس کنید
2. صابون بزنید
3. به مدت 10-15 ثانیه محکم به هم بمالید
4. آب بکشید
5. خشک کنید
6. شیر آب را با دستمال کاغذی ببندید

در صورتی که روی دست تان زخمی دارید، دستان خود را بشویید و پانسمانی تمیز روی آن بگذارید؛ سپس دستکش بپوشید.

اگر نمی‌توانید دستان خود را به علت زخم، آتل، پانسمان یا حائل بشویید، نباید در تهیه مواد غذایی نقشی داشته باشید.

دستان خود را در موارد زیر بشویید...

- ✓ هنگام ورود به آشپزخانه
- ✓ پس از لمس کردن صورت، مو یا پوست خود
- ✓ پس از استفاده از سرویس بهداشتی
- ✓ پس از آماده سازی محصولات حیوانی خام
- ✓ پس از بیرون بردن زباله یا نظافت
- ✓ پس از لمس هر چیز کتیف

عدم تماس دست بدون پوشش با مواد غذایی آماده میل کردن

مواد غذایی آماده نباید با دستان بدون پوشش لمس بشوند از مانعی فیزیکی به منظور پیشگیری از آلودگی با میکروبهایی استفاده کنید که احتمال ایجاد مسمومیت غذایی را دارا هستند. این میکروبه با تنهایی با شستشوی صحیح دست به طور کامل از بین نمی‌روند.

مواد غذایی آماده عبارتند از غذای طبخ شده، میوه‌ها و سبزیجات خام، محصولات پخته شده، مواد غذایی میان وعده و یخ. موانع فیزیکی عبارتند از کاغذ مومی/بسته بندی، دستکش و اسباب آشپزخانه مانند انبر، قاشق و کفگیر.





بهداشت شخصی

لباس فرم

- ✗ بیرون آمدن مو از زیر کلاه
- ✗ البسه کثیف
- ✗ زخم‌های باز و خونی
- ✗ استفاده از جواهرات روی مچ
- ✗ حلقه جواهر دار یا تزئینی
- ✗ ناخن‌های بلند، لاک خورده و/یا مصنوعی



- ✓ پوشش مناسب مو
- ✓ البسه تمیز و مرتب
- ✓ پوشیدن همه زخم‌ها
- ✓ عدم استفاده از جواهرات روی مچ دست
- ✓ حلقه انگشتی ساده
- ✓ ناخن‌های کوتاه و تمیز

سیاست بهداشت پرسنل

بهداشت شخصی از خانه شروع می شود، جایی که شما هر روز برای کار آماده می شوید. همه ما حامل میکروب های بیماری زا هستیم که می توانند باعث بیماری شوند. شما به عنوان یکی از خدمه آشپزخانه مسئول مراقبت از سلامت و بهداشت خود هستید تا از مسمومیت غذایی جلوگیری کنید. اگر به سالمونلا، تب حصبه، شیگلا، E.coli تولید کننده سم شیگا، هپاتیت هپاتیت آ یا نورو ویروس تشخیص داده شده است یا یکی از علائم زیر را دارید. به کارفرمای خود اطلاع دهید.

راهی آسان جهت یادآوری 6 بیماری اصلی ناشی از مواد غذایی پرسنل

- پرسنل سالمونلا
- تب حصبه را
- بیمار را شیگلا
- الان ای کولای
- به منزل هپاتیت آ
- بفرستید نوروویروس



کلودرد همراه با تب



اسهال



استفراغ



زردی



بریدگی‌ها یا زخم‌های عفونی روی دستان و بازوها

تا زمانی که به مدت 24 ساعت بدون استفاده از دارو بدون علائم نباشید، نمی‌توانید مشغول به کار شوید.

منابع مجاز

مواد غذایی تهیه شده از منابع تأیید نشده و یا غیرمجاز

نخست مسائل ضروری تر... وقتی تحویل مواد غذایی را بر عهده می‌گیرید، نمی‌توانید مواد غذایی نا ایمن را را دوباره ایمن کنید. غذاهای نیازمند کنترل زمان/دما برای ایمنی (TCS) نیز شناخته می‌شوند به کنترل زمان و دما نیاز دارند تا میزان رشد میکروارگانیسم‌های بیماری‌زا و شکل‌گیری سم در آنها کنترل شود.

منبع مجاز. یک تأمین کننده معتبر است که مورد بررسی قرار گرفته و از تمامی قوانین و مقررات پیروی می‌نماید. باید قبل از پذیرش غذا از تهیه‌کننده همیشه آن را بررسی کنید. هنگام دریافت غذا باید موارد زیر را بررسی کنید:

مواد غذایی منجمد	سلامت کلی	دمای مناسب برای دریافت غذاهای نیازمند کنترل زمان/دما برای ایمنی (TCS)
<p>مواد غذایی منجمدی که کریستال‌های یخ یا مایعات در بسته‌بندی خود دارند را قبول نکنید.</p> 	<p>قوطی‌های دارای فرورفتگی، برآمدگی یا سوراخ را قبول نکنید.</p> 	<p>135 درجه فارنهایت (بالای 135 درجه فارنهایت) محدود خطر! 45 درجه فارنهایت 41 درجه فارنهایت (یا پایین‌تر)</p> <p>مواد غذایی داغ (بالای 135 درجه فارنهایت) بین 41 درجه فارنهایت و 135 درجه فارنهایت تحویل گرفتن تخم‌مرغ و شیلات زنده در دمای 45 درجه فارنهایت قابل قبول است مواد غذایی سرد (پایین‌تر از 41 درجه فارنهایت) مواد غذایی منجمد باید به طور کامل منجمد شده باشند</p>
علائم آلودگی به آفات یا کثیفی	تاریخ‌های انقضا	فاسد شدن
<p>بسته‌بندی‌ها باید تمیز، خشک و دست نخورده باشند</p> 	<p>مواد غذایی باید در محدوده تاریخ مشخص شده توسط تولید کننده مصرف شود.</p> 	<p>مواد غذایی نباید لزج، چسبیده، رنگ رفته باشد یا بوی بدی بدهد.</p> 
خرابی انگلی در مورد بعضی ماهی‌ها	برچسب‌های شیلات	فاکتور و برچسب‌زنی مناسب
<p>ماهی که به صورت نیم پز یا خام سرو می‌شود باید حاوی مدارکی از تأمین کننده در مورد نحوه پرورش و انجماد باشد.</p> 	<p>برچسب‌های سخت‌پوستان باید به مدت 90 روز در دسترس نگه داشته شود.</p> 	<p>نوع و محل تولید مواد غذایی باید مشخص شود.</p> 

در صورتی که مواد غذایی با معیارهای لازم همخوانی نداشتند، به جای تحویل گرفتن آنها از تأمین کننده: آنها را پس بفرستید.

تحویل گرفتن یا رد کردن؟

تمرین



گوشت گوساله تازه که وقتی با انگشت آن را فشار می‌دهید اثر انگشت شما به حالت اولیه باز می‌گردد.



پنیر چدار با خالهای کپکی کوچک



ماهی دارای چشمان فرورفته و تار



تخم‌مرغ‌های خام سالم و تمیز در دمای 45 درجه فارنهایت



سالاد کلم مخلوط و بسته‌بندی شده در شرایط مناسب و در دمای 45 درجه فارنهایت

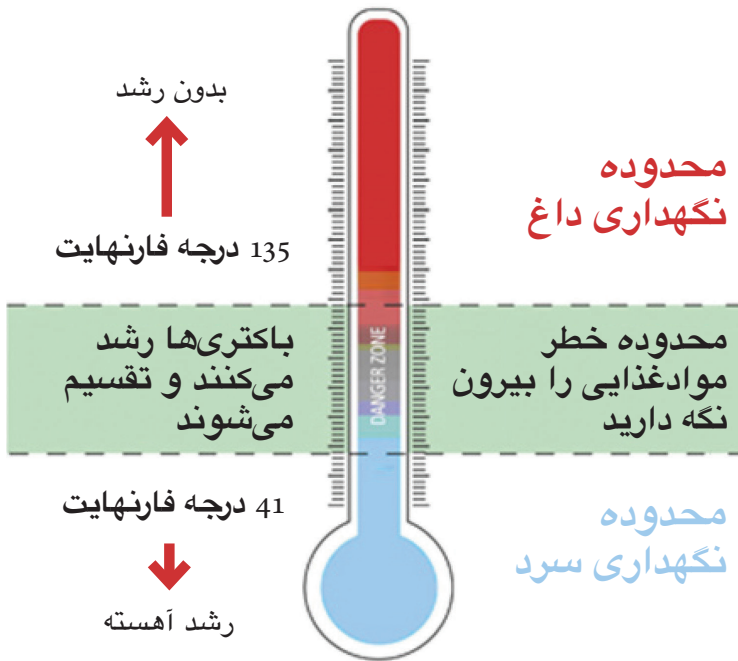


دمای مناسب



دمای نگهداری

گرچه طبخ مواد غذایی تنها راه برای کاهش تعداد میکروب‌های تا حد ایمن است، میبایست مواد غذایی TCS را برای حفظ سلامتشان در درجه حرارتهای صحیح نگهداری کنید مهم است آن دسته از مواد غذایی نیازمند کنترل زمان و دما برای ایمنی هستند، خارج از محدوده دمایی خطرناک یعنی دمایی که باکتریها در آن بیشتر رشد می‌کنند بمانند. مواد غذایی داغ را داغ و مواد غذایی سرد را سرد نگه دارید! وقتی از زمان به عنوان کنترل سلامت عمومی استفاده می‌کنید، مواد غذایی TCS نگهداری شده در دمای اتاق میبایست برای مدت کوتاهی نگهداری شوند و سپس دور انداخته شوند.



شیوه صحیح آب کردن مواد منجمد

مهم است در زمان یخزدایی (آب کردن یخ)، دمای مواد غذایی 41°F یا کمتر باشد. از یک شیوه یخزدایی تأیید شده استفاده کنید:



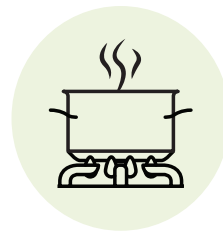
آن را کاملاً زیر آب جاری سرد شیر قرار دهید

اطمینان حاصل کنید که سرعت جریان آب آنقدر زیاد است که قطعات شل مواد غذایی را با خود ببرد. مطمئن شوید همه بخش‌های مواد غذایی به طور کامل زیر آب قرار گرفته باشد. آب جاری شیر باید سرد باشد؛ دمای مواد غذایی نباید به بالاتر از 41 درجه فارنهایت برسد.



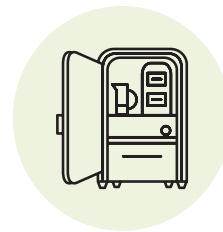
در مایکروویو (باید فوراً پخته شود)

به سرعت رویه طبخ را به رویه سنتی تغییر دهید یا به طور کامل در مایکروویو طبخ کنید.



به عنوان بخشی از مرحله طبخ

مستقیم از مرحله انجماد به طبخ ببرید. این کار برای مواد غذایی کوچک بسیار خوب است.



تحت انجماد

از پیش برنامه ریزی کنید - آب شدن قطعات بزرگ غذای ممکن است چندین روز طول بکشد. انجماد را در دمای 41 درجه فارنهایت یا کمتر نگه دارید.



دمای مناسب

طبخ

طبخ مواد غذایی TCS در درجه حرارت لازم برای آنها تنها راه کاهش میکروبها و به حد ایمن رساندنشان است. برای چک کردن دمای مواد غذایی از دماسنج میله‌ای کالیبره و ضدعفونی شده استفاده کنید. برای اطمینان از اینکه تمام قسمت‌های غذا به طور کامل پخته شده است دماسنج را در ضخیم‌ترین بخش آن و دور از استخوان‌ها فرو کنید. به منظور طبخ و گرم کردن دوباره مواد غذایی از تجهیزات مناسب استفاده نمایید. از طبخ مواد غذایی در تجهیزاتی که صرفاً جهت داغ داشتن مواد غذایی در نظر گرفته شده‌اند، خودداری نمایید.

گرم کردن دوباره مواد غذایی خانگی نیازمند کنترل دما و زمان برای ایمنی برای داغ ماندن به مدت 2 ساعت •
ماکیان: جوجه، اردک، بوقلمون •
• دلها

گوشت‌های چرخ شده، ترد شده/آماده شده در مواد تخم مرغ‌های خام برای گرم ماندن

• ماهیچه گوشت کامل*
• ماهی و غذای دریایی
• تخم مرغ های خام برای سرو فوری

• میوه‌ها، سبزیجات، و دانه‌های طبخ شده برای داغ نگه داشتن
• گرم کردن دوباره مواد غذایی تولید شده نیازمند کنترل دما و زمان برای ایمنی به مدت 2 ساعت
• داغ نگه داشتن

• بین 41 درجه فارنهایت و 135 درجه فارنهایت

• سرد نگه داشتن
• غذای منجمد باید به صورت جامد و منجمد بماند

* گوشت‌های بریان و کبابی را می توان به مدت 112 دقیقه در دمای 130 درجه فارنهایت پخت یا طبق نمودار پخت عمل کرد.

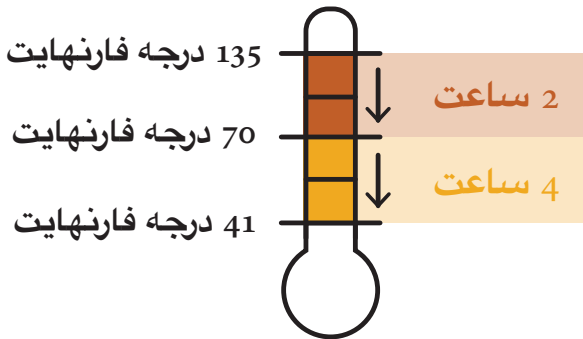
مواد غذایی TCS خام فقط در صورتی می‌تواند نیمپز شود که مشتری چنین سفارشی بدهد و تحویل بر اساس سفارش مشتری در منو باشد.



دمای مناسب



شیوه‌های خنک‌سازی



برای غذاهای TCS داغ انجام فرآیند خنک‌سازی دومرحله‌ای لازم است. 135 تا 70 درجه فارنهایت در دو ساعت و 70 تا 41 درجه فارنهایت در چهار ساعت بعدی (در مجموع نباید از شش ساعت بیشتر شود). خنک‌سازی سریع و ایمن مواد غذایی امری مهم است تا این اطمینان حاصل شود که غذاها حداقل مدت زمان ممکن را در منطقه پرخطر دمایی باقی می‌مانند. از روشی استفاده کنید که فرآیند خنک‌سازی را تسریع می‌کند. مثل استفاده از وان یخ یا تقسیم غذاهای داغ بین چند ظرف کم‌عمق و سپس قرار دادن آنها در یخچال. برای خارج ساختن گرما غذا را مرتب هم بزنید.

تاریخ	ماده غذایی	دما و زمان شروع	طی 1 ساعت	طی 2 ساعت	135 درجه فارنهایت تا 70 درجه فارنهایت در 2 ظرف؟	3 ظرف 3 ساعت	4 ظرف 4 ساعت	5 ظرف 5 ساعت	6 ظرف 6 ساعت	70 درجه فارنهایت تا 41 درجه فارنهایت طی 4 ساعت؟
3-20	سوپ	9 صبح 135 درجه فارنهایت	10 صبح 120 درجه فارنهایت	11 صبح 80 درجه فارنهایت		12 بعد از ظهر 65 درجه فارنهایت	1 بعد از ظهر 40 درجه فارنهایت			
6-27	برنج	3 بعد از ظهر 135 درجه فارنهایت	4 بعد از ظهر 90 درجه فارنهایت	5 بعد از ظهر 68 درجه فارنهایت		5 بعد از ظهر 55 درجه فارنهایت	7 بعد از ظهر 55 درجه فارنهایت	8 بعد از ظهر 45 درجه فارنهایت	9 بعد از ظهر 39 درجه فارنهایت	

برنج به دمای 70 درجه فارنهایت رسیده و سپس طی شش ساعت فرایند خنک سازی به دمای لازم 41 درجه فارنهایت می رسد.

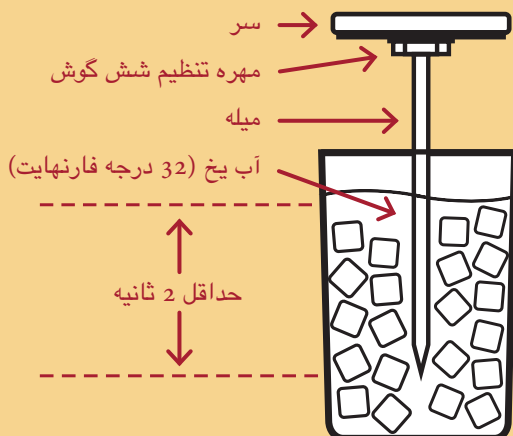
سوپ باید قبل از 2 ساعت تا 165 درجه فارنهایت دوباره گرم شده باشد. سوپ باید بیرون ریخته شود.

کالیبره کردن دماسنج

دماسنج مهمترین ابزار برای اطمینان از ایمنی مواد غذایی است. قبل از بررسی دمای داخلی غذا کالیبره کردن دماسنج امری مهم است. هر دماسنج را به طور مرتب و هنگامی که نو است و نیز هر بار که از دستتان افتاد کالیبره کنید. برای اندازه‌گیری دمای غذا از دماسنج مناسب استفاده کنید.

مراحل کالیبره کردن صحیح دماسنج میله‌ای

1. ظرفی را کاملاً پر از یخ کنید.
2. آب تمیز اضافه کنید (یخ نباید در آب شناور شود).
3. دماسنج را در آب فرو برید.
4. به خوبی آب را هم بزنید.
5. قبل از تنظیم دماسنج بر روی دمای 32 درجه فارنهایت 30 ثانیه صبر کنید.



آلودگی غذا



آلودگی متقاطع

- آلودگی متقاطع زمانی رخ می‌دهد که میکروب‌ها از غذا یا سطحی به غذا یا سطح دیگر منتقل می‌شوند. مسمومیت غذایی ناشی از موارد زیر است:
- افزودن مواد غذایی آلوده به غذا.
- سطوح در تماس با مواد غذایی (ابزار و اسباب آشپزخانه) که به طور مؤثر تمیز و بهداشتی نشده باشند.
- ریختن مواد غذایی خام بر روی مواد غذایی آماده یا تماس پیدا کردن آنها با هم.
- دست زدن به مواد غذایی آلوده و سپس مواد غذایی آماده.



- با انجام کارهای زیر از سایر انواع آلودگی متقاطع جلوگیری کنید:
- استفاده از اسباب آشپزخانه و تخته‌های برش مجزا برای تمام مواد خام مثل تخم مرغ، گوشت، ماهی و جوجه و مواد غذایی آماده مصرف یا استفاده از مواد تمیز و ضدعفونی کننده بین دفعات استفاده.
- جدا کردن تجهیزات کثیف از مواد غذایی یا تجهیزات تمیز.
- شروع کار با سطح تمیز و ضدعفونی شده و تمیز و ضدعفونی کردن تمام سطوح مورد استفاده، ابزار و اسباب آشپزخانه بعد از انجام هر کار.
- ننگه نداشتن مواد غذایی که به زودی مصرف می‌شوند در یخ.



تمیز و ضدعفونی کردن

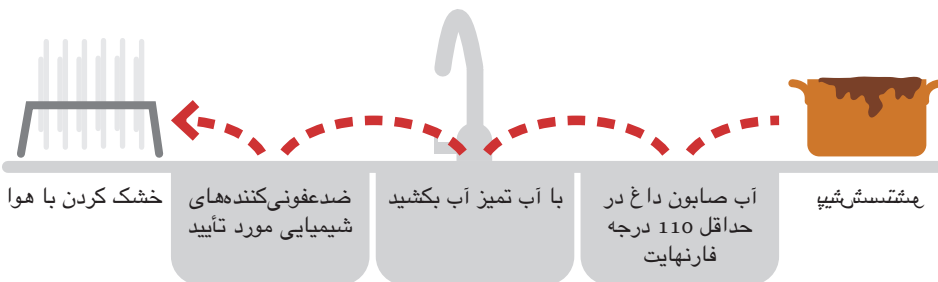
با شستشوی منظم تجهیزات اطمینان حاصل نمایید که تمیز و ضدعفونی هستند. ابزار و وسایل آشپزخانه را در هنگام استفاده هر چهار ساعت یکبار تمیز و ضدعفونی کنید.

سطح‌های حاوی مواد ضدعفونی کننده

کلر و آمونیاک چهاربخشی (چهارتایی) انواع تأیید شده مواد ضدعفونی‌کننده هستند در مورد زمان تماس و غلظت مناسب از توصیه‌های تولید کننده پیروی کنید. غلظت ماده ضدعفونی کننده را با استفاده از نوارهای کاغذی مخصوص تست کردن بسنجید. در مواقع سرو یا آماده کردن غذا پارچه ای را در سطل ضدعفونی نگه دارید.

سینک سه بخشی

برای شستشوی دستی ظروف به صورت مناسب همیشه از یک سینک سه بخشی که به درستی نصب شده است استفاده و مراحل پنجگانه را دنبال کنید: پیش‌شستشو (خراشیدن)، شستشو، آب‌کشی، سترون‌سازی و خشک‌سازی با هوا.



ماشین‌های ظرفشویی (دمای بالا و شیمیایی)

ضدعفونی یعنی کاهش تعداد میکروب‌ها تا سطحی ایمن. برای ضدعفونی سطوح تماس غذاها از مواد شیمیایی و حرارت استفاده می‌شود. برای استفاده مناسب دفترچه راهنمای کاربری یا پلاک مشخصات روی دستگاه را بخوانید. دمای سطحی سطوح تماس غذاها در یک ماشین ظرفشویی با دمای بالا باید حداقل به 160 درجه فارنهایت برسد. غلظت مناسب مواد ضدعفونی شیمیایی را با نوارهای تست بسنجید. با استفاده از یک دماسنج حداقل-حداکثر یا نوار حساس به دماسنج، دمای ماشین ظرفشویی با دمای بالا را اندازه‌گیری کنید.

آلودگی غذا



سایر منابع آلودگی

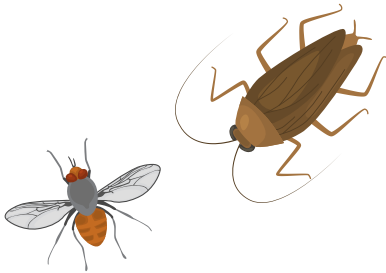
شستشوی محصولات

قبل از پختن یا برش و ترکیب میوه و سبزیجات با سایر مواد غذایی آنها را زیر آب جاری بشویید. آفت و آلودگی می‌تواند در لابلای برگ‌های محصولات غذایی پنهان شود. برگ‌های بیرونی کاهو و اسفناج را درآورید و برگ‌های آنها را کاملاً از هم جدا کنید. آنها را کاملاً با آب بشویید. هنگام آماده‌سازی میوه و سبزیجات، قسمت‌های خراب و فاسد شده آنها را جدا کنید.

محافظت از ابزار آشپزخانه

به طرق زیر از ابزار آشپزخانه محافظت کنید:

- به صورتی که دسته آنها به یک طرف باشد.
- بر روی سطوح صاف و به راحتی قابل تمیز شدن
- در داخل آبی که دمای آن 41 درجه فارنهایت یا کمتر و یا 135 درجه فارنهایت یا بیشتر است.
- زیر آب شیر



کنترل آفت (حشرات و حیوانات موزی)

نمونه‌های آفت‌ها عبارتند از سوسک، مگس، و جوندگان

- مدیریت آفت یکپارچه (IPM) به یک سری روش‌های پیشگیری گفته می‌شود که برای دور نگه داشتن آفات و کنترل هجوم حشرات کاربرد دارد.
- از دسترسی و تغذیه آنها جلوگیری کرده و مسکن آنها را تخریب کنید.
 - با یک عامل مجاز کنترل آفات کار کنید.
 - تمام شکاف‌ها و روزنه‌های کف زمین، دیوارها و سقف را مسدود کنید.
 - برای جلوگیری از ورود آفات، درها، دیوارهای متحرک و پنجره‌ها را ببندید.
 - پرده‌های هوا را فعال نگه دارید.



علائم هجوم آفات عبارتند از:

- مشاهده آفات در اندازه‌ها و مراحل مختلف رشد.
- گزارش فعالیت آفات توسط عامل مجاز کنترل آفات.
- مشاهده فضله جوندگان موزی روی کف زمین یا روی تجهیزات یا مشاهده مدفوع سوسک (لکه‌های سیاه کوچک) روی دیوارها و کف زمین.
- علامت جویده شدن روی ظروف غذا.

وجود یک عدد جونده در ساختمان نیازمند مشورت فوری با عامل کنترل آفات است. از آفت‌کش‌هایی که برچسب «فقط برای استفاده خانگی» بر روی آنها قرار دارد استفاده نکنید. تنها یک عامل مجاز کنترل آفات می‌تواند از آفت‌کش‌های دارای محدودیت استفاده کند.

سیگار کشیدن/غذا خوردن در آشپزخانه

قوانین مربوط به سیگار کشیدن، غذا خوردن یا نوشیدن مایعات در آشپزخانه:

- وقتی مشغول آماده کردن یا سرو غذا هستید، در مکان‌های مخصوص آماده کردن یا سرو غذا یا مربوط به شست و شو و ابزار و وسایل آشپزخانه هستید، از خوردن، سیگار کشیدن و نوشیدن دوری کنید.
- غذا خوردن و سیگار کشیدن تنها در محل‌های مورد نظر برای این کار و دور از محل‌های شستشوی مواد غذایی و ظروف مجاز است.
- مناطق ویژه سیگار کشیدن باید مطابق قانون نوادا برای هوای پاک داخل ساخته شده باشند.



نگهداری در یخچال

نگهداری صحیح غذا و روش تهیه آن عناصر اصلی جلوگیری از مسمومیت غذایی هستند. برای محافظت از غذاها در برابر آلودگی متقاطع آنها در محل مناسب نگه داشته و به روش صحیح تهیه کنید.

هنگام قرار دادن تمام غذاهای آماده در یخچال باید روی آنها را پوشاند و بر آنها برچسب و تاریخ زد.

غذاهای TCS که در ساختمان آماده می‌شوند باید دارای تاریخ باشند و ظرف هفت روز مصرف شوند.

غذاهای پخته و آماده

سبزیجات و میوهجات تمیز و آماده

سبزیجات و میوهجات نشسته

ماهی خام، غذای دریایی، ماهیچه کامل و تخم‌مرغ

گوشت چرخ‌کرده خام

مرغ خام، بوقلمون، گوشت پرندگان و دلمه‌ها

یک دماسنج را در گرمترین نقطه یونیت قرار دهید.

حداقل شش اینچ بالاتر از سطح زمین نگهداری شود.

پوشیده نگهداشتن مواد غذایی، ذخیره مواد غذایی خام حیوانی در زیر و دور از مواد غذایی آماده مصرف، استفاده از ابزار و وسایل آشپزخانه تمیز و ضدعفونی شده و اجرای مقررات مناسب کار پرسنل به حفظ ایمنی مواد غذایی کمک می‌کند.



منبع/تأمین کننده مورد تأیید

پرورش دهنده، تأمین کننده، تولید کننده، فرآوری کننده، یا هر شخص یا کارخانه‌ای که مواد غذایی را برای فروش یا مصرف ارائه می‌دهد که از نظر سازگاری با اصول و استانداردهای معمول شناخته شده در مورد سلامت عمومی، مورد قبول مقام مسئول بهداشت است.

کالیبره کردن

تنظیم کردن دقت عمل یک وسیله اندازه‌گیری مانند دماسنج با مقایسه آن با یک نمونه استاندارد شناخته شده.

مشاوره مصرف‌کننده

یک بیانیه کتبی که به مشتریان درباره خطر بالای بروز بیماری مرتبط با مصرف مواد غذایی در هنگام خوردن فرآورده‌های حیوانی به صورت خام یا نیم‌پز، اطلاعاتی می‌دهد و آیت‌هایی را که در منوی غذا شامل فرآورده‌های حیوانی خام یا نیم‌پز هستند، مشخص می‌کند.

آلودگی

حضور مواد خارجی و مخصوصاً عفونی که یک ماده غذایی آماده نشده یا آماده را ناپاک یا مضر می‌کند. سه نوع آلودگی شامل خطرات فیزیکی، بیولوژیکی و شیمیایی می‌شود.

خنک‌سازی

فرآیند دومرحله‌ای کاهش سریع دمای مواد غذایی. مرحله یک، خنک‌سازی از دمای 135 درجه فارنهایت به 70 درجه فارنهایت در ظرف دو ساعت است و سپس مرحله 2 از 70 درجه فارنهایت به 41 درجه فارنهایت در ظرف چهار ساعت است. خنک‌سازی در مجموع نباید بیش از شش ساعت طول بکشد.

آلودگی متقاطع

انتقال میکروب‌ها، میکروارگانیسم‌ها یا سایر مواد مضر مانند مواد شیمیایی از یک سطح به سطح دیگر از طریق تجهیزات، فرآیندها یا محصولات ناپاک یا غیر بهداشتی.

سیاست بهداشت کارکنان

رویه‌هایی برای شناسایی و محدود/اخراج کردن کارمندانی که ممکن است آلودگی‌های با منشأ غذایی را به مواد غذایی منتقل کنند. شامل مداخلات بهداشتی نیز می‌شود که مانع انتقال باکتریها و ویروس‌هایی با منشأ مواد غذایی در محل‌های تهیه غذا می‌شود.

تجهیزات

ابزاری که در عملیات تولید مواد غذایی مورد استفاده قرار می‌گیرد، که شامل اما نه محدود به موارد زیر است: فریزر، آسیاب، هود، یخ‌ساز، تخته گوشت، میکسر، فر، یخچال ویتروینی، پیمان، سینک ظرفشویی، ابزارهای برش، اجاق گاز و میز.

ماده غذایی

ماده غذایی خام، پخته یا فرآوری شده، یخ، نوشیدنی یا هر ماده غذایی مورد استفاده یا مورد نظر برای استفاده یا فروش. به صورت کلی یا جزئی برای مصرف انسان، آدامس نیز غذا محسوب می‌شود.

مسمومیت غذایی

اثرات منفی بر سلامت که از فرو بردن آب یا غذاهای آلوده یا دستکاری شده ناشی می‌شود.

میکروب

هر میکروارگانیسم مخصوصاً آنکه موجب بیماری می‌شود.

خطر نزدیک برای سلامت

وقتی شواهد کافی وجود دارد که نشان دهد یک محصول، عملیات، شرایط یا حتی یک اتفاق موقعیتی را به وجود می‌آورد که تصور می‌شود در آن تهدید یا خطر جدی برای سلامتی وجود دارد و نیازمند اصلاح فوری یا توقف یک عملیات است، موقعیت‌هایی مثل قطعی آب، برگشت فاضلاب، و هجوم حشرات.

هجوم حشرات

حضور غیرعادی تعداد بیشمار حشرات یا حیوانات در یک مکان که معمولاً باعث خسارت یا بیماری می‌شوند.

انگل

موجود زنده‌ای که در یا روی موجود زنده دیگر (میزبان) زندگی می‌کند و با جذب مواد غذایی از بدن میزبان خود را تغذیه می‌کند.

فرد مسئول

فرد حاضر در محل تهیه غذا که در هنگام آماده‌سازی غذا آگاه و مسئول است.

آفت

حشره یا هر حیوان ناخواسته و ویرانگر که به غذا و محصول آسیب می‌رساند و ممکن است از طریق آلودگی متقاطع بیماری‌ها را منتشر کند محدود به پرخطر دمایی

محدوده دمایی که در آن میکروب‌ها یا میکروارگانیسم‌ها در سطحی خطرناک رشد می‌کنند (بین 41 تا 135 درجه فارنهایت)

آب کردن یخ

تغییر از حالت جامد یا منجمد به دمایی در حد دمای یخچال با استفاده از یک روش مورد تأیید. این فرآیند به یخزدایی نیز معروف است.



آفتکش

هر ماده‌ای که توسط مأمور مجاز کنترل آفت در محل تهیه غذا برای کشتن آفت مورد استفاده قرار می‌گیرد

گرم کردن

گرم کردن مواد غذایی که از قبل پخته شده‌اند.

غذاهای آماده (RTE)

غذاهایی که بدون نیاز به آماده‌سازی یا پختن بیشتر قابل خوردن هستند.

ضد عفونی کردن

اعمال حرارت بالا یا مواد شیمیایی روی سطح تماس مواد غذایی تمیز به منظور کاهش تعداد میکروارگانیسم‌ها یا میکروب‌های بیماری‌زا در حد قابل قبول.

شیلات

نرم‌تان خام صدفدار و خام مانند صدف، اویستر، یا صدف سیاه.

محدوده پرخطر دمایی

محدوده دمایی که در آن میکروب‌ها یا میکروارگانیسم‌ها در سطحی خطرسازی رشد می‌کنند (بین 41 تا 135 درجه فارنهایت)

آب کردن یخ

تغییر از حالت جامد یا منجمد به دمایی در حد دمای یخچال با استفاده از یک روش مورد تأیید. این فرآیند به یخ‌زدایی نیز معروف است.

دماسنج

وسیله‌ای برای اندازه‌گیری دما.

غذاهای نیازمند کنترل زمان و دما برای ایمنی (TCS)

غذاهایی که نیازمند کنترل زمان و دما برای ایمنی هستند مانند گوشت، ماهی، شیر و کاهوی خرد شده تا رشد میکروارگانیسم‌های بیماری‌زا و شکل‌گیری سم در آنها محدود شود.

زمان به عنوان عامل کنترل سلامت عمومی

فرآیندی که در آن زمان برای کنترل رشد میکروب‌ها و میکروارگانیسم‌ها به کار می‌رود. مواد غذایی نگهداری شده به این روش میبایست پس از 4 ساعت مصرف، فروخته یا دور انداخته شود.

ابزار آشپزخانه

ابزار یا ظرف تماس با غذا برای استفاده حین نگهداری، آماده‌سازی، حمل و نقل، توزیع، فروش یا سرو کردن غذایی که دارای کاربرد چندگانه یا جداگانه است مانند کاغذ اغذیه‌فروشی، انبر، قاشق، ملاقه، قاشق بزرگ و غیره.



علائم

علامت یا نشانه اختلال یا بیماری که معمولاً با تغییر قابل مشاهده در احساس یا ظاهر فرد همراه است.

دما

میزان گرما یا سرما که در یک محصول با دماسنج سنجیده می‌شود.



280 S. Decatur Blvd. • P.O. Box 3902
Las Vegas, NV 89127
(702) 759-1000 • www.SNHD.info

FOOD



HANDLER