

Chủ trì tổ chức thực hiện

Dự án “An toàn thực phẩm vì sự phát triển” (Dự án SAFEGRO) được thực hiện bởi Alinea International và Đại học Guelph (Canada), phối hợp với Cục Chất lượng, Chế biến, và Phát triển thị trường, Bộ Nông nghiệp và Môi trường.

Bản quyền

© 2025 Dự án “An toàn thực phẩm vì sự phát triển” (Dự án SAFEGRO), Công ty Alinea International và Đại học Guelph (Canada), Cục Chất lượng, Chế biến, và Phát triển thị trường sản (NAFIQPM) - Bộ Nông nghiệp và Môi trường.

Các tổ chức cá nhân có thể tái bản ấn phẩm này vì mục đích giáo dục hoặc phi lợi nhuận mà không cần sự đồng ý trước bằng văn bản của nơi giữ bản quyền nhưng phải ghi rõ nguồn.

Tài liệu này được xây dựng và xuất bản với sự tài trợ của Bộ Các vấn đề toàn cầu Canada (GAC).

Dự án “An toàn thực phẩm vì sự phát triển” (Dự án SAFEGRO) do Chính phủ Canada viện trợ không hoàn lại. Thời gian thực hiện Dự án từ 2020 - 2026 với kinh phí tài trợ là 15,3 triệu đô Canada. Bộ Nông nghiệp và Môi trường (trước đây là Bộ Nông nghiệp và Phát triển nông thôn) là Cơ quan chủ quản của Dự án, triển khai với sự phối hợp của Bộ Y tế, Bộ Công thương và các cơ quan liên quan về an toàn thực phẩm tại Việt Nam. Mục tiêu tổng thể của dự án là hỗ trợ phát triển và thực thi các quy định về ATTP được xây dựng trên cơ sở khoa học và phương pháp tiếp cận dựa trên nguy cơ, hỗ trợ nâng cao nhận thức về ATTP cho người tiêu dùng và thúc đẩy thay đổi hành vi dẫn tới gia tăng nhu cầu và tiêu thụ nông sản an toàn, giá cả phải chăng ở Việt Nam.

HƯỚNG DẪN THỰC HÀNH

ĐẢM BẢO AN TOÀN THỰC PHẨM TRONG BẾP ĂN TRƯỜNG MẦM NON



MỤC LỤC

PHẦN I: BỐI CẢNH.....	3
PHẦN II: HƯỚNG DẪN KIỂM TRA KHI NHẬN NGUYÊN LIỆU THỰC PHẨM	5
Hướng dẫn kiểm tra rau, củ quả.....	5
Hướng dẫn kiểm tra cá, tôm tươi.....	5
Hướng dẫn kiểm tra thịt.....	6
Kiểm tra thực phẩm đóng hộp hoặc bao gói sẵn	6
PHẦN III: CÁC MỐI NGUY VỀ AN TOÀN THỰC PHẨM TRONG NHÀ BẾP VÀ THỰC HÀNH KIỂM SOÁT MỐI NGUY	7
Mối nguy vật lý	7
Mối nguy hóa học	7
Mối nguy sinh học.....	8
PHẦN IV: CÁC QUY TRÌNH THỰC HÀNH VỆ SINH	11
SOP – 01: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN VỆ SINH CÁ NHÂN	11
SOP – 02: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN RỬA TAY.....	12
SOP – 03: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN RỬA RAU, CỦ, QUẢ	14
SOP – 04: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN VỆ SINH BỀ MẶT TIẾP XÚC VỚI THỰC PHẨM	17
SOP-05: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN RỬA BÁT, DỤNG CỤ ĂN UỐNG, DỤNG CỤ ĐỰNG VÀ NẤU THỨC ĂN	19
SOP-06: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN VỆ SINH NHÀ BẾP.....	20
PHỤ LỤC 1: BỆNH DO VI KHUẨN Ô NHIỄM TRONG THỰC PHẨM VI KHUẨN GÂY RA	23
PHỤ LỤC 2: MỘT SỐ BỆNH TRUYỀN QUA THỰC PHẨM THƯỜNG GẶP.....	25
TÀI LIỆU THAM KHẢO	28

LỜI NÓI ĐẦU

Tài liệu này được xây dựng trong khuôn khổ của Dự án An toàn thực phẩm vì sự phát triển (gọi tắt là SAFEGRO) do chính phủ Canada tài trợ. Tài liệu được thiết kế cung cấp cho nhân viên nhà bếp và giáo viên trường mầm non. Nội dung của tài liệu là hướng dẫn thực hành cơ bản nhất nhằm đảm bảo vệ sinh và an toàn thực phẩm trong bếp ăn tập thể của trường mầm non. Đồng thời, thông qua tài liệu này, giáo viên cũng nắm được kiến thức cơ bản làm giàu kiến thức cho giáo viên khi triển khai các bài học về an toàn thực phẩm ở trên lớp cho trẻ từ 3-5 tuổi.

Chúng tôi hoan nghênh mọi ý kiến đóng góp để tài liệu tốt hơn. Mọi ý kiến xin được gửi chuyên gia biên soạn tài liệu dưới đây:

Tô Liên Thu: Chuyên gia an toàn thực phẩm, dự án SAFEGRO.
Email: tolienthu@gmail.com

Hoàng Thị Minh Thu: Chuyên gia an toàn thực phẩm, dự án SAFEGRO
Email: thuhoangminh2002@gmail.com

Phùng Thị Yến: Chuyên gia giới, dự án SAFEGRO
Email: yenphung@alineainternational.com



PHẦN I: BỐI CẢNH

Trẻ em dưới 5 tuổi nếu sử dụng thực phẩm không an toàn sẽ có nguy cơ cao mắc bệnh, thậm chí bị biến chứng về sức khỏe sau này. Hệ thống miễn dịch của trẻ nhỏ chưa hoàn thiện nên khả năng chống lại nhiễm khuẩn không như người lớn. Axit dạ dày của trẻ nhỏ cũng ít hơn, nên khả năng tiêu diệt vi khuẩn có hại kém. Tất cả điều này làm cho trẻ dễ mắc bệnh hơn [1]. Báo cáo của Tổ chức Y tế thế giới (WHO) năm 2015, ước tính gánh nặng toàn cầu về các bệnh liên quan đến thực phẩm cho biết gần một phần ba (30%) tổng số ca tử vong là ở trẻ em dưới 5 tuổi [2]. An toàn thực phẩm (ATTP) đối với trẻ nhỏ phụ thuộc rất nhiều vào cách chuẩn bị thức ăn của cha mẹ và việc phục vụ ăn uống ở nhà trường.

Chiến lược Quốc gia về ATTP giai đoạn 2011 – 2020 và tầm nhìn 2030(1) là một trong những nỗ lực của Chính phủ Việt Nam nhằm cải thiện ATTP [3]. Năm 2019, Chính phủ ban hành Quyết định số 41/QĐ-TTg, phê duyệt đề án về “Bảo đảm dinh dưỡng hợp lý và tăng cường hoạt động thể lực cho trẻ em, học sinh, sinh viên để nâng cao sức khỏe, dự phòng bệnh ung thư, tim mạch, đái tháo đường, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính và hen phế quản giai đoạn 2018 - 2025”. Quyết định 41/QĐ-TTg ban hành những mục tiêu then chốt để đảm bảo ATTP tại nhà trường đó là 100% nhân viên làm việc tại bếp ăn tập thể trong các cơ sở giáo dục được bồi dưỡng kiến thức về dinh dưỡng hợp lý và ATTP và 100% các cơ sở giáo dục và giáo dục nghề nghiệp có bếp ăn bán trú trong trường học bảo đảm các điều kiện về vệ sinh an toàn thực phẩm [4].

Theo báo điện tử VietnamPlus ngày 1/8/2023 năm học 2022-2023, toàn quốc có 15.334 trường mầm non [5]. Phần lớn các trường đều có nhà bếp để phục vụ bữa ăn cho trẻ. Điều này cho thấy thực hành ATTP ở bếp ăn trường học rất quan trọng. Tuy nhiên, đến nay chưa có tài liệu hướng dẫn cụ thể về thực hành ATTP ở bếp ăn tập thể trường mầm non sát với điều kiện thực tế. Kết quả khảo sát thí điểm về kiến thức, thái độ, và thực hành về ATTP của cán bộ, nhân viên bếp ăn trường mầm non Văn Đức cho thấy gần một nửa số người được khảo sát trả lời chưa đúng 50% câu hỏi.

Trong bối cảnh này, Dự án An toàn thực phẩm vì sự phát triển (Safe Food For Growth, gọi tắt là SAFEGRO) do Chính phủ Canada tài trợ đã triển khai thí điểm mô hình Giáo dục ATTP có trách nhiệm giới tại các trường Mầm non huyện Thanh Oai, Hà Nội. Mục đích chính của mô hình là nhằm thúc đẩy các thực hành tốt về ATTP trong trường học cho nhân viên nhà bếp, giáo viên, học sinh, và phụ huynh. Hoạt động chính đã triển khai ở các trường Mầm non huyện Thanh Oai, Hà Nội năm học 2023 - 2024 gồm:

- Đánh giá trước can thiệp thực hành ATTP theo bảng kiểm đã được chuẩn hoá theo quy định của Bộ Y tế.
- Khảo sát đầu vào và đầu ra về kiến thức, thái độ, hành vi (KAP) với toàn bộ nhân viên bếp ăn và lãnh đạo nhà trường phụ trách chăm sóc và nuôi dưỡng trẻ.
- Cải thiện điều kiện về ATTP cho bếp ăn trường học thông qua cung cấp các thiết bị, dụng cụ nhỏ.
- Cung cấp tài liệu tập huấn và quy trình thực hành chuẩn (SOPs) áp dụng cho bếp ăn tập thể của trường.
- Tập huấn thông qua hướng dẫn thực hành cho toàn bộ nhân viên nhà bếp trong từng công đoạn sơ chế, chế biến thực phẩm.
- Cung cấp hướng dẫn thực hành sát với điều kiện thực tế của bếp ăn trường mầm non là một trong những biện pháp nhằm cải thiện ATTP ở trường. Tài liệu “Hướng dẫn thực hành đảm bảo an toàn thực phẩm trong bếp ăn trường mầm non” được soạn thảo dựa vào nguyên tắc về ATTP và thực tế hoạt động của bếp ăn trường mầm non.

Mục đích của tài liệu

- Cung cấp kiến thức cơ bản về kiểm soát nguyên liệu thực phẩm đầu vào của nhà bếp.
- Cung cấp kiến thức cơ bản về ATTP trong quá trình sơ chế, chế biến thức ăn.
- Cung cấp các SOP về thực hành ATTP trong bếp ăn.

Đối tượng sử dụng

- Nhân viên chế biến thực phẩm trong các bếp ăn tập thể trường mầm non
- Người quản lý ATTP trong trường mầm non.
- Cán bộ quản lý về ATTP thuộc các cơ quan chuyên ngành có liên quan.



PHẦN II: HƯỚNG DẪN KIỂM TRA KHI NHẬN **NGUYÊN LIỆU THỰC PHẨM**

Theo quy định của Luật An toàn thực phẩm “Nguyên liệu dùng để chế biến thực phẩm phải còn thời hạn sử dụng, có nguồn gốc, xuất xứ rõ ràng, bảo đảm an toàn và giữ nguyên các thuộc tính vốn có của nó” [6]. Vì vậy, các trường mầm non phải ký hợp đồng với các tổ chức, cá nhân có đăng ký kinh doanh thực phẩm. Các tổ chức, cá nhân này phải chịu trách nhiệm về nguồn gốc và ATTP đối với các mặt hàng đã ký hợp đồng. Việc kiểm tra soát chất lượng thực phẩm khi nhập vào bếp ăn được hướng dẫn dưới đây:

Hướng dẫn kiểm tra rau, củ quả

- Loại rau, củ quả phải đúng với đơn đặt hàng, đơn vị cung cấp thực phẩm phải đúng như hợp đồng đã ký.
- Rau ăn lá hoặc rau ăn củ còn tươi, không dập nát, không còn đất bám và không có mùi lạ.

Hướng dẫn kiểm tra cá, tôm tươi

- Loại cá hoặc tôm phải đúng với đơn đặt hàng, đơn vị cung cấp thực phẩm đúng với hợp đồng đã ký.
- Kiểm tra cá: Nhìn bên ngoài mắt cá trong, sáng, hơi lồi. Mắt đục, trũng hoặc đổi màu là dấu hiệu của cá không còn tươi. Dùng ngón tay ấn nhẹ vào thân cá, nếu cá tươi, cơ thịt chắc và đàn hồi trở lại. Màu sắc toàn thân cá tươi sáng bóng đồng đều. Vây cá sáng bóng, vảy gắn chặt vào thân cá. Cá biển tươi có mùi mặn nhẹ, cá nước ngọt tươi có mùi tanh nhẹ.
- Kiểm tra tôm: Tôm tươi thường có bề ngoài trong mờ hơi sáng bóng. Đầu và vỏ còn nguyên vẹn và chắc, không có dấu hiệu bị đổi màu hoặc hư hỏng. Dùng ngón tay ấn nhẹ vào tôm tươi có cơ thịt chắc và đàn hồi. Tôm tươi không được có mùi tanh nồng hoặc khó chịu. Màu sắc của tôm tươi thay đổi tùy theo loài nhưng nhìn chung chúng có màu trắng xanh, trắng vàng (tôm thẻ) hoặc màu xanh đậm, với những đường sọc ngang màu vàng, màu nâu và màu đen (tôm sú). Mắt tôm tươi trong và sáng bóng, có chấm đen ở giữa. Mắt đục hoặc trũng là dấu hiệu cho thấy tôm không còn tươi. Chân và râu của tôm tươi phải còn nguyên vẹn và cử động tự do.

Hướng dẫn kiểm tra thịt

- Thịt phải đúng với loại đã đặt hàng, đơn vị cung cấp thực phẩm đúng như hợp đồng đã ký.

Đối với thịt bò:

- Thịt bò tươi có màu đỏ đậm, ấn nhẹ tay vào miếng thịt cảm giác ẩm, dẻo dính và đàn hồi. Thịt bò có màu nâu xám hoặc xỉn màu, khô hoặc dính nhớt và nhầy nhụa là dấu hiệu thịt hư hỏng hoặc bảo quản không đúng cách. Mỡ trên thịt bò có màu trắng hoặc vàng nhạt. Thịt bò tươi có mùi hơi tanh (mùi kim loại nhẹ).
- Kiểm tra bên ngoài của miếng thịt để đảm bảo thịt không có ổ viêm hay áp se, dùng dao rạch sâu trong thớ cơ để kiểm tra gạo bò (để tìm hiểu thông tin về bệnh gạo bò tham khảo phụ lục 2).

Đối với thịt lợn:

- Thịt lợn tươi có màu đỏ hồng, ấn tay nhẹ vào miếng thịt có cảm giác ẩm, dính và đàn hồi có mùi đặc trưng của thịt lợn, Thịt lợn có màu nâu xám, xỉn màu hoặc mặt thịt ướt và nhầy nhụa là thịt bị hư hỏng hoặc bảo quản không đúng cách. Mỡ trên thịt lợn tươi phải có màu trắng khi chạm vào chắc chắn.
- Không nhận thịt lợn có bề ngoài xám hoặc xỉn màu vì điều này cho thấy thịt đã bị oxy hóa và hư hỏng. Khi chạm tay vào bề mặt thịt lợn tươi cảm giác ẩm và hơi dính. Thịt lợn bị khô, dính nhớt, nhầy nhụa là dấu hiệu của sự hư hỏng hoặc bảo quản không đúng cách. Tránh thịt lợn có mùi nồng hoặc khó chịu đó là dấu hiệu thịt đã bị hư hỏng hoặc bị ô nhiễm.
- Kiểm tra bên ngoài của miếng thịt để đảm bảo không có ổ viêm hay áp se, dùng dao rạch sâu trong thớ cơ để kiểm tra gạo lợn (để tìm hiểu thông tin về bệnh gạo lợn tham khảo phụ lục 2).

Đối với thịt gà

- Thân thịt gà tươi thường có màu trắng hơi hồng hoặc vàng nhạt. Ấn tay vào thân thịt phải chắc và đàn hồi. Nếu thân thịt có phần mềm hoặc nhão là dấu hiệu của sự bị hư hỏng. Da gà tươi phải mịn và nguyên vẹn, không bị khô hay nứt. Kiểm tra toàn thân thịt xem có bất kỳ mảng đổi màu nào không, loại bỏ nếu phát hiện các đốm xanh hoặc đen (có thể do vi sinh vật phát triển hoặc thịt tự phân hủy). Thân thịt gà phải không có mùi hôi.

Kiểm tra thực phẩm đóng hộp hoặc bao gói sẵn

- Loại thực phẩm phải đúng với đơn đặt hàng, đơn vị cung cấp thực phẩm đúng như hợp đồng đã ký
- Kiểm tra các giấy tờ liên quan đến sản phẩm (Giấy chứng nhận đủ điều kiện an toàn thực phẩm, Giấy tiếp nhận công bố hợp quy hoặc Giấy xác nhận công bố phù hợp quy định an toàn thực phẩm đối với sản phẩm...) đối với các sản phẩm nhập lần đầu.
- Kiểm tra tính toàn vẹn của gói hàng, sản phẩm còn nguyên tem, nhãn, không nhận các sản phẩm có dấu hiệu hư hỏng, rò rỉ, bị móp hoặc bị phồng.
- Kiểm tra hạn sử dụng, kiểm tra cảm quan về chất lượng, đảm bảo rằng sản phẩm chưa hết hạn sử dụng. Thực phẩm hết hạn sử dụng có thể giảm hương vị và dinh dưỡng, sử dụng thực phẩm này có thể gây nguy hiểm cho sức khỏe.
- Kiểm tra bao bì để biết thông tin cảnh báo về chất gây dị ứng và thực phẩm có thành phần gây dị ứng.

PHẦN III: CÁC MỐI NGUY VỀ AN TOÀN THỰC PHẨM TRONG NHÀ BẾP VÀ THỰC HÀNH KIỂM SOÁT MỐI NGUY

MỐI NGUY VẬT LÝ

Khái niệm: Là sự có mặt của vật lạ trong thực phẩm có thể gây thương tích hoặc bệnh về thể chất [7].

Nguyên nhân: Mối nguy xuất hiện ngẫu nhiên hoặc do nhân viên bếp xử lý thực phẩm không đúng cách, giữ vệ sinh cá nhân không đúng quy định. Ví dụ cát và sỏi nhỏ, mảnh thủy tinh, mảnh kim loại có thể lẫn trong gạo và ngũ cốc không được loại bỏ, dây cọ rửa nồi xoong bị lẫn vào thực phẩm trong quá trình chế biến, tóc bị rơi vào thức ăn vv..

Thực hành kiểm soát mối nguy vật lý

- Thực hành tốt vệ sinh cá nhân tránh tóc, móng tay, đồ trang sức rơi vào thực phẩm.
- Giữ vệ sinh khu vực chế biến thức ăn, không để bụi bẩn rơi vào thức ăn.
- Quan sát để nhận diện các mối nguy thường hay có trong một số loại thực phẩm, xây dựng biện pháp để loại trừ mối nguy hoặc thay đổi nhà cung cấp thực phẩm khi họ không đáp ứng yêu cầu.
- Chú ý khi cọ rửa tránh để các mảnh dây cọ sót lại trong dụng cụ, đồ dùng làm bếp hoặc rơi vào thực phẩm.

MỐI NGUY HÓA HỌC

Khái niệm: Là do các mối nguy hóa học tự có trong thực phẩm hoặc bị ô nhiễm từ bên ngoài vào do vô tình hoặc cố ý. [7].

Nguyên nhân: Hóa chất có thể được đưa vào thức ăn theo các cách sau đây:

- Độc tố tự nhiên (độc tố có ở một số loại nấm, cá lóc vv..).
- Dư lượng kim loại nặng có trong thực phẩm do môi trường nuôi trồng, thức ăn chăn nuôi, đất bị ô nhiễm.
- Dư lượng thuốc thú y, hóa chất bảo vệ thực vật còn tồn dư trong thực phẩm do quá trình sản xuất không tuân thủ các quy định kỹ thuật.
- Ô nhiễm chéo thuốc diệt côn trùng, chất tẩy rửa và các hóa chất khác vào thực phẩm do không được đậy kín.
- Thực phẩm có độ axit thấp được bao gói trong bao bì kim loại bị thôi nhiễm.
- Sử dụng chất phụ gia trong chế biến thực phẩm không đúng quy định.
- Đưa muối trong các dụng cụ bằng kim loại hoặc nhựa không được phép sử dụng trong chế biến thực phẩm.

Thực hành kiểm soát mối nguy hóa học

- Chỉ sử dụng thực phẩm có nguồn gốc xuất xứ rõ ràng.
- Không sử dụng các thực phẩm nghi ngờ có độc tố.
- Tách biệt chất tẩy rửa và diệt côn trùng để ở khu vực riêng có khóa, không được để trong kho thực phẩm, khu vực sơ chế và chế biến thức ăn.
- Xả sạch chất tẩy rửa khi rửa bát đĩa và dụng cụ đựng đồ ăn để đảm bảo không còn dư lượng hóa chất.
- Sử dụng chất phụ gia chế biến thực phẩm theo đúng hướng dẫn của nhà sản xuất và quy định pháp luật.

MỐI NGUY SINH HỌC

Khái niệm: Là sự xuất hiện các tác nhân như vi khuẩn, virus, ký sinh trùng hoặc độc tố của chúng trong thực phẩm [7].

Nguyên nhân: Các tác nhân sinh học ô nhiễm vào thực phẩm do quá trình sản xuất, chế biến thực phẩm không tuân thủ các quy định về an toàn thực phẩm của pháp luật. Ví dụ thực phẩm có nguồn gốc động vật dễ bị ô nhiễm vi khuẩn *Salmonella*, *Campylobacter*, *Staphylococcus* trong quá trình giết mổ, bảo quản, sơ chế và chế biến không đảm bảo vệ sinh.

Thực hành kiểm soát mối nguy sinh học

Chìa khóa thứ nhất: Giữ sạch

- Việc giữ sạch bao gồm tuân thủ các quy định về vệ sinh cá nhân, vệ sinh bề mặt của dụng cụ, thiết bị tiếp xúc với thực phẩm, vệ sinh bát đĩa và dụng cụ ăn uống, sơ chế thực phẩm và vệ sinh bếp.
- Việc tuân thủ các quy định nêu trên ngăn chặn sự lan truyền và phát triển của các vi sinh vật gây ngộ độc thực phẩm, mặt khác hạn chế bớt được các mối nguy hóa học như dư lượng của hóa chất tẩy rửa trên bề mặt tiếp xúc với thực phẩm đồng thời đảm bảo môi trường chế biến thực phẩm đáp ứng các quy định về vệ sinh.
- Nhà bếp của trường học cần ban hành và thực hiện các quy trình thực hành chuẩn về vệ sinh (tham khảo Phụ lục 1).

CHÚ Ý

Đặc biệt hạn chế việc rửa các loại thịt, đặc biệt là thịt gia cầm trong khu vực sơ chế thực phẩm, trong trường hợp bắt buộc phải rửa cần làm sạch và khử trùng dụng cụ chứa đựng và bồn rửa thực phẩm ngay sau khi rửa xong.

Chìa khóa thứ 2: Tách riêng thực phẩm tươi sống và thực phẩm chín

Thịt sống, thịt gia cầm, thủy hải sản và dịch tiết từ các loại thực phẩm này chứa các vi khuẩn gây ngộ độc thực phẩm, do đó có thể lây nhiễm sang thực phẩm khác trong quá trình chế biến và bảo quản thực phẩm, vì vậy phải thực hiện các quy định sau:

- Tách riêng khu sơ chế thực phẩm tươi sống và khu nấu và chia suất ăn.
- Trong khu nấu không để thực phẩm tươi sống cạnh thực phẩm chín, thực phẩm ăn liền, để tránh ô nhiễm vi sinh vật từ thực phẩm sống vào các thực phẩm này

Khi bảo quản thực phẩm trong tủ lạnh không được để thực phẩm sống cùng ngăn với thực phẩm chín. Thực phẩm sống và thực phẩm chín phải được bảo quản trong các hộp kín, có nắp đậy. Sử dụng dao và thớt riêng cho thực phẩm sống và thực phẩm chín.

Các dụng cụ đựng thực phẩm sống, đặc biệt là thịt gia cầm cần được rửa sạch và khử trùng sau khi sử dụng (với những dụng cụ bằng kim loại hoặc nồi xong có thể khử trùng bằng nước sôi).

Chìa khóa thứ 3: Nấu chín

Nấu thức ăn ở nhiệt độ cao có thể tiêu diệt các vi sinh vật có hại trong thực phẩm. Nhiệt độ để đảm bảo an toàn khi nấu mỗi loại thực phẩm khác nhau là khác nhau, phụ thuộc vào độ lớn và cấu trúc của thực phẩm cụ thể như sau:

- Thức ăn có nguồn gốc động vật như thịt, cá, trứng và hải sản phải được nấu kỹ để đảm bảo các vi khuẩn gây bệnh trong sản phẩm này đã bị tiêu diệt bởi nhiệt độ (cá tách róc xương, nước thịt khi cắt phải trong, thớ thịt không có màu hồng, lòng đỏ trứng không còn nhão).
- Đối với các loại thức ăn lỏng như cháo, súp thời gian sau khi sôi đều ít nhất 1 phút.
- Đối với thức ăn đã nấu chín phải bảo quản ở nhiệt độ thích hợp, trước khi ăn phải được nấu lại đảm bảo nhiệt độ ở phần dày nhất của thực phẩm đạt 60°C.
- Nhiệt độ nấu cho các loại thực phẩm khác nhau [7].

LOẠI THỰC PHẨM	CHẾ ĐỘ GIA NHIỆT Ở TÂM THỰC PHẨM	GHI CHÚ
Thịt gia cầm, các món thịt nhồi, món nhồi có chứa thịt gà.	74°C trong 15 giây	Thực hiện các biện pháp phòng ngừa đặc biệt với gia cầm, vì thực phẩm này có nhiều loại vi sinh vật có hại hơn và số lượng cũng nhiều hơn các loại thực phẩm khác.
Thịt xay và thực phẩm có chứa thịt xay.	70°C trong 15 giây	Hầu hết các loại thịt đều có khả năng bị nhiễm vi sinh vật có hại trên bề mặt. Khi xay thịt, vi sinh vật trên bề mặt được trộn lẫn vào toàn bộ sản phẩm.
Thịt lợn và các thực phẩm có chứa thịt lợn.	66°C trong 15 giây	Đây là nhiệt độ cần thiết để tiêu diệt trichinella spp., toxoplasma gondii
Trứng không có vỏ và thực phẩm chứa trứng.	63°C trong 15 giây	Chỉ sử dụng trứng tiệt trùng cho các món ăn không cần nấu hoặc nấu hạn chế ví dụ như các loại sốt có trứng để làm salat.
Tất cả các loại thịt và thủy sản khác	60°C trong 15 giây	Bao gồm tôm hùm, tôm, nghêu, sò, trai, thịt cừu, dê, vv

Chìa khóa thứ 4: Bảo quản thực phẩm ở nhiệt độ an toàn

Bảo quản thức ăn ở nhiệt độ phòng, vi khuẩn có thể phát triển và tăng sinh nhanh về số lượng. Nếu thức ăn được bảo quản ở nhiệt độ thấp hơn 4°C hoặc cao hơn 60°C, vi khuẩn sẽ phát triển rất chậm hoặc ngừng phát triển, do đó giảm thiểu được các nguy cơ ngộ độc thực phẩm. Vì vậy thực phẩm nên được bảo quản như sau:

- Thức ăn nếu không ăn ngay sau khi nấu chín, không để quá 2 giờ ở nhiệt độ phòng.
- Thức ăn sau khi nấu chín phải được làm nguội và bảo quản trong tủ lạnh $\leq 4^{\circ}\text{C}$.
- Luôn giữ thức ăn ở nhiệt độ $\geq 60^{\circ}\text{C}$ cho đến khi ăn.
- Không bảo quản thức ăn đã chế biến sẵn quá lâu trong tủ lạnh (không quá 3-4 ngày).
- Chia thực phẩm nóng vào các hộp nhỏ cho nhanh nguội trước khi bảo quản trong tủ lạnh. Không rửa đông thực phẩm ở nhiệt độ phòng.

Chìa khóa thứ 5: Dùng nước và thực phẩm ban đầu an toàn

Nguyên liệu thực phẩm và nước cũng có thể mang các mối nguy vật lý, hóa học, và sinh học. Vì vậy, để có bữa ăn an toàn thì cần phải kiểm soát chặt chẽ như sau:

- Nước dùng cho chế biến thức ăn phải đáp ứng quy chuẩn QCVN 01-1:2018/BYT của Bộ Y tế [8].
- Chỉ dùng thực phẩm có nguồn gốc xuất xứ rõ ràng, từ các nhà cung cấp đáng tin cậy và phải có cam kết về việc cung cấp thực phẩm an toàn.
- Khi tiếp nhận thực phẩm, phải kiểm tra để loại bỏ thực phẩm ôi thiu và hết hạn sử dụng.
- Đối với rau, quả ăn sống phải được rửa sạch (tham khảo SOP-2)
- Không sử dụng thực phẩm hết hạn, hoặc thực phẩm chưa hết hạn nhưng có dấu hiệu hư hỏng (thay đổi màu sắc, mùi vị vv...)



PHẦN IV: CÁC QUY TRÌNH THỰC HÀNH VỆ SINH

SOP – 01 QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN VỆ SINH CÁ NHÂN

Mục đích: Để ngăn ngừa các tác nhân gây ô nhiễm từ nhân viên nhà bếp và giáo viên vào thức ăn cho trẻ.

Đối tượng áp dụng: Quy trình này áp dụng cho nhân viên nhà bếp và giáo viên cho trẻ ăn.

Hoạt động và người chịu trách nhiệm: Quy trình vệ sinh cá nhân được xây dựng bởi lãnh đạo phụ trách chăm sóc nuôi dưỡng của trường mầm non và người phụ trách bếp nấu ăn cho trẻ.

Hướng dẫn thực hiện:

- Móng tay được cắt ngắn sạch sẽ.
- Không đeo móng tay giả và sơn móng tay.
- Không đeo đồ trang sức.
- Buộc tóc gọn gàng và đội mũ che tóc.
- Thay đồ bảo hộ trước khi vào khu vực bếp (tạp dề, mũ, khẩu trang, và giày /dép/ủng riêng).
- Rửa tay theo quy trình SOP-02.
- Đeo găng tay dùng 1 lần khi tiếp xúc thực phẩm chín/ăn ngay.
- Làm việc tại khu vực nào thì sử dụng đồ bảo hộ của khu vực đó. Hạn chế di chuyển từ khu vực bẩn (khu sơ chế) sang khu vực sạch (khu nấu và chia thức ăn cho trẻ).
- Trong trường hợp cần phải di chuyển từ khu sơ chế sang khu nấu phải thay đồ bảo hộ, rửa tay trước khi sang.
- Phải thay tạp dề khi tạp dề bị bẩn.
- Rửa tay theo quy trình SOP-02 khi bị bắn hoặc thấy có nguy cơ bị ô nhiễm.
- Thay găng tay dùng một lần khi tiếp xúc với thực phẩm ăn liền.
- Không ăn, uống, sử dụng thuốc lá hoặc nhai kẹo cao su, khạc nhổ tại bếp

GHI CHÚ:

Cách nếm thức ăn:

- Cho một lượng nhỏ thức ăn vào bát riêng.
- Đưa bát tránh xa thực phẩm và bề mặt tiếp xúc với thực phẩm.
- Dùng thìa cà phê để nếm thức ăn.
- Mang thìa và bát đựng đã sử dụng vào nơi chờ để rửa.
- Không được sử dụng lại thìa đã dùng để nếm thử.

- Trong trường hợp bị thương ở tay: Do dao cắt phải băng bó vết thương và đeo găng tay dùng một lần

Quy định đối với giáo viên phục vụ bữa ăn cho trẻ

- Mặc tạp dề, mũ trùm tóc và đeo khẩu trang.
- Rửa tay theo quy trình SOP-02.

Giám sát

Chỉ định một người giám sát giáo viên/nhân viên nhà bếp để đảm bảo rằng tất cả đều tuân thủ quy định vệ sinh cá nhân trong suốt thời gian làm việc.

Hành động khắc phục

- Đào tạo lại bất kỳ giáo viên hoặc nhân viên nhà bếp nào bị phát hiện không tuân theo quy trình trong SOP này.
- Bỏ thực phẩm bị ô nhiễm hoặc bị nghi ngờ ô nhiễm.

SOP - 02: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN RỬA TAY

Mục đích: Để ngăn ngừa các tác nhân gây bệnh từ bàn tay bị ô nhiễm lây truyền vào thực phẩm.

Đối tượng áp dụng: Quy trình này áp dụng cho bất kỳ ai nhận nguyên liệu thực phẩm, sơ chế, chế biến và phục vụ bữa ăn cho trẻ.

Hoạt động và người chịu trách nhiệm: Lãnh đạo phụ trách chăm sóc nuôi dưỡng của trường mầm non và người phụ trách bếp ăn cho trẻ chịu trách nhiệm xây dựng quy trình rửa tay.

Hoạt động rửa tay phải được thực hiện trong các trường hợp sau:

- Trước khi bắt đầu công việc.
- Trong khi sơ chế thực phẩm để loại bỏ đất và chất bẩn.
- Khi di chuyển từ khu vực sơ chế thức ăn sang khu vực khác.
- Trước khi đeo hoặc thay găng tay.
- Sau khi đi vệ sinh.
- Sau khi hắt hơi, ho hoặc dùng khăn tay hoặc khăn giấy.
- Sau khi chạm vào tóc, mặt hoặc cơ thể.
- Sau khi hút thuốc, ăn, uống hoặc nhai kẹo cao su.
- Sau khi xử lý thịt, gia cầm, hoặc thủy sản sống.
- Sau bất kỳ hoạt động dọn dẹp nào như quét, lau nhà, lau bàn, quây.
- Sau khi chạm vào bát đĩa, thiết bị hoặc đồ dùng bẩn.

- Sau khi xử lý rác.
- Sau khi thay tã hoặc giúp trẻ đi vệ sinh.
- Sau khi sờ tay vào tiền.

Quy trình thực hiện:



Khóa vòi nước (bằng khăn sạch/khăn giấy nếu bồn rửa không có đạp mở bằng chân). Cho khăn giấy vào thùng rác.

Áp dụng (nếu rửa tay trong nhà vệ sinh sau khi đi vệ sinh): Dùng khăn giấy mở cửa khi ra khỏi nhà vệ sinh.

GHI CHÚ:

- Thời gian thực hiện chà sát mỗi bước tối thiểu 5 lần
- Việc chà sát lòng bàn tay, mu bàn tay, ngón tay... tối thiểu 30s.
- Lau khô tay bằng khăn sạch hoặc khăn giấy sử dụng một lần

Giám sát:

- Chỉ định một nhân viên quan sát việc rửa tay của nhân viên bếp và giáo viên trong suốt quá trình chế biến và phục vụ bữa ăn cho trẻ.
- Nhân viên được chỉ định sẽ quan sát bằng mắt xem số lượng bồn rửa tay có đáp ứng được yêu cầu rửa tay của nhân viên trong quá trình làm việc hay không.

Hành động khắc phục:

- Đào tạo lại bất kỳ nhân viên nào khi phát hiện họ không tuân theo quy trình SOP này.
- Yêu cầu những nhân viên không rửa tay vào thời điểm thích hợp cần rửa tay ngay lập tức theo đúng quy trình.
- Đào tạo lại nhân viên để đảm bảo tuân thủ quy trình rửa tay đúng cách.

SOP - 03: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN RỬA RAU, CỦ, QUẢ

Mục đích: Để giảm thiểu các tác nhân gây ô nhiễm thực phẩm có trên rau, củ, quả.

Hoạt động và người chịu trách nhiệm: Quy trình rửa rau, củ, quả được xây dựng bởi lãnh đạo phụ trách chăm sóc nuôi dưỡng của trường mầm non và người phụ trách bếp nấu thức ăn cho trẻ.

Đối tượng áp dụng: Quy trình này áp dụng cho nhân viên bếp thực hiện việc rửa rau, củ, quả.

Qui định chung:

- Lãnh đạo phụ trách chăm sóc nuôi dưỡng phải đảm bảo nhân viên bếp thực hiện nhiệm vụ rửa rau, củ, quả được đào tạo đầy đủ theo SOP này.
- Tuân theo các yêu cầu của sở Y tế địa phương hoặc Bộ Y tế.
- Dán hướng dẫn rửa rau, củ, quả gần bồn rửa loại thực phẩm này.
- Chỉ rửa rau, củ, quả tại bồn được chỉ định để rửa loại thực phẩm này, không rửa vào bồn rửa tay, rửa bát, rửa thịt cá.
- Hoạt động rửa rau, củ, quả phải được thực hiện:
- Trước khi chuẩn bị đưa rau, củ, quả đi chế biến thành món ăn.
- Khi rau, củ, quả nghi ngờ bị nhiễm bẩn.

Quy trình thực hiện:

Quy trình rửa rau ăn lá lớn (bắp cải, cải bẹ...)

1

Rửa tay sạch theo SOP-02

2

Chuẩn bị rổ đựng rau trước khi rửa và rổ đựng rau sau khi rửa (rổ đã được làm vệ sinh theo hướng dẫn tại SOP-04).

3

Cắt rời lá rau ra khỏi thân cây rau xếp vào rổ theo chiều cuống rau ở dưới phần lá ở phía trên, bỏ các lá rau bị hỏng.

4

Rửa từng tàu lá rau dưới vòi nước chảy, phần lá hướng lên trên, phần cuống hướng xuống dưới, rửa từ trên xuống dưới (chú ý làm sạch phần cuống lá cải thường dính bẩn), xếp dựng đứng các tàu rau đã được rửa vào rổ sạch. Làm sạch chậu rửa rau.

5

làm lặp lại bước 4, kiểm tra cận động dưới đáy chậu.

6

làm lặp lại bước 4, kiểm tra cận động dưới đáy chậu.

Quy trình rửa rau ăn lá nhỏ (rau muống, cải cúc, cải xoong...)

1

Rửa tay sạch theo SOP-02

2

Chuẩn bị rổ đựng rau trước khi rửa và rổ đựng rau sau khi rửa (rổ đã được làm vệ sinh theo hướng dẫn tại SOP-04).

3

Ngắt bỏ các phần già và hỏng của cây rau, cho phần rau ăn được vào rổ, xếp theo chiều gốc ở dưới lá ở trên.

4

Cầm từng nắm rau vào rổ, để vòi nước chảy xối vào phần gốc rau.

5

Đặt chậu hứng nước phía dưới rổ. Đưa tay vào rổ rau, chà sát nhẹ và đảo tạo một lực vừa phải để nước chảy tác động đến toàn bộ bề mặt rau và làm bong các chất bẩn bám trên cây rau. Đổ nước trong chậu phía dưới.

6

Nhìn nước trong chậu: Nếu nước trong chậu còn cặn bẩn, tiếp tục đặt rổ rau dưới vòi nước chảy, có chậu sạch hứng nước ở phía dưới, chà sát nhẹ rau, kiểm tra nước đọng dưới đáy chậu.

Việc rửa rau chỉ hoàn tất khi rau sạch, đáy chậu hứng nước đã trong sạch, không còn đọng cặn bẩn. Đặt rổ rau ra nơi sạch cho ráo nước

Quy trình rửa củ

1

Rửa tay sạch theo SOP-02.

2

Chuẩn bị rổ đựng củ trước khi rửa và rổ đựng củ sau khi rửa (rổ đã được làm vệ sinh theo hướng dẫn tại SOP-04).

3

Loại bỏ các củ có dấu hiệu hư hỏng, đối với củ bị dập cơ học (không bị thối hỏng) thì xếp riêng để rửa sau.

4

Các củ còn nguyên vẹn, tươi sẽ được rửa trước, để củ dưới vòi nước chảy và dùng bàn chải mềm chải sạch chất bẩn bám ngoài vỏ của củ. Làm sạch chậu rửa củ.

5

Rửa lại từng củ đã làm sạch ở bước 4 dưới vòi nước chảy, sau đó xếp vào rổ.

6

Gọt vỏ củ.

7

Rửa lại củ và xếp vào rổ.

8

Rửa các củ bị dập cơ học (không bị thối hỏng), dùng bàn chải mềm chải sạch chất bẩn bám ngoài vỏ của củ bị dập, dùng dao gọt bỏ các phần dập (vết cắt cách phần bị dập tối thiểu 1cm), xếp củ vào rổ. Thực hiện tiếp các bước 6 và 7.

Quy trình rửa các loại quả gọt vỏ

- 1 Rửa tay sạch theo SOP-02
- 2 Chuẩn bị rổ, khay đựng quả đã được làm vệ sinh theo hướng dẫn tại SOP-04.
- 3 Loại bỏ các quả có dấu hiệu bị hỏng, bị dập.
- 4 Để quả dưới vòi nước chảy và dùng bàn chải mềm /miếng bọt biển chải/cọ sạch chất bẩn bám vào vỏ (Dưa hấu, dưa dùng bàn chải sạch mềm, đu đủ và xoài chà bằng miếng bọt biển). Làm sạch chậu rửa quả.
- 5 Rửa lại từng quả dưới vòi nước chảy.
- 6 Để quả vào rổ cho ráo nước.

Quy trình rửa các loại quả nhỏ, không gọt vỏ và rau ăn sống (nho, táo, mận, dâu tây, xà lách, dưa chuột, cà chua bi...)

- 1 Rửa tay sạch theo đúng quy trình SOP-02.
- 2 Chuẩn bị rổ, khay đựng rau, hoặc trái cây đã được làm sạch theo hướng dẫn tại SOP-04
- 3 Loại bỏ rau/trái cây bị hư hỏng hoặc bầm dập trước khi rửa.
- 4 Rửa từng nhóm rau/quả dưới vòi nước chảy.
- 5 Cho rau/quả vào rổ, hứng chậu phía dưới, đưa tay chà sát nhẹ tạo một lực vừa phải để vòi nước có thể tác động đến toàn bộ bề mặt của rau/trái cây, và làm bong các chất bẩn bám trên rau, trái cây. Kiểm tra cạn đáy chậu nước phía dưới
- 6 Lặp lại bước 5, nếu chậu còn cặn bẩn.
- 7 Nếu nước đã sạch không còn cặn bẩn thì rửa rau quả lần cuối bằng nước uống được
- 8 Để khô quả tự nhiên, vẩy/quay rau cho ráo nước

Giám sát

- Một nhân viên được chỉ định sẽ quan sát trực quan việc rửa rau, củ, quả của nhân viên sơ chế thực phẩm.
- Nhân viên được chỉ định sẽ quan sát bằng mắt để đảm bảo bồn rửa, củ quả được cung cấp phù hợp với việc sơ chế thực phẩm.

Hành động khắc phục:

- Đào tạo lại bất kỳ nhân viên sơ chế thực phẩm nào khi phát hiện thấy họ không tuân thủ theo SOP này.
- Khi quan sát thấy nhân viên không thực hiện đúng quy trình cần yêu cầu làm lại ngay lập tức.
- Đào tạo lại nhân viên để đảm bảo quy trình rửa rau, củ quả, đúng cách.

SOP - 04: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN VỆ SINH BỀ MẶT TIẾP XÚC VỚI THỰC PHẨM

Mục đích: Để loại trừ các tác nhân ô nhiễm trên mặt tiếp xúc với thực phẩm bằng cách làm sạch và khử trùng đúng phương pháp.

Đối tượng áp dụng: Quy trình này áp dụng cho nhân viên sơ chế, chế biến thực phẩm cũng như nhân viên tham gia làm vệ sinh thiết bị và dụng cụ sơ chế, chế biến thực phẩm.

Hoạt động và người chịu trách nhiệm: Lãnh đạo phụ trách chăm sóc nuôi dưỡng của Trường mầm non và người phụ trách bếp ăn cho trẻ chịu trách nhiệm xây dựng quy trình vệ sinh bề mặt tiếp xúc với thực phẩm

Qui định chung:

- Lãnh đạo phụ trách chăm sóc nuôi dưỡng phải đảm bảo nhân viên bếp phụ trách nhiệm vụ này được đào tạo SOP này.
- Tuân theo các yêu cầu của sở Y tế địa phương hoặc Bộ Y tế.
- Làm sạch và vệ sinh bề mặt làm việc, thiết bị và các bề mặt tiếp xúc với thực phẩm khác bằng các quy trình thích hợp (mặt bàn, thớt, thiết bị, đồ dùng, xe đẩy..).
- Vệ sinh thiết bị theo hướng dẫn của nhà sản xuất.
- Sử dụng hóa chất để làm sạch và khử trùng các bề mặt tiếp xúc với thực phẩm theo hướng dẫn của nhà sản xuất.
- Dán các hướng dẫn làm sạch và khử trùng tại vị trí thích hợp.
- Chỉ sử dụng các chất tẩy rửa và khử trùng được phép sử dụng trong cơ sở chế biến thực phẩm được cấp đăng ký lưu hành.
- Hoạt động làm sạch bề mặt thiết bị dụng cụ tiếp xúc với thực phẩm:
 - Trước mỗi lần sử dụng.
 - Khi nghi ngờ bề mặt bị nhiễm bẩn.
 - Sau mỗi lần sử dụng.

Quy trình thực hiện:

Vệ sinh dao, thớt, khay, rổ đựng rau quả

1

Rửa tay sạch theo đúng quy trình SOP - 02.

2

Loại bỏ các cơ chất bám trên bề mặt cho vào thùng rác.

3

Dùng bàn chải/miếng bọt biển chà sạch bên ngoài và bên trong bằng dung dịch tẩy rửa bát đĩa

4

Rửa sạch bên ngoài và bên trong bề mặt dụng cụ bằng nước sạch.

5

Xịt thuốc khử trùng hoặc tráng nước sôi bề mặt thớt, khay, rổ, để khô tự nhiên.

Thớt, khay đựng sản phẩm có nguồn gốc động vật.

1

Rửa tay sạch theo đúng quy trình SOP - 02.

2

Loại bỏ các cơ chất bám trên bề mặt cho vào thùng rác.

3

Dùng bàn chải/miếng bọt biển chà sạch bên ngoài và bên trong bề mặt bằng dung dịch tẩy rửa.

4

Rửa sạch bên ngoài và bên trong bề mặt bằng nước sạch.

5

Đối với thớt nên ngâm với nước sôi trong 15 phút hoặc trong dung dịch khử trùng được pha nồng độ theo hướng dẫn của nhà sản xuất. Đối với khay chỉ cần xịt thuốc khử trùng hoặc tráng nước sôi ít nhất 45 giây.

Giám sát:

Một nhân viên được chỉ định sẽ quan sát trực quan hoạt động của các nhân viên nhà bếp khi thực hiện vệ sinh dụng cụ thiết bị tiếp xúc với thực phẩm.

Hành động khắc phục:

- Đào tạo lại bất kỳ nhân viên sơ chế thực phẩm nào khi phát hiện họ không tuân thủ theo SOP này.
- Yêu cầu làm vệ sinh lại thiết bị hoặc dụng cụ đó ngay khi phát hiện thấy nhân viên thực hiện không đúng SOP này.

SOP-05: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN RỬA BÁT, DỤNG CỤ ĂN UỐNG, DỤNG CỤ Đựng VÀ NẤU THỨC ĂN

Mục đích: Để đảm bảo bát, dụng cụ ăn uống, dụng cụ chứa đựng và nấu thức ăn cho trẻ không bị nhiễm bẩn hoặc ô nhiễm.

Đối tượng áp dụng: Quy trình này áp dụng cho nhân viên rửa bát, dụng cụ ăn uống, dụng cụ đựng và nấu thức ăn.

Hoạt động và người chịu trách nhiệm: Lãnh đạo phụ trách chăm sóc nuôi dưỡng của trường mầm non và người phụ trách bếp ăn cho trẻ chịu trách nhiệm xây dựng quy trình rửa bát, dụng cụ ăn uống, dụng cụ đựng và nấu thức ăn.

Qui định chung:

- Lãnh đạo phụ trách chăm sóc nuôi dưỡng phải đảm bảo nhân viên rửa bát, dụng cụ ăn uống, dụng cụ đựng và nấu thức ăn được đào tạo đầy đủ theo quy trình này.
- Tuân theo các yêu cầu của sở Y tế địa phương hoặc Bộ Y tế.
- Làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất về việc sử dụng chất tẩy rửa.
- Dán hướng dẫn rửa bát dụng cụ đựng và nấu thức ăn tại vị trí thích hợp.
- Chỉ sử dụng các chất tẩy rửa và khử trùng được phép lưu hành.
- Rửa bát, dụng cụ ăn uống, dụng cụ đựng và nấu thức ăn được phải được thực hiện: Khi kết thúc việc phục vụ bữa ăn cho trẻ.

Quy trình thực hiện:

Rửa bát và dụng cụ ăn uống

1

Loại bỏ toàn bộ thức ăn thừa ở bát và dụng cụ ăn uống, tráng bằng nước sạch.

2

Cho dung dịch tẩy rửa bát vào bồn đã chứa bát, dụng cụ ăn uống (mùa đông nên để nước ấm khoảng trên 40°C trở lên). Rửa sạch bát bằng miếng bọt biển mềm, sau đó đưa sang ngăn thứ 2.

3

Rửa sạch chất tẩy rửa và cặn trong bát và dụng cụ ăn uống dưới vòi nước chảy, chuyển sang ngăn thứ 3.

4

Cho nước sôi vào ngăn thứ 3 có chứa bát, dụng cụ ăn uống đã rửa sạch ngâm nước sôi ít nhất 45 giây tới 15 phút/hoặc cho vào máy sấy khô ở 100°C trong 15 phút.

5

Lấy bát, dụng cụ ăn uống cất vào nơi quy định.

6

Đổ cặn dưới các chậu rửa, vệ sinh chậu rửa bát bằng nước rửa bát, làm sạch bằng nước sạch, giặt miếng rửa bát, khử trùng chậu rửa bát và miếng rửa bằng nước sôi.

Rửa dụng cụ đựng và nấu thức ăn

1

Bỏ thức ăn thừa vào thùng chứa quy định.

2

Rửa bằng nước để loại bỏ phần thức ăn thừa bám dính vào bát đĩa. Bước 3: Cho nước rửa bát vào dụng cụ đựng và nấu thức ăn, dùng miếng rửa bát/khăn, chà mạnh để làm sạch cơ chất và dầu, mỡ bên trong và bên ngoài dụng cụ.

3

Rửa kỹ lại bằng nước sạch dưới vòi nước chảy.

4

Tráng bằng nước sôi hoặc sấy khô hoặc để trên kệ cao và phơi khô dưới ánh nắng mặt trời (với điều kiện không có gió và bụi).

5

Cất vào nơi quy định.

GHI CHÚ:

Luôn rửa tay trước khi làm việc. Bồn rửa và các dụng cụ vệ sinh phải sạch. KHÔNG chạm vào bát đĩa bẩn và sau đó xử lý bát đĩa sạch mà không rửa tay.

Giám sát

- Một nhân viên được chỉ định sẽ quan sát trực quan việc thực hiện bát, dụng cụ ăn uống, dụng cụ đựng và nấu thức ăn.
- Nếu phát hiện thấy việc vệ sinh bát và dụng cụ ăn uống không đúng quy trình này yêu cầu người thực hành phải làm lại.

Hành động khắc phục

Đào tạo lại bất kỳ nhân viên nào bị phát hiện không tuân theo các quy trình trong SOP này.

SOP-06: QUY TRÌNH THỰC HÀNH CHUẨN VỆ SINH NHÀ BẾP

Mục đích: Để ngăn ngừa các tác nhân gây ô nhiễm từ môi trường nhà bếp vào thực phẩm

Đối tượng áp dụng: Quy trình này áp dụng cho nhân viên y tế và nhân viên nhà bếp p được phân công làm vệ sinh.

Hoạt động và người chịu trách nhiệm: Quy trình vệ sinh nhà bếp được xây dựng bởi người lãnh đạo phụ trách chăm sóc nuôi dưỡng của trường mầm non và người phụ trách nhà bếp.

Qui định chung

- Lãnh đạo phụ trách chăm sóc nuôi dưỡng phải đảm bảo nhân viên tham gia vệ sinh bếp ăn được đào tạo đầy đủ theo quy trình này.
- Tuân theo các yêu cầu của sở Y tế địa phương hoặc Bộ Y tế.
- Làm theo hướng dẫn của nhà sản xuất về việc sử dụng chất tẩy rửa.
- Dán hướng dẫn vệ sinh bếp ăn tại vị trí thích hợp.
- Chỉ sử dụng các chất tẩy rửa và khử trùng được phép lưu hành.

Vệ sinh bếp ăn phải được thực hiện:

- Hàng ngày: Sau khi phục vụ bữa ăn cho trẻ.
- Hàng tháng: Tổng vệ sinh bếp ăn.
- Nội dung công việc

Vệ sinh hàng ngày

1

Rửa bát, dụng cụ ăn uống, dụng cụ đựng và nấu thức ăn theo SOP-05.

2

Làm sạch bề mặt của bếp, bàn, tủ, và các thiết bị bếp theo hướng dẫn tại SOP-04. (phần 3.1).

3

Quét sạch sàn khu vực nấu và chia thức ăn, sau đó lau sàn bằng chất tẩy rửa và cuối cùng lau lại bằng nước sạch.

4

Quét sạch sàn khu vực sơ chế thức ăn, lau bằng chất tẩy rửa và lau lại bằng nước sạch.

5

Thu gom rác tại các thùng chứa và đổ vào nơi quy định.

6

Làm sạch tất cả dụng cụ vệ sinh (chổi, xẻng hót rác...), phơi khô.

7

Kiểm tra tất cả các khâu để đảm bảo việc vệ sinh bếp được thực hiện tốt nhất.

Vệ sinh hàng tháng

1

Thông báo kế hoạch thực hiện vệ sinh cho các nhân viên nhà bếp.

2

Chuẩn bị dụng cụ, chất tẩy rửa, chất khử trùng, khăn che phủ, băng dính. Bước 3: Mang đồ bảo hộ (quần áo, khẩu trang, kính mắt, ủng)

3

Kiểm tra các tủ đựng bát, dụng cụ đựng thức ăn, dụng cụ làm bếp, nấu bếp cần đóng kín, dán băng dính các cửa (nếu cần) để bụi không lọt qua khe ô nhiễm vào không gian bên trong tủ.

4

Di dời các vật dụng không cất được vào trong tủ ra phía ngoài khu vực làm vệ sinh và phải che đậy để tránh bụi và côn trùng.

5

Làm sạch từ trên cao xuống dưới thấp, tốt nhất bằng máy hút bụi, nếu dùng chổi thì phải quét nhẹ nhàng từ trần nhà, tường, cửa để loại bỏ bụi và mạng nhện, gom rác thải vào nơi quy định.

6

Lau quạt trần, đèn, tường và cửa kính v.v... bằng chất tẩy rửa, dùng bàn chải để chà sạch các cơ chất bám trên bề mặt.

7

Lau sạch chất tẩy rửa và cặn bằng nước sạch.

8

Để khô tự nhiên và xịt dung dịch khử trùng.

9

Làm sạch bề mặt tủ, bàn và các thiết bị trong bếp theo SOP-03 (phần 3.1)

10

Làm sạch dụng cụ vệ sinh chổi, dụng cụ lau kính, xẻng xúc rác v.v..... Tốt nhất là phơi khô các dụng cụ này dưới nắng mặt trời.

11

Tháo găng tay và rửa tay.

12

Ghi vào hồ sơ/bảng kiểm công việc đã hoàn thành.

Giám sát

- Một nhân viên được chỉ định sẽ quan sát quy trình vệ sinh bếp ăn.
- Nếu phát hiện thấy việc vệ sinh bếp ăn không đúng quy trình này, yêu cầu người thực hiện phải làm lại.

Hành động khắc phục

- Đào tạo lại bất kỳ nhân viên nào bị phát hiện không tuân theo các quy trình trong SOP này.

PHỤ LỤC 1: BỆNH DO VI KHUẨN Ô NHIỄM TRONG THỰC PHẨM VI KHUẨN GÂY RA

Vi khuẩn

Khái niệm

Là các sinh vật đơn bào (1 tế bào) vô cùng nhỏ bé, mắt thường không nhìn thấy được, chỉ có thể nhìn thấy vi khuẩn qua kính hiển vi. Nếu xếp 25.000 vi khuẩn nối tiếp nhau sẽ tạo thành đoạn thẳng dài 2,54 cm. Mũi của 1 chiếc đinh ghim có thể chứa được 1 triệu vi khuẩn. Hầu hết vi khuẩn cần không khí (vi khuẩn hiếu khí), nhưng một số loài chỉ có thể tồn tại trong điều kiện không có không khí (vi khuẩn kỵ khí) và một số loài có thể phát triển trong điều kiện có không khí hoặc thiếu không khí (vi khuẩn yếm khí tùy tiện). Vi khuẩn có mặt ở khắp mọi nơi trên đất, trong không khí và trong nước.

Phân loại vi khuẩn theo ảnh hưởng của chúng đối với con người Vi khuẩn được chia thành 4 loại như sau:

- Vi khuẩn có hại là những vi khuẩn gây bệnh cho người và vật nuôi.
- Vi khuẩn không mong muốn là những vi khuẩn gây thối rữa, hư hỏng thực phẩm.
- Vi khuẩn có lợi là những vi khuẩn được sử dụng để sản xuất các loại thực phẩm lên men như sữa chua, phô mai, dưa cà muối chua.
- Vi khuẩn lành tính là những vi khuẩn không có lợi cũng không có hại cho con người. Hàng ngàn chủng vi khuẩn thuộc loại này, chúng rất cần thiết trong sự cân bằng của tự nhiên, việc tiêu diệt tất cả vi khuẩn sẽ gây thảm họa cho thế giới. Với mục tiêu bảo vệ sức khỏe cộng đồng và tránh thiệt hại về kinh tế, các biện pháp kiểm soát và tiêu diệt vi khuẩn gây bệnh và gây hư hỏng thực phẩm được thực hành trong tất cả các khâu của chuỗi sản xuất thực phẩm.

Sự sinh sản và lây lan của vi khuẩn

Giống như bất kỳ một sự sống nào, vi khuẩn cần thức ăn, độ ẩm, và nhiệt độ thích hợp để phát triển. Vi khuẩn sinh sản bằng cách phân chia nhị phân, thời gian sinh trưởng của một thế hệ trong điều kiện thuận lợi dao động từ 20-30 phút.

Vi khuẩn không thể tự di chuyển từ vị trí này sang vị trí khác. Một vài loại vi khuẩn có roi để tự đẩy mình, nhưng mức độ di chuyển của chúng rất hạn chế. Vì thế vi khuẩn có hại lây truyền từ nơi này sang nơi khác là nhờ các phương thức chuyển tải qua không khí, nước, thức ăn, bàn tay, côn trùng, động vật gặm nhấm hay thiết bị tiếp xúc với thực phẩm, hệ thống cung cấp nước.

Các phương pháp tiêu diệt vi khuẩn

Sử dụng phương pháp gia nhiệt. Xử lý thực phẩm bằng nhiệt trong khoảng thời gian nhất định là giải pháp rất hiệu quả để tiêu diệt vi khuẩn. Ví dụ thịt gia cầm được nấu đến khi tâm của sản phẩm đạt 74°C trong 15 giây là đảm bảo an toàn cho người sử dụng.

Sử dụng các hóa chất diệt khuẩn, ví dụ carbolic axit, formaldehyde, iốt, clo ... sẽ tiêu diệt vi khuẩn bám trên bề mặt. Hiệu quả của thuốc diệt khuẩn phụ thuộc vào nồng độ sử dụng và thời gian tác động. Chất khử trùng phổ biến nhất được sử dụng trong ngành thực phẩm là clo.

Ánh sáng mặt trời cũng có khả năng tiêu diệt vi khuẩn do vi khuẩn bị mất nước và tác động của tia cực tím.

Bệnh truyền qua thực phẩm

Bệnh truyền qua thực phẩm được chia làm 3 loại, bệnh nhiễm trùng (infection), ngộ độc do độc tố (intoxication) và ngộ độc do nhiễm trùng (toxin mediated infection).

Nhiễm trùng thực phẩm: Là bệnh xảy ra do ăn thực phẩm bị nhiễm vi khuẩn có hại với số lượng lớn. Những vi khuẩn này xâm nhập vào hệ tiêu hóa của con người phá vỡ chức năng của đường ruột dẫn đến tiêu chảy và các hệ lụy khác. Mức độ nghiêm trọng của bệnh phụ thuộc vào loại vi khuẩn gây ngộ độc và số lượng vi khuẩn đưa vào cơ thể. Các triệu chứng đầu tiên của nhiễm trùng sẽ xảy ra sớm nhất là từ 6 - 48 giờ sau khi ăn.

Ngộ độc do độc tố: Bệnh xảy ra khi ăn thực phẩm có độc tố sinh ra bởi một số loại vi khuẩn. Lượng độc tố phụ thuộc vào số lượng vi khuẩn có trong thực phẩm và thời gian chúng ô nhiễm vào thực phẩm. Thời gian càng dài thì lượng độc tố tạo ra càng nhiều và gây ngộ độc cho người sử dụng thực phẩm. Triệu chứng của ngộ độc bao gồm buồn nôn, nôn mửa, ngay sau khi ăn hoặc trong vòng 6 giờ sau khi ăn. Một số độc tố có khả năng chịu nhiệt nên nhiệt độ nấu thông thường không phá hủy được chúng, dẫn đến nguy cơ gây ngộ độc cho người sử dụng.

Ngộ độc độc tố do nhiễm trùng: Bệnh xảy ra khi ăn phải thực phẩm ô nhiễm vi sinh vật có hại. Những vi sinh vật này có thể phát triển ở ruột và sản sinh ra độc tố gây ngộ độc thực phẩm và bệnh cho con người.



PHỤ LỤC 2: MỘT SỐ BỆNH TRUYỀN QUA THỰC PHẨM THƯỜNG GẶP

TT	TÊN BỆNH	LOẠI VI KHUẨN	NGUỒN	THỰC PHẨM LIÊN QUAN	THỜI GIAN BẮT ĐẦU	LOẠI BỆNH	TRIỆU CHỨNG
A							
1	Bệnh nhiễm khuẩn Salmonella (Salmonellosis)	S. enteritidis hoặc S.typhimurium	Lợn, gia cầm, trứng, và con người.	Thịt lợn, thịt gà, các loại gia cầm khác, trứng	6-48 giờ	Nhiễm trùng	Đau bụng, tiêu chảy, ớn lạnh, sốt, buồn nôn, nôn và khó chịu.
2	Bệnh viêm dạ dày ruột do tụ cầu (Staphylococcal gastro-enteritis)	Tụ cầu vàng	Ổ áp se, vết thương trên thân thịt. Trong mũi, họng, tóc, vết cắt, vết bầm tím, áp se và mụn trứng cá của người khỏe mạnh.	Thân thịt bị lây nhiễm vi khuẩn. Đồ nướng, sữa trứng, bánh ngọt và thực phẩm nấu chín để ở nhiệt độ phòng.	6-48 giờ	Nhiễm độc, nhiễm trùng.	Đau bụng, tiêu chảy, ớn lạnh, sốt, buồn nôn, nôn và khó chịu.
3	Campylobacteriosis	C. jejuni	Gia cầm, lợn, cừu và gia súc	Thịt gà, các loại gia cầm khác, thịt bò, gan và nước.	2-10 ngày	Nhiễm trùng	Tiêu chảy (thường ra máu), đau bụng, sốt, chán ăn, khó chịu, nhức đầu và nôn mửa.
4	Ngộ độc thịt (Botulism)	Cl. botulinum	Đất, nước, đường ruột của động vật và cá	Thực phẩm đóng, thịt hun khói và cá đóng gói chân không, tỏi ngâm dầu, khoai tây nướng và món hầm đặc.	12-36 giờ	Nhiễm độc	Các triệu chứng tiêu hóa có thể xuất hiện trước, các triệu chứng thần kinh: chóng mặt, nhìn mờ hoặc khô mắt miệng, khó nuốt, vừa nói vừa thở, yếu cơ và liệt hô hấp. Bệnh có thể gây tử vong.
5	Viêm ruột do Clostridium perfringens	Cl.perfringens	Đất, nước, đường tiêu hóa của người và động vật khỏe mạnh (gia súc, gia cầm, lợn và cá).	Thịt, món hầm, ớt, nước thịt, thịt gia cầm, đậu.	Nhiễm độc, nhiễm trùng	8-22 giờ	Tiêu chảy và đau bụng.

TT	TÊN BỆNH	LOẠI VI KHUẨN	NGUỒN	THỰC PHẨM LIÊN QUAN	THỜI GIAN BẮT ĐẦU	LOẠI BỆNH	TRIỆU CHỨNG
6	Viêm đại tràng xuất huyết do E. coli (Hemorrhagic colitis)	E. coli sản sinh độc tố Shiga sản sinh chẳng hạn như E. coli 0157:h7	Gia súc, con người, sữa chưa tiệt trùng, nước chưa qua xử lý.	Thịt xay sống hoặc nấu chưa chín, sản phẩm tươi sống, sữa chưa tiệt trùng và nước chưa qua xử lý.	12 – 72 giờ	Nhiễm trùng, nhiễm độc.	Tiêu chảy (thường có máu), đau bụng buồn nôn, nôn, ón lạnh. Ở trẻ nhỏ có thể biến chứng phức tạp như xuất hiện hội chứng tan máu, tăng urê huyết, suy thận.
7	Viêm dạ dày ruột do Bacillus cereus (Bacillus cereus gastro-enteritis)	Bacillus cereus	Đất và bụi, cây ngũ cốc.	Gạo, thực phẩm giàu tinh bột – mì ống, khoai tây, sản phẩm thực phẩm khô, thịt và sữa.	30 phút – 5 giờ	Nhiễm độc và nhiễm trùng.	Buồn nôn, đau bụng và tiêu chảy.
8	Bệnh liên cầu khuẩn lợn (Streptococcus suis)	S.suis	Lợn nhà, lợn rừng, ngựa, chó, mèo và chim.	Thịt lợn sống, tiết canh.	từ vài giờ đến 3 ngày		Viêm màng não, xuất huyết, viêm phổi, viêm cơ tim và viêm khớp. Những người bị bệnh nặng có thể tử vong do độc tố vi khuẩn gây sốc do nhiễm khuẩn, viêm nội tâm mạc, suy đa phủ tạng, nhiễm khuẩn huyết v.v. Tỷ lệ chết có thể tới 7%.

TT	TÊN BỆNH	LOẠI VI KHUẨN	NGUỒN	THỰC PHẨM LIÊN QUAN	THỜI GIAN BẮT ĐẦU	LOẠI BỆNH	TRIỆU CHỨNG
B	Ký sinh trùng						
1	Giun xoắn (trichinosis)	Trichinella	Lợn, động vật hoang dã như gấu và hải mã.	Thịt lợn sống, thịt lợn nấu chưa chín, tiết canh.	4-28 ngày	Nhiễm ký sinh trùng.	Viêm dạ dày ruột, sốt, phù mắt, đau cơ, lỵ, và khó thở.
2	Bệnh Cyclosporiasis (Cyclosporiasis)	Cyclospora cayetanensis	Phân người; nước bị ô nhiễm phân.	Sản phẩm tươi sống, sữa tươi, nước.	Khoảng một tuần	Nhiễm ký sinh trùng đơn bào	Tiêu chảy phân nước, sốt nhẹ, buồn nôn, đau bụng.
3	Bệnh gạo lợn (Porcine Cysticercosis)	Taenia Solium	Sán dây trưởng thành sống ở ruột non của người; ấu trùng sán dây lợn sống ký sinh ở trong tổ chức của một số động vật có vú như người, lợn, lợn rừng, trâu, bò, lạc đà, cừu, dê, ngựa, thỏ, chó, mèo.	Thịt lợn chưa nấu chín, tiết canh, rau sống bị nhiễm trứng sán.		Nhiễm ký sinh trùng	Tùy thuộc vào vị trí ký sinh của nang sán mà người bệnh có những biểu hiện khác nhau (có các nốt ở dưới da bằng hạt đỗ, hạt lạc, di động dễ, không ngứa, không đau, nằm ở vị trí cơ vân, hoặc có thể bị động kinh, liệt tay, chân hay liệt nửa người, nói ngọng, rối loạn trí nhớ hoặc đau đầu dữ dội; hoặc có thể tăng nhãn áp, giảm thị lực hoặc mù nếu có nang sán ở mắt.
4	Bệnh gạo bò (cysticercus bovis)	Taenia saginata	Người, trâu bò.	Thịt bò nấu chưa chín, rau sống bị nhiễm trứng sán.		Nhiễm ký sinh trùng	Chủ yếu gây triệu chứng đau bụng, rối loạn tiêu hóa nhẹ. Triệu chứng chủ yếu là cảm giác khó chịu, bứt rứt do những đốt sán (sán dây bò) tự rụng ra ngoài ống tiêu hóa bất cứ lúc nào.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Canada.ca, Food safety information for children ages 5 and under <https://www.canada.ca/en/health-canada/services/food-safety-vulnerable-populations/food-safety-information-children-ages-5-under.html>
2. WHO, Estimating the burden of foodborne diseases [https://www.who.int/activities/estimating-the-burden-of-foodborne-](https://www.who.int/activities/estimating-the-burden-of-foodborne-diseases#:~:text=Each%20year%20worldwide%2C%20unsafe%20food,diseases%20and%20420%2000%200%20deaths.)
3. [diseases#:~:text=Each%20year%20worldwide%2C%20unsafe%20food,diseases%20and%20420%2000%200%20deaths.](https://www.who.int/activities/estimating-the-burden-of-foodborne-diseases#:~:text=Each%20year%20worldwide%2C%20unsafe%20food,diseases%20and%20420%2000%200%20deaths.)
4. Quyết định số 20/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ ngày 04/01/2012 phê duyệt Chiến lược quốc gia An toàn thực phẩm giai đoạn 2011 - 2020 và tầm nhìn 2030 <https://chinhphu.vn/?pageid=27160&docid=153496&tagid=6&type=1>
5. Quyết định số 41/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ phê duyệt Đề án “Bảo đảm dinh dưỡng hợp lý và tăng cường hoạt động thể lực cho trẻ em, học sinh, sinh viên để nâng cao sức khỏe, dự phòng bệnh ung thư, tim mạch, đái tháo đường, bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính và hen phế quản giai đoạn 2018 - 2025” <https://chinhphu.vn/default.aspx?pageid=27160&docid=195881>
6. Báo điện tử Vietnam Plus ngày 01/08/2023, Các địa phương nỗ lực thu hút và giữ chân giáo viên mầm non <https://www.vietnamplus.vn/cac-dia-phuong-no-luc-thu-hut-va-giu-chan-giao-vien-mam-non- post886563.vnp.>
7. Luật an toàn thực phẩm, 2010: <https://vanban.chinhphu.vn/default.aspx?pageid=27160&docid=96032>
8. New York City Department of Health and Mental, Food protection training manual Hygiene <https://www.nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/rii/fpc-manual.pdf>
9. Fact Sheet No 9380, Guide to Washing Fresh Produce <https://www.nifa.usda.gov/sites/default/files/resource/Guide%20to%20Washing%20Fresh%20Produce508.pdf>
10. Standard Operating Procedures (SOPs) for on-farm fruit and vegetable drying https://knowledge4food.net/wp-content/uploads/2019/07/arf1-3b_ghana-
11. WHO, Five keys to safer food manual <https://www.who.int/publications/i/item/9789241594639>
12. Quyết định số 1246/QĐ-BYT ngày 13/3/2017 của Bộ Y tế về “Hướng dẫn thực hiện chế độ kiểm thực ba bước và lưu mẫu thức ăn đối với cơ sở kinh doanh dịch vụ ăn uống”
13. Tiêu chuẩn quốc gia TCVN ISO 22000:2018 về hệ thống quản lý an toàn thực phẩm - Yêu cầu đối với các tổ chức trong chuỗi thực phẩm.