

4 Vệ sinh dụng cụ nấu ăn và các vấn đề liên quan

Cảnh giác với nguy cơ nhiễm khuẩn chéo!

Vi khuẩn có thể lây lan từ dao, thớt, rõ ràng bị nhiễm khuẩn hoặc từ tay người chế biến sang rau sống, thực phẩm đã chế biến. Hiện tượng này gọi là nhiễm khuẩn chéo.



1 Vệ sinh thớt, dao, khăn lau

Hãy chuẩn bị đủ số lượng thớt, dao và khăn lau, phân chia chúng theo từng loại thực phẩm (thịt, cá, rau củ...) cũng như phân loại theo công đoạn sơ chế và chế biến.

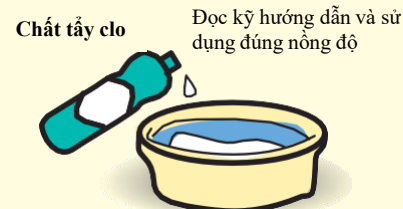


Phân loại theo màu sắc để dễ nhận biết và sử dụng

2 Phương pháp khử trùng

Trước tiên, cần làm sạch các dụng cụ nấu ăn rồi tiến hành khử trùng theo phương pháp dưới đây. Sau khi khử trùng, hãy bảo quản dụng cụ trong tình trạng khô ráo để tránh tái nhiễm khuẩn

Phân loại	Nhiệt độ.Nồng độ	Thời gian	Mục đích sử dụng
Đun sôi	Khoảng 100°C	Ít nhất 5 phút	Khăn lau, Khăn bếp
	Khoảng 80°C		Thớt, Dao
Chất tẩy clo	Clo hoạt tính 200ppm	Ít nhất 5 phút	Thớt, Dao, Khăn lau, Tủ lạnh
Cồn khử trùng	70%		Thớt, Dao, Tủ lạnh, Bàn chế biến



Đọc kỹ hướng dẫn và sử dụng đúng nồng độ



Chỉ sử dụng trên dụng cụ nhà bếp đã khô ráo

3 Vệ sinh tủ lạnh

1 Kiểm tra nhiệt độ hàng ngày bằng nhiệt kế gắn trong tủ.

Ngăn mát: Dưới 10°C Ngăn đông: Dưới -15°C Ngăn lạnh: Dưới 4°C

2 Không xếp thực phẩm quá đầy. (chỉ chiếm khoảng 70% dung tích tủ).

3 Thực phẩm nóng cần phải làm nguội trước khi cho vào tủ lạnh.

4 Mỗi tuần nên vệ sinh tủ lạnh một lần.

5 Phân loại nguyên liệu thô, bán thành phẩm và thành phẩm.

6 Thịt và cá cần được bọc bằng màng bọc hoặc đựng trong hộp có nắp đậy.



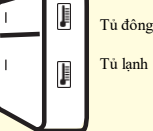
そうしてね!



2 ドアの開閉は少なくしてね!

1

Nên sử dụng nhiệt kế do từ bên ngoài để kiểm soát nhiệt độ bên trong tủ lạnh.



3

3

5 Vệ sinh đối với người chế biến thực phẩm

1 Cách rửa tay đúng cách

Trước khi bắt đầu công việc, khi thay đổi công đoạn làm việc, sau khi sử dụng nhà vệ sinh, hãy rửa tay mỗi khi cần thiết.



2 Kiểm tra trước khi bắt đầu công việc

Hãy lập bảng kiểm tra phù hợp với từng cơ sở và kiểm tra trước khi bắt đầu công việc.

Ví dụ : Bảng kiểm tra vệ sinh cho nhân viên		Ngày...Tháng....Năm
	Hạng mục kiểm tra	Kết quả
1	Bạn có bị tiêu chảy, cảm lạnh hoặc có vấn đề sức khỏe nào không?	☐
2	Có vết thương nào trên tay không? (Nếu có, không được trực tiếp chạm vào thực phẩm)	☐
3	Bạn có mặc đồng phục sạch, đội mũ, đeo khẩu trang, mang giày bảo hộ không?	☐
4	Đồng phục có dính bụi bẩn hay vật lạ không?	☒
5	Bạn đã tháo nhẫn và đồng hồ chưa?	☐
6	Bạn đã cắt ngắn móng tay chưa?	☐
7	Bạn đã rửa tay đúng cách chưa?	☐



3 Quản lý sức khỏe

Ngay cả khi cảm thấy khỏe mạnh, cơ thể vẫn có thể mang vi khuẩn gây ngộ độc thực phẩm hoặc virus. Cần kiểm tra phân định kỳ để phát hiện các tác nhân gây bệnh. (Các loại vi khuẩn như Shigella, Salmonella, E. coli gây bệnh, virus Norovirus, v.v.) Tránh ăn thịt sống và hải sản sống.

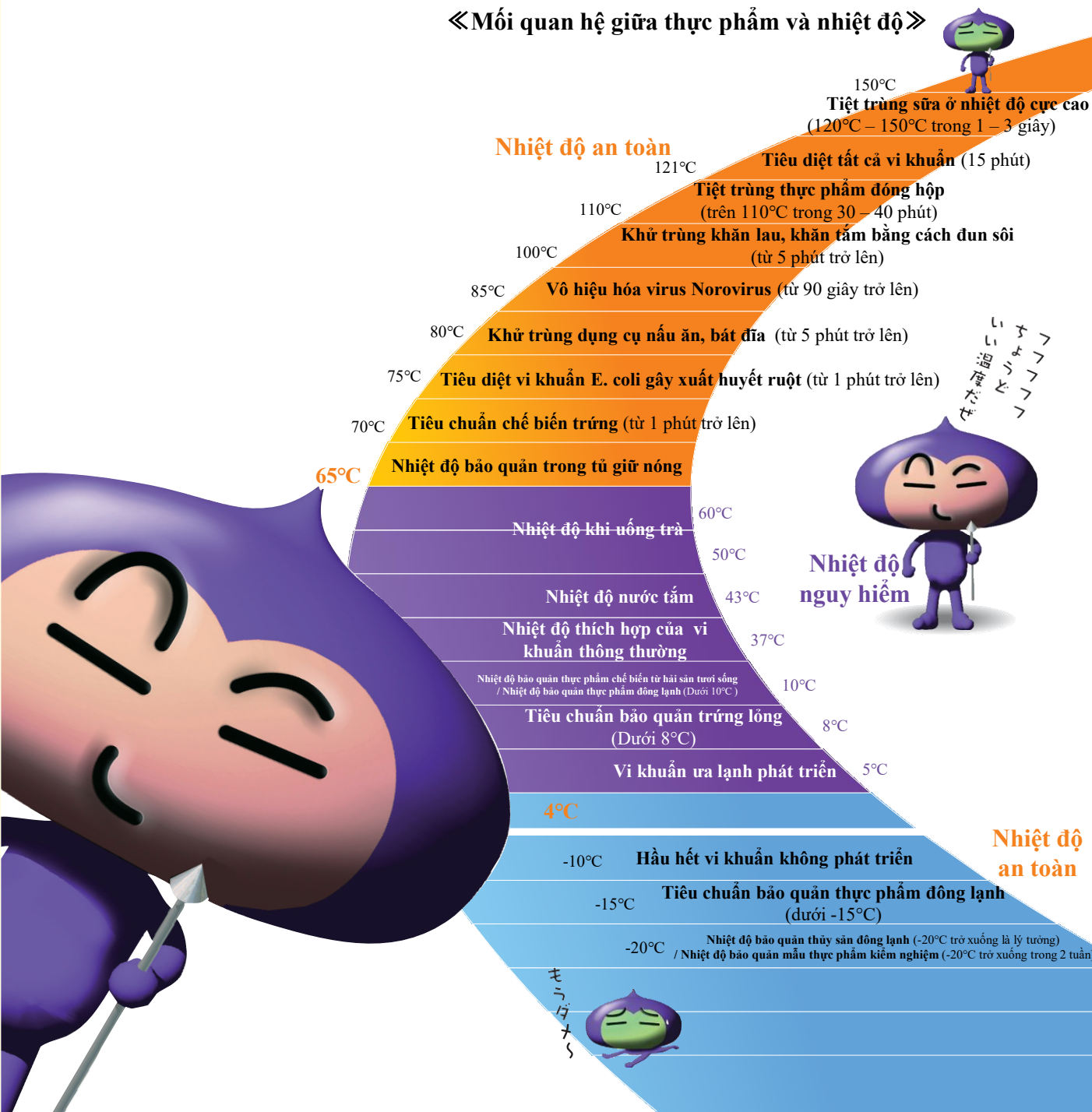
4 Giáo dục vệ sinh

Người quản lý nên tổ chức giáo dục vệ sinh định kỳ để ngăn ngừa sự giảm sút ý thức vệ sinh của nhân viên do thói quen, đồng thời nâng cao ý thức của nhân viên mới được tuyển dụng. ※ Do sự thay đổi một phần của Luật An toàn thực phẩm, trách nhiệm của các doanh nghiệp thực phẩm đã được làm rõ. Cần lập hồ sơ sơ ghi chép và lưu trữ thông tin về thực phẩm sản xuất và kinh doanh để đảm bảo tuân thủ quy định.

Cách phòng tránh ngộ độc thực phẩm

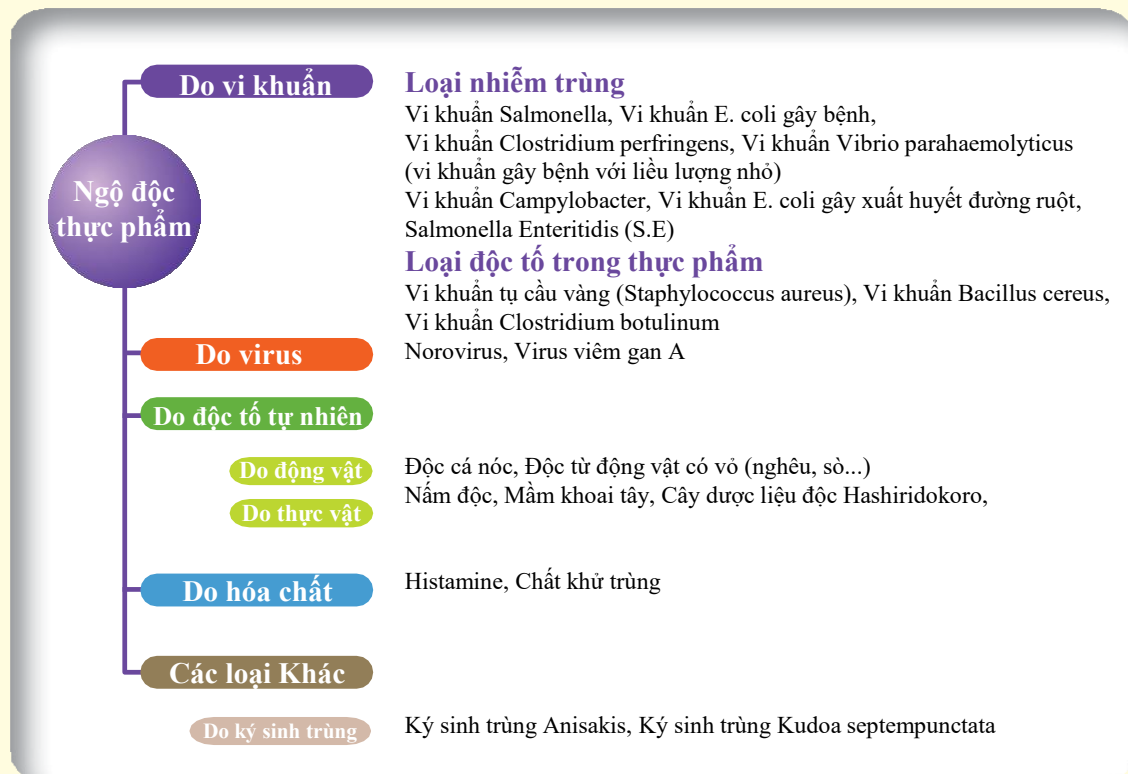
Tài liệu hướng dẫn về vệ sinh an toàn thực phẩm

《Mối quan hệ giữa thực phẩm và nhiệt độ》

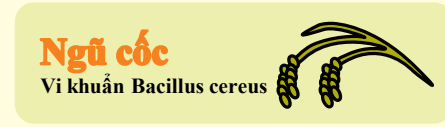
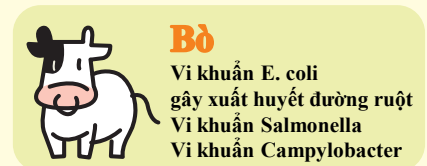


1 Phân loại ngộ độc thực phẩm

Ngộ độc thực phẩm được phân loại theo tác nhân gây bệnh và một số đại diện tiêu biểu được liệt kê dưới đây.



Những nơi tiềm ẩn nguy cơ gây ngộ độc thực phẩm.



2 Ba nguyên tắc phòng tránh ngộ độc thực phẩm do vi khuẩn



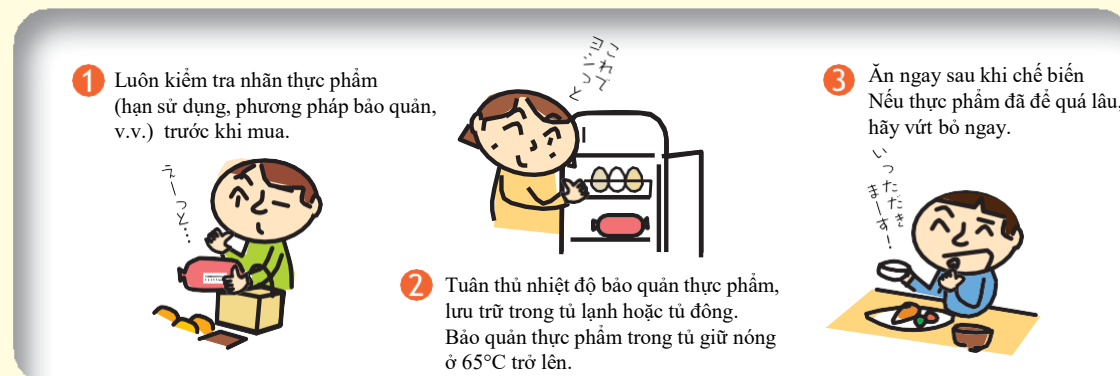
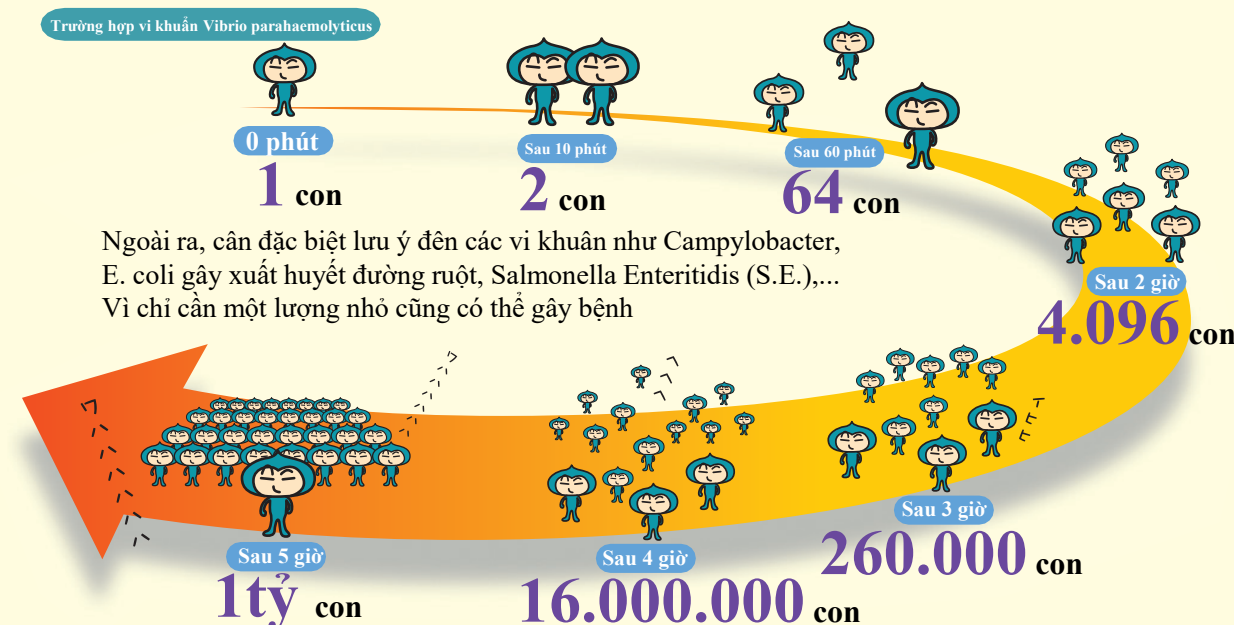
1 Không để vi khuẩn bám ► Giữ gìn vệ sinh sạch sẽ vào thực phẩm

Luôn giữ gìn vệ sinh khu vực nấu ăn, dụng cụ nhà bếp và người chế biến thực phẩm.



2 Không để vi khuẩn phát triển ► Quản lý & kiểm soát nhiệt độ nhanh chóng

Nếu nhiệt độ, độ ẩm và chất dinh dưỡng đạt điều kiện tối ưu, vi khuẩn có thể sinh sôi như sau:



3 Tiêu diệt vi khuẩn ► Gia nhiệt (làm nóng thực phẩm)

Khi đun nấu, đảm bảo làm nóng đến 75°C trong ít nhất 1 phút đến tận phần trung tâm thực phẩm. Một số vi khuẩn gây ngộ độc thực phẩm (tụ cầu vàng, Bacillus cereus) có thể tạo ra độc tố không bị phá hủy dù vi khuẩn đã chết. Do đó, cần cẩn trọng khi xử lý thực phẩm.



※Để tiêu diệt virus Norovirus, cần đun nóng thực phẩm ở nhiệt độ 85 - 90°C trong ít nhất 90 giây.

3 Vệ sinh khu vực chế biến thực phẩm

- Đảm bảo thông gió tốt, tránh môi trường nhiệt độ cao và độ ẩm cao. Lắp đặt nhiệt kế và duy trì nhiệt độ trong phòng ở mức dưới 25°C.
- Giữ sàn khô ráo, đảm bảo thoát nước tốt. Áp dụng hệ thống làm khô (Dry System) để hạn chế độ ẩm.
- Để tránh nhiễm khuẩn do nước bẩn, không rửa sàn khi đang xử lý thực phẩm.
- Bổ sung đầy đủ xà phòng và dung dịch khử trùng tại khu vực rửa tay, đảm bảo luôn có thể sử dụng dễ dàng.
- Bảo quản thực phẩm đúng nơi quy định và đảm bảo vệ sinh. Thiết bị bảo quản thực phẩm nên đặt cách mặt sàn ít nhất 0,6m.
- Dụng cụ nhà bếp đã rửa sạch và khử trùng nên được cất trong tủ có cửa.
- Không để vật dụng cá nhân hoặc dụng cụ vệ sinh chung với thực phẩm để tránh lẫn dị vật vào thực phẩm.
- Để ngăn chặn ruồi, chuột, gián xâm nhập, cần lắp lưới chắn cửa sổ và lưới ở miệng cống, đồng thời kiểm tra và sửa chữa định kỳ.

