

SÁCH HUẤN LUYỆN XỬ LÝ THỰC PHẨM



**TÌM HIỂU VỀ CÁC YẾU TỐ GÂY
NGUY CƠ NGỘ ĐỘC THỰC
PHẨM VÀ NHỮNG MỐI NGUY
HẠI TỪ THỰC PHẨM**

GIỚI THIỆU



MỤC LỤC



VỆ SINH CÁ NHÂN

4



NHỮNG NGUỒN THỰC PHẨM ĐƯỢC CHẤP NHẬN

6



NHIỆT ĐỘ THÍCH HỢP

7



Ô NHIỄM THỰC PHẨM

10



BẢO QUẢN TRONG TỦ LẠNH

12



BẢNG CHÚ GIẢI THUẬT NGỮ

13



Phòng Y tế Môi trường của Cơ quan Y tế Southern Nevada biên soạn cuốn sách này làm giáo cụ. Để biết thêm thông tin về thực hiện bài kiểm tra để có thể nhận được Thẻ Huấn luyện An toàn khi Xử lý Thực phẩm, ghé thăm www.snhd.info.

GIỚI THIỆU



■ GIỚI THIỆU VỀ CUỐN SÁCH NÀY

Quy định về thực phẩm của Cơ Quan Y tế Southern Nevada tập trung vào nội dung kiểm soát các yếu tố gây nguy cơ ngộ độc thực phẩm trong các đơn vị xử lý thực phẩm. Kiểm soát năm yếu tố nguy hiểm sẽ giúp ngăn chặn việc ngộ độc thực phẩm. Người Phụ Trách nhà hàng phải có kiến thức về các yếu tố gây nguy cơ ngộ độc để có thể huấn luyện cho người xử lý thực phẩm và đảm bảo tuân thủ các thực hành về an toàn thực phẩm. Thông tin này được củng cố thông qua đào tạo liên tục với sự nhấn mạnh về phòng ngừa ngộ độc thực phẩm. Nếu có nguy cơ về an toàn thực phẩm, như mất nước, sự tích tụ chất thải hoặc côn trùng phá hoại, thì đơn vị xử lý thực phẩm phải tự động đóng cửa và liên hệ với Cơ Quan Y tế.

■ CÁC YẾU TỐ GÂY NGUY CƠ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM

Vệ sinh Cá nhân Kém

- Rửa tay không đúng cách
- Tiếp xúc tay trần với thực phẩm ăn liền
- Người xử lý thực phẩm làm việc trong khi mang bệnh với các triệu chứng sau: nôn mửa, tiêu chảy, viêm họng có sốt, vết thương nhiễm trùng trên bàn tay và vàng da

Thực Phẩm Có Nguồn Gốc Không An Toàn

- Thực phẩm từ các nguồn không được phê duyệt và/hoặc được chế biến tại các địa điểm không được phép
- Nhận thực phẩm giả mạo

Nhiệt Độ/Phương Pháp Nấu nướng Không Phù Hợp

- Nấu nướng
- Hâm nóng lại
- Giữ đông (bước khử trùng để loại bỏ ký sinh trùng trong cá)

Lưu trữ, Thời Gian và Nhiệt Độ Không Phù Hợp

- Lưu trữ thực phẩm cần kiểm soát thời gian/nhiệt độ để đảm bảo sự an toàn trong điều kiện nóng và lạnh không phù hợp
- Sử dụng thời gian không đúng như hướng dẫn
- Làm mát thực phẩm cần kiểm soát thời gian/nhiệt độ để đảm bảo sự an toàn (TCS) không đúng cách

Nhiễm Bẩn Thực Phẩm

- Sử dụng thiết bị nhiễm bẩn/không được sản xuất thích hợp
- Nhân viên hành nghề kém
- Bảo quản/chuẩn bị thực phẩm không đúng cách
- Tiếp xúc với các chất hóa học

■ NHỮNG ĐIỀU GÂY HẠI CHO THỰC PHẨM

Sinh học

- Vi sinh vật có thể gây ngộ độc thực phẩm
- Vi khuẩn, vi rút, ký sinh trùng và nấm

Hóa học

- Không được phép sử dụng hoá chất
- Chất sát trùng, tẩy rửa, hoặc chống côn trùng cần phải được dùng tách biệt với thực phẩm

Vật lý

- Các vật thể lạ có thể gây chấn thương
- Thủy tinh, kim loại hoặc xương



VỆ SINH CÁ NHÂN



■ KỸ THUẬT RỬA TAY PHÙ HỢP

Rửa tay là một phần quan trọng của vệ sinh cá nhân. Điều quan trọng là phải **rửa tay của quý vị trong bồn rửa tay được chỉ định** trước khi xử lý thực phẩm để ngăn ngừa ngộ độc thực phẩm. Bồn rửa tay CHỈ dùng để rửa tay và nên có xà phòng dạng chất lỏng, khăn lau bằng giấy và thùng rác.



1 LÀM ƯỚT TAY
bằng nước ấm (tối thiểu 100 °F)



2 THOA XÀ PHÒNG



3 CHÀ XÁT KỸ LƯỜNG
trong vòng 10–15 giây



4 RỬA LẠI BẰNG NƯỚC SẠCH



5 LAU KHÔ TAY



6 TẮT NƯỚC
bằng khăn giấy

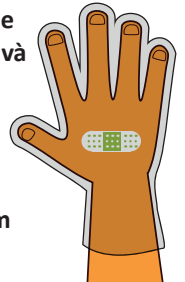
HÃY RỬA TAY...

- ✓ Khi vào bếp
- ✓ Sau khi chạm vào mặt, tóc, hay da
- ✓ Sau khi đi vệ sinh
- ✓ Sau khi xử lý các sản phẩm tươi sống có nguồn gốc từ động vật
- ✓ Sau khi đổ rác hoặc làm vệ sinh
- ✓ Sau khi xử lý **BẤT KỲ THỨ GÌ** bẩn



Nếu bạn bị đứt tay, hãy rửa tay, che chắn lại bằng một miếng gạc sạch, và đeo găng tay.

Nếu quý vị không thể rửa tay của mình vì có vết thương, nẹp, băng hoặc dây đeo, quý vị không thể làm việc với thực phẩm.



■ KHÔNG ĐƯỢC ĐỂ TAY TRẦN TIẾP XÚC VỚI THỰC PHẨM ĂN LIỀN

Không dùng tay trần xử lý thực phẩm ăn liền. **Sử dụng rào cản vật lý để ngăn nhiễm mầm bệnh có khả năng gây ra ngộ độc thực phẩm.** Những mầm bệnh này không thể bị loại bỏ hoàn toàn chỉ bằng rửa tay đúng cách.

Thực phẩm ăn liền bao gồm thức ăn nấu chín, rau quả tươi sống, thức ăn nướng chín, đồ ăn nhẹ và nước đá. Rào cản vật lý bao gồm giấy deli/nến, găng tay và đồ dùng như kẹp, muỗng và thìa.



VỆ SINH CÁ NHÂN



■ ĐỒNG PHỤC

- ✓ Mũ trùm tóc phù hợp
- ✓ Trang phục gọn gàng và sạch sẽ
- ✓ Tất cả các vết thương phải được che kín
- ✓ Không đeo vòng tay
- ✓ Nhẫn trơn
- ✓ Móng tay cắt ngắn và sạch sẽ



- ✗ Tóc bị xổ ra ngoài mũ bảo hộ
- ✗ Quần áo bẩn
- ✗ Vết thương hở và chảy máu
- ✗ Trang sức đeo tay
- ✗ Vòng nhẫn cầu kỳ hoặc đính trang sức
- ✗ Móng tay dài, sơn móng tay và/hoặc móng tay giả

■ CHÍNH SÁCH SỨC KHỎE CHO NHÂN VIÊN

Vệ sinh cá nhân bắt đầu ở nhà khi quý vị sẵn sàng đi làm mỗi ngày. Tất cả chúng ta đều mang theo mầm mống gây bệnh, những thứ gây ra bệnh tật. Là người xử lý thực phẩm, quý vị chịu trách nhiệm chăm sóc sức khỏe cho bản thân để phòng ngừa ngộ độc thực phẩm. Báo với chủ lao động nếu quý vị được chẩn đoán bị nhiễm khuẩn Salmonella, Sốt thương hàn, Shigella, Shiga làm sản sinh độc tố E.coli, Viêm gan A hoặc nhiễm vi rút Norovirus, hoặc nếu quý vị có bất kỳ triệu chứng nào sau đây:



NÔN MỬA



TIÊU CHẢY



ĐAU HỌNG KÈM SỐT



VẾT CẮT HOẶC VẾT THƯƠNG BỊ NHIỄM TRÙNG
trên bàn tay hoặc cánh tay



BỆNH VÀNG DA

MỘT CÁCH DỄ DÀNG ĐỂ NHỚ 6 DẠNG NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM CHÍNH

NGAY LẬP TỨC	Salmonella
CÁC	Sốt thương hàn
CHO	Vi khuẩn Shigella
CÔNG NHÂN	E. coli
BỊ ỐM	Viêm gan A
NGHỈ LÀM	Vi rút Norovirus


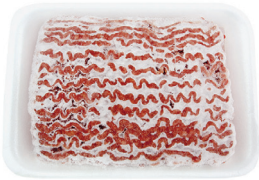



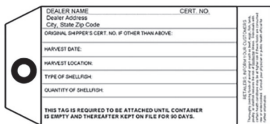

QUÝ VỊ KHÔNG THỂ LÀM VIỆC LẠI CHO TỚI KHI HẾT CÁC TRIỆU CHỨNG TRONG VÒNG 24 GIỜ KHÔNG SỬ DỤNG THUỐC.

NHỮNG NGUỒN THỰC PHẨM ĐƯỢC CHẤP NHẬN



■ THỰC PHẨM TỪ NGUỒN KHÔNG ĐƯỢC CHẤP NHẬN VÀ/HOẶC KHÔNG ĐƯỢC CHO PHÉP

Những ưu tiên số một... Ngay khi quý vị đã chấp nhận thực phẩm được giao, **quý vị không thể lần nữa biến thực phẩm không an toàn trở thành thực phẩm an toàn.** Thực phẩm cần kiểm soát thời gian/nhiệt để đảm bảo sự an toàn (TCS) đòi hỏi kiểm soát thời gian và nhiệt độ để hạn chế sự phát triển của vi sinh vật gây bệnh hoặc hình thành độc tố. Một **nguồn thực phẩm được chấp nhận là nhà cung cấp uy tín** khi đã được kiểm tra và tuân thủ các quy định. Quý vị lúc nào cũng phải kiểm tra thực phẩm trước khi chấp nhận chúng từ nhà cung cấp. Trong khi tiếp nhận, quý vị nên kiểm tra các yếu tố sau của thực phẩm:

<p>Nhiệt độ khi tiếp nhận thực phẩm TCS</p> <p>135°F <i>Thực phẩm nóng (trên 135°F)</i></p> <p>VÙNG NGUY HIỂM! <i>Khoảng giữa của 41°F và 135°F</i></p> <p>45°F <i>Có thể chấp nhận trứng và hải sản có vỏ còn sống ở 45°F</i></p> <p>41°F (HOẶC THẤP HƠN) <i>Thực phẩm lạnh (dưới 41°F) Thực phẩm đông lạnh nên được giữ ở trạng thái đông cứng</i></p>	<p>Sự lạnh mạnh tổng thể</p>  <p><i>Từ chối các hộp bị móp, phồng hoặc rò rỉ.</i></p>	<p>Thực phẩm đông lạnh</p>  <p><i>Từ chối thực phẩm đông lạnh có tinh thể băng hoặc chất lỏng trên bao bì.</i></p>
<p>Bị hỏng</p>  <p><i>Thực phẩm KHÔNG nên nhầy nhụa, dính dớp, phai màu hoặc có mùi hôi.</i></p>	<p>Ngày Hết hạn</p>  <p><i>Thực phẩm phải được sử dụng trong vòng thời hạn được ghi chú từ nhà sản xuất.</i></p>	<p>Dấu hiệu Nhiễm độc do Côn trùng hoặc Sự cố tràn</p>  <p><i>Các kiện thực phẩm phải còn sạch, khô và nguyên vẹn</i></p>
<p>Dán nhãn và Có hoá đơn thích hợp</p> <p><small>INGREDIENTS: Enriched Wheat Flour (Flour, Ferrous Sulfate (Iron), B Vitamins (Niacin, Thiamine Mononitrate (B1), Riboflavin (B2), Folic Acid)) Sugar, Corn Syrup, Water, High Fructose Corn Syrup, Vegetable and/or Animal Shortening (Contains one or more of: Partially Hydrogenated Soybean, Cottonseed, or Canola Oil, Beef Fat), Dextrose, Whole Eggs, Contains 2% or Less of: Modified Corn Starch, Cellulose Gum, Whey, Leavenings (Sodium Acid Pyrophosphate, Baking Soda, Monocalcium Phosphate), Salt, Carnauba, Corn Flour, Corn Syrup Solids, Mono and Diglycerides, Soy Lecithin, Polyorbate E0, Dextrin, Calcium Caseinate, Sodium Stearoyl Lactylate, Wheat Gluten, Calcium Sulfate, Natural and Artificial Flavors, Caramel Color, Sorbic Acid (to Retain Freshness), Color Added (Yellow 5, Red 40).</small></p> <p><i>Thực phẩm phải được xác định là thực phẩm gì và từ đâu tới.</i></p>	<p>Nhãn Hải sản Nhuyễn thể</p>  <p><i>Các nhãn hải sản nhuyễn thể phải được lưu hồ sơ trong vòng 90 ngày.</i></p>	<p>Loại bỏ Ký sinh trùng cho Một số loại Cá</p>  <p><i>Cá ăn tái hoặc sống phải có hướng dẫn từ nhà cung cấp giải thích cách cá bị đông cứng hoặc cách nuôi cá.</i></p>

👉 HÃY TỪ CHỐI NẾU THỰC PHẨM KHÔNG ĐẠT TIÊU CHUẨN THAY VÌ CHẤP NHẬN THỰC PHẨM TỪ NHÀ CUNG CẤP.

LUYỆN TẬP CHẤP NHẬN HAY TỪ CHỐI?

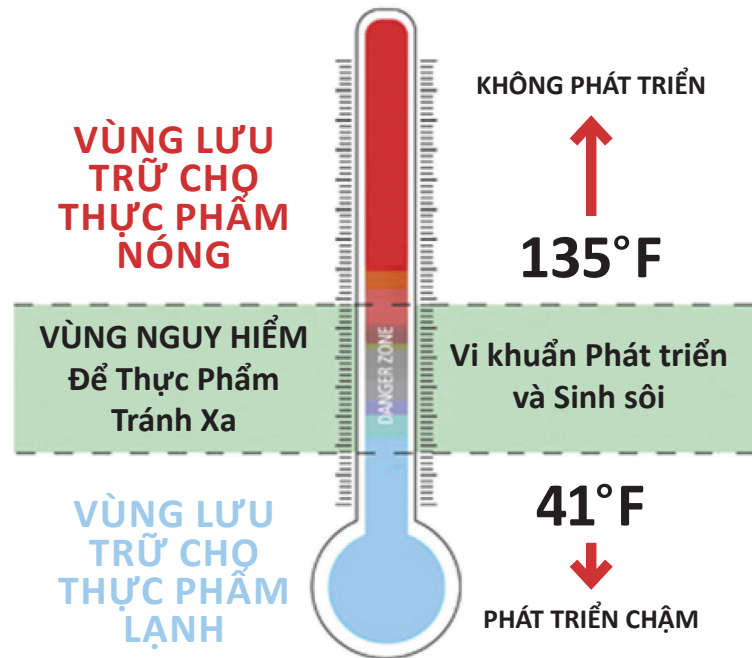
 <p>Sa-lát trộn bắp cải được đóng gói trong điều kiện tốt ở 45°F</p> <p>❌</p>	 <p>Trứng sống nguyên vỏ sạch sẽ và không bị vỡ ở 45°F</p> <p>✅</p>	 <p>Mắt cá trứng xương và đục ngầu</p> <p>❌</p>	 <p>Phô-mai Cheddar có những đốm mốc nhỏ</p> <p>❌</p>	 <p>Thịt bò tươi đàn hồi khi bị chạm vào</p> <p>✅</p>
--	--	--	--	--

NHIỆT ĐỘ THÍCH HỢP



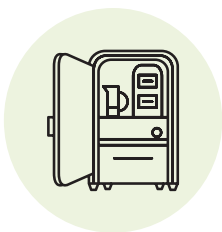
■ NHIỆT ĐỘ LƯU TRỮ

Dù nấu chín thực phẩm là cách duy nhất để giảm số lượng vi trùng sang mức an toàn, **quý vị phải bảo quản thực phẩm TCS ở đúng nhiệt độ để giữ an toàn.** Điều quan trọng là những thực phẩm cần kiểm soát thời gian và nhiệt độ để giữ an toàn tránh xa khỏi những vùng nhiệt độ nguy hiểm, nơi vi khuẩn phát triển nhanh nhất. Đảm bảo thực phẩm nóng còn nóng và thực phẩm lạnh còn lạnh! Khi dùng thời gian nhằm kiểm soát sức khỏe cộng đồng, các thực phẩm TCS được giữ ở nhiệt độ phòng nên được giữ trong một khoảng thời gian giới hạn rồi loại bỏ.



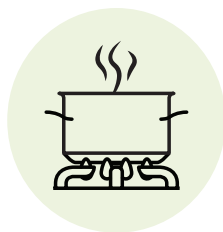
■ RÃ ĐÔNG THÍCH HỢP

Điều quan trọng là phải giữ thực phẩm ở nhiệt độ 41°F hoặc thấp hơn trước khi rã đông (tan đá). Áp dụng một phương pháp rã đông đã được chấp nhận:



TRONG TỦ LẠNH

Hãy lập kế hoạch trước - thực phẩm có kích thước lớn có thể mất vài ngày để rã đông. Duy trì tủ lạnh ở 41°F hoặc thấp hơn.



CÔNG ĐOẠN NẤU NƯỚC

Lấy trực tiếp thức ăn còn đông lạnh đem ra nấu. Việc này rất tốt đối với những thực phẩm có kích thước nhỏ.



TRONG LÒ VI SÓNG (PHẢI NẤU NGAY LẬP TỨC)

Ngay lập tức chuyển sang quy trình nấu thông thường hoặc nấu hoàn toàn trong lò vi sóng.



HOÀN TOÀN NGẬP DƯỚI DÒNG NƯỚC LẠNH ĐANG CHẢY

Đảm bảo nước chảy đủ nhanh để loại bỏ và đẩy trôi các hạt thực phẩm lỏng thong. Đảm bảo tất cả các phần của thực phẩm đều được hoàn toàn nhấn chìm dưới nước. Nước chảy phải lạnh; thực phẩm không nên vượt quá 41°F.

NHIỆT ĐỘ THÍCH HỢP



■ NẤU CHÍN

Nấu chín thực phẩm TCS ở nhiệt độ yêu cầu là cách duy nhất để giảm lượng vi trùng tới mức an toàn. Sử dụng nhiệt kế được căn chỉnh và vệ sinh để kiểm tra nhiệt độ của thực phẩm. Ấn nhiệt kế tới phần dày nhất của thực phẩm cách xa phần xương để đảm bảo tất cả các bộ phận của thực phẩm đều được nấu kỹ. Dùng thiết bị thích hợp để nấu và hâm nóng lại thực phẩm. Không được nấu thực phẩm trong thiết bị chỉ được dùng để lưu trữ thực phẩm nóng.

165°F

- Làm nóng lại thức ăn TCS đã chế biến trong nhà để giữ nóng trong vòng hai giờ đồng hồ
- Gia cầm: gà, vịt, gà tây
- Thực phẩm nhồi

155°F

- Thịt đã được làm mềm/tiêm và nghiền
- Trứng sống nguyên vỏ để giữ nóng

145°F

- Thịt nguyên cả bắp*
- Cá và hải sản
- Trứng sống nguyên vỏ để dùng ngay

135°F

- Rau, quả và ngũ cốc nấu chín để giữ nóng
- Hâm nóng lại thức ăn TCS chế biến sẵn trong vòng hai giờ
- Giữ nóng

VÙNG NGUY
HIỂM

• TRONG KHOẢNG GIỮA 41°F và 135°F

41°F

- Giữ lạnh
- Thực phẩm đông lạnh phải được duy trì ở trạng thái đông cứng

** Thịt nướng có thể được nướng ở nhiệt độ 130°F trong 112 phút hoặc theo biểu đồ nướng.*



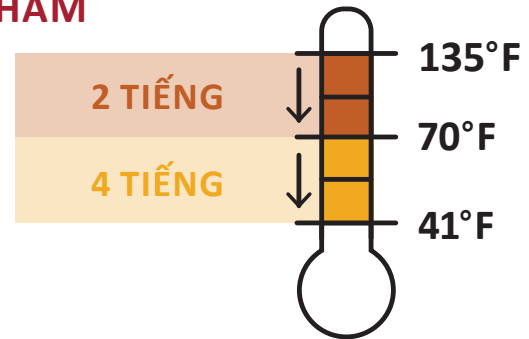
THỰC PHẨM TCS TƯƠI SỐNG CHỈ ĐƯỢC NẤU TÁI NẾU KHÁCH YÊU CẦU VÀ CÓ TƯ VẤN KHÁCH HÀNG TRÊN THỰC ĐƠN.

NHIỆT ĐỘ THÍCH HỢP



CÁC PHƯƠNG PHÁP LÀM NGUỘI THỰC PHẨM

Các thực phẩm TCS nóng phải tuân theo quy trình làm nguội hai giai đoạn: 135°F đến 70°F trong hai giờ và 70°F đến 41°F trong bốn giờ tiếp theo (tổng thời gian không vượt quá sáu giờ). **Làm nguội thực phẩm nhanh và an toàn là điều quan trọng để đảm bảo thực phẩm ở khu vực nhiệt độ nguy hiểm trong khoảng thời gian tối thiểu.** Sử dụng phương pháp đẩy nhanh tốc độ làm nguội, như sử dụng đá hoặc chia nhỏ thực phẩm nóng trong các chảo nông và sau đó đặt chúng vào trong tủ lạnh. Đảo đều thực phẩm để hơi nóng bay đi.



Ngày	Thực phẩm	Thời gian bắt đầu & Nhiệt độ	Vào lúc 1 Giờ	2 Tiếng	Từ 135°F đến 70°F trong hai tiếng?	3 Tiếng	4 Tiếng	5 Tiếng	6 Tiếng	70°F đến 41°F trong 4 giờ?
20 tháng 3	SÚP	9 giờ sáng 135°F	10 giờ sáng 120°F	11 giờ sáng 80°F		12 giờ trưa 65°F	1 giờ chiều 40°F			
27 tháng 6	CƠM	3 giờ chiều 135°F	4 giờ chiều 90°F	5 giờ chiều 68°F		6 giờ chiều 55°F	7 giờ tối 50°F	8 giờ tối 45°F	9 giờ tối 39°F	

Súp nên được làm nóng lại ở nhiệt độ 165°F trước hai giờ. Món súp đó phải được bỏ đi.

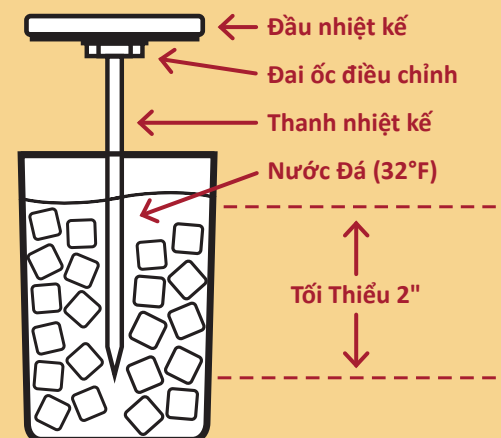
Cơm đáp ứng yêu cầu 70°F và sau đó là 41°F trong vòng sáu tiếng làm nguội.

CĂN CHỈNH NHIỆT KẾ

Một **nhiệt kế** là công cụ quan trọng nhất mà quý vị có để đảm bảo an toàn thực phẩm. Quan trọng là phải căn chỉnh nhiệt kế của quý vị trước khi kiểm tra nhiệt độ bên trong thực phẩm. Căn chỉnh thường xuyên từng nhiệt kế cũng như khi nó là nhiệt kế mới, và bất kể lúc nào nhiệt kế bị rơi. Dùng loại nhiệt kế thích hợp để đo nhiệt độ của thực phẩm.

CÁC BƯỚC CĂN CHỈNH ĐÚNG CỦA NHIỆT KẾ THANH

1. Cho đá vào đầy bình đựng.
2. Châm nước sạch (không được để đá nổi lên).
3. Nhúng nhiệt kế vào nước đá.
4. Khuấy đều.
5. Để 30 giây trước khi điều chỉnh đến 32°F.



Ô NHIỄM THỰC PHẨM



■ NHIỄM CHÉO

Nhiễm chéo xảy ra khi vi trùng di chuyển từ thực phẩm này sang bề mặt của thực phẩm khác.

Ngộ độc thực phẩm là do:

- Thêm nguyên liệu bẩn vào thức ăn.
- Bề mặt tiếp xúc với thực phẩm (thiết bị và dụng cụ) không được rửa và vệ sinh đúng cách.
- Cho phép thực phẩm tươi sống tiếp xúc hoặc nhỏ giọt lên thực phẩm ăn liền.
- Bàn tay chạm vào thực phẩm bẩn sau đó chạm vào thực phẩm ăn liền.

Tránh các cách nhiễm chéo khác bằng cách:

- Sử dụng riêng thớt và dụng cụ dành cho các nguyên vật liệu (ví dụ: trứng sống nguyên vỏ, thịt, cá, gia cầm) và thực phẩm ăn liền hoặc vệ sinh thiết bị giữa những lần sử dụng.
- Tách biệt dụng cụ dơ bẩn cách xa thực phẩm hoặc dụng cụ sạch.
- Bắt đầu với bề mặt chế biến sạch sẽ, vệ sinh và lau chùi tất cả các bề mặt chế biến, thiết bị và dụng cụ sau mỗi nhiệm vụ.
- Nước đá để sử dụng thì không được lưu trữ bất kỳ thứ gì trong đó.



■ LÀM SẠCH & VỆ SINH

Chùi rửa trang thiết bị càng thường xuyên càng tốt nhằm đảm bảo chúng luôn sạch sẽ và vệ sinh. Trong thời gian sử dụng, làm sạch và vệ sinh các dụng cụ cũng như trang thiết bị 4 giờ/lần.

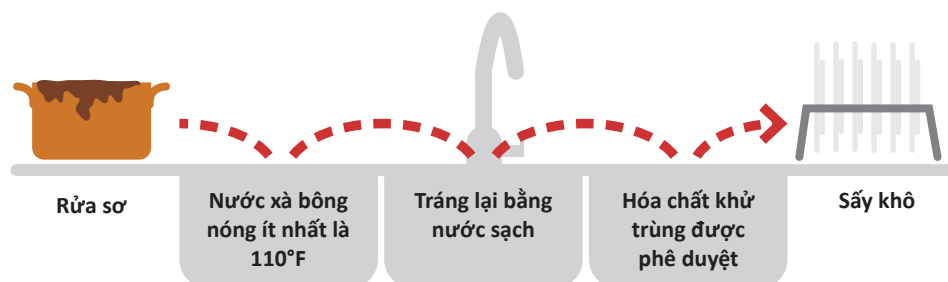


XÔ ĐỰNG CHẤT KHỬ TRÙNG —

Clo và Quaternary Ammonia (Quats) là những chất khử trùng được phê duyệt. Làm theo khuyến cáo của nhà sản xuất về nồng độ và thời gian tiếp xúc phù hợp. Sử dụng giấy thử để kiểm tra nồng độ của chất tẩy trùng. Luôn để khăn lau trong xô đựng chất tẩy trùng nếu thực phẩm đang được phục vụ hoặc chế biến.

BỒN RỬA BA NGĂN —

Luôn sử dụng bồn rửa chén ba ngăn được lắp đặt chuẩn xác để rửa đồ bếp đúng cách và tuân theo năm bước: rửa sơ (nạo/vét), rửa, tráng, khử trùng và sấy khô.



MÁY RỬA CHÉN

(NHIỆT ĐỘ CAO VÀ HOÁ CHẤT) —

Quá trình khử trùng sẽ làm giảm số lượng vi trùng về mức an toàn. Hóa chất và nhiệt độ được sử dụng để khử trùng các bề mặt tiếp xúc với thực phẩm. Đọc hướng dẫn sử dụng hoặc nhãn thông tin trên máy để sử dụng đúng cách. Nhiệt độ bề mặt của các bề mặt tiếp xúc thực phẩm trong máy rửa chén nhiệt độ cao phải đạt thấp nhất là 160°F. Sử dụng giấy thử để đo nồng độ đúng của hóa chất khử trùng. Đo nhiệt độ của máy rửa chén nhiệt độ cao bằng nhiệt kế min-max hoặc băng nhạy nhiệt.

Ô NHIỄM THỰC PHẨM



■ CÁC NGUỒN NHIỄM BẮN KHÁC

RỬA THỰC PHẨM —

Rửa trái cây và rau dưới dòng nước đang chảy trước khi cắt, trộn với các nguyên liệu khác, hoặc nấu. Sâu và bụi bẩn có thể ẩn dưới các lớp lá bên trong của thực phẩm. Loại bỏ các lớp lá bên ngoài và tách rời các lá của rau xà lách cũng như cải bó xôi. Rửa thật kỹ. Cắt bỏ những chỗ bị thâm tím hoặc hư hỏng trong quá trình chuẩn bị rau củ và trái cây.

LƯU TRỮ VẬT DỤNG —

Lưu trữ vật dụng theo nguyên tắc sau:

- Các tay cầm quay về cùng một hướng.
- Đặt trên bề mặt tiếp xúc thực phẩm trơn láng, dễ lau chùi
- Trong nước từ 41°F trở xuống, 135°F trở lên
- Dưới dòng nước đang chảy

KIỂM SOÁT SÂU BỆNH (LOÀI GẶM NHẮM VÀ CÔN TRÙNG) —

Ví dụ về các sâu bệnh bao gồm **gián**, **ruồi**, và **động vật gặm nhấm**.

Quản Lý Dịch Hại Tổng Hợp (IPM) là một chuỗi các phương pháp phòng ngừa được sử dụng để tránh xa sâu bệnh và kiểm soát lây nhiễm:

- Ngăn chặn tiếp cận, thực phẩm và nơi bảo quản.
- Làm việc với nhân viên kiểm soát sâu bệnh được cấp phép.
- Bịt tất cả các khoảng trống và chỗ hở trên sàn, tường và trần nhà.
- Đóng các cửa, màn và cửa sổ để tránh xa sâu bệnh.
- Để quạt chắn gió luôn hoạt động.

Các dấu hiệu của sâu bệnh phá hoại bao gồm:

- Thấy sâu bệnh có nhiều kích cỡ và giai đoạn phát triển khác nhau.
- Hoạt động của sâu bệnh được ghi lại trên báo cáo của nhân viên kiểm soát sâu bệnh được cấp phép.
- Tìm thấy phân của động vật gặm nhấm trên sàn nhà hay thiết bị hoặc phân gián (những đốm đen nhỏ) trên tường và sàn.
- Vết cắn trên các thùng chứa thực phẩm.

Thấy một loài gặm nhấm phải ngay lập tức tham vấn kiểm soát côn trùng. Không dùng các loại thuốc diệt côn trùng có nhãn "chỉ dùng cho gia đình." Chỉ có nhân viên xử lý côn trùng được chứng nhận mới có thể dùng các thuốc diệt côn trùng bị hạn chế.



HÚT THUỐC/ĂN UỐNG TRONG NHÀ BẾP —

Các quy định liên quan đến hút thuốc và ăn uống trong nhà bếp:

- Cấm ăn, hút thuốc và uống trong khi chuẩn bị hoặc phục vụ thức ăn, trong khi đang ở trong khu vực được dùng để chuẩn bị hoặc phục vụ thức ăn, hoặc trong khi đang ở trong khu vực được dùng để vệ sinh thiết bị và dụng cụ.
- Chỉ được phép ăn và hút thuốc trong những khu vực được chỉ định ở xa khu vực thực phẩm hoặc rửa đồ dùng.
- Khu vực hút thuốc phải tuân thủ Điều Lệ Không Khí Trong Nhà Sạch Nevada.

BẢO QUẢN TRONG TỦ LẠNH



Bảo quản và chuẩn bị thực phẩm đúng cách là yếu tố then chốt để ngăn ngừa ngộ độc thực phẩm. Lưu trữ và chuẩn bị thực phẩm để bảo vệ thực phẩm khỏi nhiễm chéo.

Tất cả thực phẩm chế biến sẵn phải được bao gói, dán nhãn và ghi ngày trước khi lưu trữ.

Thực phẩm TCS chế biến sẵn phải được ghi ngày tháng và sử dụng trong vòng bảy ngày.

Thực phẩm được nấu chín và thực phẩm ăn liền

Hoa quả và rau rủ đã được rửa sạch, chuẩn bị

Hoa quả và rau củ chưa được rửa

Cá, hải sản, thịt nguyên miếng và trứng

Thịt nghiền thô

Gà, gà tây, gia cầm sống và thực phẩm nhồi

Đặt nhiệt kế ở điểm ấm nhất của thiết bị này.

Bảo quản cách mặt sàn tối thiểu sáu inch.

Phải đậy thực phẩm, bảo quản sản phẩm động vật sống phía dưới và tránh xa thực phẩm ăn liền, sử dụng thiết bị/dụng cụ sạch sẽ và vệ sinh và yêu cầu toàn bộ nhân viên có thái độ hành nghề tốt sẽ giúp thực phẩm an toàn.

BẢNG CHÚ GIẢI THUẬT NGỮ



Nguồn/Nhà cung cấp được phê duyệt

Một người trồng trọt, nhà cung cấp, nhà sản xuất hay nhà chế biến hay bất kỳ cá nhân, tổ chức nào cung cấp thực phẩm để bán hay tiêu dùng mà được cấp có thẩm quyền về y tế chấp nhận, dựa trên quyết định phù hợp với các nguyên tắc, thực tiễn và các tiêu chuẩn được công nhận rộng rãi bảo đảm về sức khỏe cộng đồng.

Căn chỉnh

So với tiêu chuẩn được thừa nhận, thì căn chỉnh là điều chỉnh để đạt được mức chính xác của một công cụ đo như nhiệt kế.

Tư vấn tiêu dùng

Một tuyên bố dưới dạng văn bản cung cấp thông tin cho người dùng về nguy cơ ngộ độc thực phẩm cao khi sử dụng các sản phẩm động vật sống hoặc chưa được nấu chín, và xác định bất kỳ mục nào trong thực đơn của đơn vị xử lý thực phẩm có chứa sản phẩm động vật sống hoặc nấu chưa chín.

Nhiễm bệnh

Sự hiện diện của những vật liệu không liên quan, đặc biệt dễ gây nhiễm trùng, từ đó tạo nên một chất hoặc tạo điều kiện không sạch sẽ hoặc gây hại. Ba dạng nhiễm bẩn bao gồm nguy hại về cơ học, sinh học và hóa học.

Làm nguội

Quy trình gồm hai giai đoạn làm giảm nhiệt độ thực phẩm một cách nhanh chóng. Công đoạn một là làm nguội từ 135°F đến 70°F trong hai tiếng, tiếp đến công đoạn 2 từ 70°F đến 41°F trong bốn tiếng. Toàn bộ quy trình làm nguội không được vượt quá 6 tiếng.

Nhiễm chéo

Sự lây lan vi trùng, vi sinh vật hoặc các chất gây hại khác như hóa chất từ bề mặt này sang bề mặt khác do thiết bị, quy trình hoặc sản phẩm không được xử lý đúng cách hoặc không được vệ sinh.

Chính sách Sức khỏe cho Nhân viên

Quy trình để xác định và hạn chế/loại trừ nhân viên có thể truyền nguồn gây ngộ độc thực phẩm trong thực phẩm. Nó cũng cung cấp các biện pháp can thiệp vệ sinh nhằm ngăn chặn sự lan truyền của vi rút và vi khuẩn gây ngộ độc thực phẩm trong đơn vị xử lý thực phẩm.

Thiết bị

Đồ dùng được sử dụng trong hoạt động của cơ sở thực phẩm

bao gồm nhưng không giới hạn là tủ đông, máy xay, máy hút mùi, máy làm đá, hộp chứa thịt, máy trộn, lò nướng, tủ lạnh, cân, chậu rửa, máy thái, bếp và bàn.

Thực phẩm

Một nguyên vật liệu sống, chín hoặc đã qua chế biến, đá, đồ uống hoặc một thành phần được dùng hoặc dành cho sử dụng hoặc bán một phần hoặc toàn bộ cho người tiêu thụ. Kẹo cao su cũng được coi là thực phẩm.

Ngộ độc thực phẩm

Ảnh hưởng có hại đến sức khỏe sinh ra từ việc ăn uống những thực phẩm hoặc đồ uống bị nhiễm bẩn hoặc làm giả.

Vi trùng

Vi sinh vật, đặc biệt là vi sinh vật gây bệnh.

Mối nguy hại Sắp xảy ra cho Sức khỏe

Mối đe dọa hay nguy hại đáng kể tới sức khỏe được xem là hiện hữu khi có đủ bằng chứng cho rằng một sản phẩm, thực tiễn, hoàn cảnh, hoặc sự kiện gây ra một tình huống phải được sửa chữa ngay hoặc dừng hoạt động như mất nước, sự tích tụ chất thải hoặc sâu bệnh phá hoại.

Phá hoại

Sự hiện diện của côn trùng hoặc động vật thường với số lượng lớn tại một địa điểm, thường gây thiệt hại hoặc bệnh tật.

Ký sinh trùng

Một sinh vật sống cùng hoặc trên một sinh vật khác (vật chủ) và hưởng lợi bằng cách hút chất dinh dưỡng của vật chủ.

Người phụ trách

Một Cá Nhân hiện diện tại một đơn vị xử lý thực phẩm, người có kiến thức và chịu trách nhiệm về hoạt động của đơn vị đó.

Côn trùng

Bất kỳ côn trùng không được mong muốn và phá hoại hoặc động vật khác gây hại cho thực phẩm hoặc cây trồng và có thể phát tán bệnh tật thông qua nhiễm chéo.

Thuốc diệt côn trùng

Một chất hoặc một tác nhân dùng để diệt côn trùng, được một nhân viên kiểm soát côn trùng có chứng nhận dùng đến trong một cơ sở thực phẩm.

BẢNG CHÚ GIẢI THUẬT NGỮ



Hâm nóng

Tạo lại nhiệt cho sản phẩm thực phẩm đã được nấu chín trước đó.

Thực phẩm ăn liền (RTE)

Thực phẩm có thể ăn được mà không cần chuẩn bị hay nấu thêm.

Khử trùng

Dùng nhiệt độ cao hoặc hóa chất trên bề mặt tiếp xúc với thực phẩm sạch để giảm vi trùng hoặc vi sinh vật gây bệnh đến những mức chấp nhận được.

Nhuẩn thể trong vỏ

Các loài nhuyễn thể hai mảnh vỏ sống như nghêu, hào, hay trai.



Các triệu chứng

Một dấu hiệu hoặc biểu hiện của rối loạn hoặc bệnh tật, thường là thay đổi có thể nhận thấy liên quan đến cách mà con người cảm nhận hoặc quan sát.

Nhiệt độ

Mức nóng hoặc lạnh mà nhiệt kế đo được trong một sản phẩm.

Khu vực Nhiệt độ Nguy hiểm

Mức nhiệt độ mà vi trùng hoặc vi sinh vật sinh sôi ở tốc độ không an toàn (giữa 41°F-135°F).

Rã đông

Thay đổi trạng thái rắn, đông sang nhiệt độ bảo quản trong tủ lạnh bằng một phương pháp được chứng nhận. Cũng được biết đến là tan băng.

Nhiệt kế

Một dụng cụ được thiết kế để đo nhiệt độ.

Kiểm Soát Thời Gian và Nhiệt Độ để đảm bảo An Toàn (TCS)

Thực phẩm cần được kiểm soát thời gian và nhiệt độ để đảm bảo an toàn nhằm hạn chế sự sinh trưởng của vi sinh vật gây bệnh hay hình thành độc tố, chẳng hạn như thịt, cá, trứng, sữa và rau diếp thái.

Sử dụng Thời gian nhằm Kiểm soát Y tế Cộng đồng

Một quy trình trong đó thời gian được sử dụng để kiểm soát sự phát triển của vi trùng hoặc vi sinh vật. Thực phẩm được giữ bằng quy trình này phải được phục vụ, bán hoặc loại bỏ sau bốn tiếng đồng hồ.

Dụng cụ nhà bếp

Một đồ dùng hoặc đồ chứa có tiếp xúc với thực phẩm được sử dụng để bảo quản, chế biến, vận chuyển, phân phát, bán hoặc phục vụ thực phẩm là đồ được sử dụng nhiều hoặc một lần như giấy deli, kẹp, thìa, muối, muỗng...



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

FOOD



HANDLER