

食品衛生指南



目錄

簡介	1
主題1：《食品法》與您	
什麼是食品安全？	2
食品處理人員的責任	2
食物中毒	3
主題2：食品衛生	
一 保持食品安全	
食品安全危害物	4
食物變質與食物中毒	4
高風險食物	5
低風險食物	5
食物中毒鏈	6
預防措施	6
適宜條件：時間、水份、溫度	7
溫度監測	8
交叉污染	9
食品儲存	10
解凍	12
烹製、冷卻和重新加熱	13
展示熱爐與餡餅保溫器	14
即食食品與‘不碰’技巧	14
主題3：個人衛生	15
衣物、指甲、頭髮與首飾	15
洗手—時間、方法及所需物品	16
在生病時	18
吸煙	18
手套—使用方法及更換時間	18
主題4：清潔	19
一邊工作一邊清潔	19
使用什麼清潔工具？	19
如何清潔？	20
什麼是清潔計劃表？	21
清潔計劃表	21
蟲害—常見蟲害及其危害	22
垃圾	22
良好內務管理小竅門	23
活動解答	24 & 25

簡介

企業中處理食品的每個人都需要知道處理食品的安全方法。任何員工開始食品處理工作前，都應該具備食品安全和食品衛生的正確技能和知識。這是一項法定要求，也是企業食品安全計劃的一部份。

本指南旨在讓食品處理人員基本瞭解在處理食品時食品衛生為什麼非常重要，食物中毒如何發生，為什麼會發生食物中毒，食品工作人員可採取什麼措施來防止食物中毒。主題包括：

1. 《食品法》與您
2. 食品衛生—保持食品安全
3. 個人衛生
4. 清潔

請通讀每個主題，並在整個過程中通過各項活動來檢查所學知識。

本手冊背頁列有活動解答。

在讀完手冊後，請把手冊轉給另一位員工或放在近便之處。本手冊是一種實用的參考工具，可供員工在工作時使用。



在整本手冊中，我們的食品安全主管能手將提供各種實用技巧和重要信息。在通讀每個主題時，請密切注意食品安全主管的建議。

主題1：《食品法》與您

什麼是食品安全？

食品安全在於運用常識，即保持清潔，供應溫度適宜的熱食和冷食。

食品安全涉及食品儲存、溫度控制、清潔與殺菌、個人衛生以及蟲害防治。

如果您從事食品工作，就擔負安全處理食品的重大責任。

食品安全計劃是食品企業的經營手冊，也是《1984年食品法》規定的要求。您可能需要在食品安全計劃中填寫記錄。食品安全主管會向您介紹有哪些記錄，並說明如何填寫這些記錄。



食品安全主管說...

“食品處理人員有很多工作要做。如果您不確定如何正確完成這些工作，請盡管來找我。”

食品處理人員的責任

食品處理人員是指企業中接觸食品或食品接觸表面的任何人。食品處理人員可為食品加工人員、幫廚、食堂工作人員、服務員或供應食品的員工、麵包店助理、做三明治或者清理和清潔餐桌的員工。

如果您有任何不明白之處，工作場所的食品安全主管應該可以為您提供幫助。

請記住，作為食品處理人員，您需要安全處理和供應食品。這是您的主要責任之一。根據《食品法》規定，您也可能受到罰款。在維多利亞州，食品處理人員必須遵守《1984年食品法》的規定。

食物中毒

我們大多數人都經歷過食物中毒或者知道某人曾經食物中毒。食物中毒的症狀與許多胃部‘病菌’引發的症狀相似—嘔吐、腹瀉、胃痛、關節痛以及身體感覺不適—一些食物中毒可導致死亡，特別是對兒童、老人和重病患者而言。

由於食物中毒有可能造成以下情況，所以可帶來嚴重的後果和高昂的代價：

- 顧客生病
- 嚴重患者死亡
- 飲食場所關閉
- 失業
- 由於媒體報道/眾口相傳造成不良宣傳/名聲損失
- 受影響的顧客採取法律行動



活動一 食品安全主管說...

“請看這幅漫畫。您能發現其中有任何食品安全問題嗎？這幅漫畫中一共可以找到20個錯的地方”。

主題2：食品衛生 - 保持食品安全

食品衛生不僅在於清潔，而且還在於採取正確的步驟，確保員工處理和供應的食品是安全的。

良好食品衛生規範意味著顧客感到滿意，工作場所安全、清潔，並符合法定要求。

不良食品衛生規範可導致食品污染和爆發食物中毒。

食品安全危害物

食品安全危害物是指在食品中發現的不該有的東西。一旦危害物出現在食品中，就可能帶來危害。這叫做污染。

有三種危害物可污染食品：

微生物危害物—包括細菌、真菌、酵母和霉菌。

化學危害物—食品被清潔劑或殺蟲劑污染。

實物危害物—在食品中發現的不應有的東西。

設想一下在食品中發現以下一些東西：

- 頭髮、指甲或護創膠布
- 機器中的螺絲、電線、釘子、或螺絲
- 玻璃、木片或刀片
- 蛆、飛蛾或蒼蠅



食品安全主管說...

“食品處理人員有責任供應安全食品。一定要注意這些食品安全危害物！”

食物變質與食物中毒

食物變質是指食物‘變壞’。例如，牛奶變酸、麵包發霉、蔬菜變綠並發黏。若食物的色、香、味發生變化而不再適於食用，就應該扔掉，但這並不是食物中毒。

食物中毒與食物變質不同，這是因為您無法在造成食物中毒的食物中看到或嗅到任何異樣。即使有許多食物中毒細菌，食物的色、香、味也仍然正常。



高風險食物

細菌需要食物才能存活，有幾種食物非常有利於食物中毒細菌生長。這些食物可歸為一組，稱為**高風險食物**。

這些高風險食物也稱為潛在危害性食物。這些食物富含蛋白質和水份(通常都含有水份)，其中包括：

- 雞蛋和蛋製品(如色拉中的熟蛋)
- 米飯(全熟或半熟)和意大利麵食(煮熟或新鮮)
- 豆類(全熟或半熟)，如四季豆、利馬豆或紅豆
- 生肉與熟肉
- 魚肉和禽肉
- 肉餡與禽肉餡
- 燉菜、湯和高湯
- 皮薩餅、三明治和夾心蛋糕
- 牛奶以及奶油、乾酪和蛋奶糊等乳製品
- 調味醬和肉糜
- 加工肉和罐頭肉(打開後)
- 貝類(特別是牡蠣)



低風險食物

以下食物不利於細菌生長：

乾製食物—麵粉、茶、咖啡、乾製意大利麵食、糖和水果乾等包裝食物均為安全食物。這些食物無需冷藏，而且貨架保存期較長。但一旦加水後，許多乾燥食物就會變成高風險食物—如煮熟的米飯或意大利麵食。

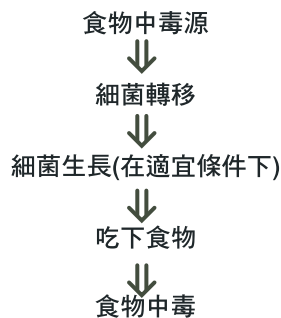
冷凍食物—因為水結成固體，因此細菌不能在冷凍的食物中繁殖增長。食物一旦解凍之後，細菌就會繁殖增長。

富含酸性物的食物—腌漬食物、印度酸辣醬、番茄

富含鹽和糖的食物—鹹食與甜食

食物中毒鏈

在出現食物中毒前會發生一連串的事件：



- 食物中必須有食物中毒的細菌
- 細菌必須在適當的環境下繁殖增長
- 食物必須吃下後才會發生食物中毒

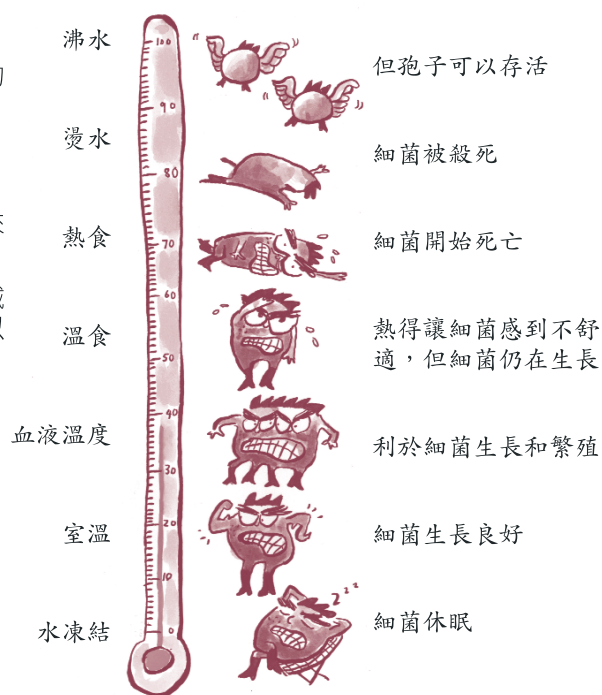
預防措施

可以採取三個步驟來預防食物中毒：

第1步—正確處理和儲存食物，防止食物受到細菌污染。

第2步—通過時間和溫度監測來防止細菌在食物中增長。

第3步—將食物烹製熟透，消滅或減少食物中的細菌—這可以採用溫度計來檢查。



適宜條件：時間、水份、溫度

時間

在適宜條件下，細菌每20分鐘就可以繁殖一次。這就是說，在3.5個小時內，一個細菌可以變成一百萬個細菌。

水份

細菌需要水份才能生長。如果沒有水份，細菌生長就可能減慢或停止。這就是乾製食物可以安全保存的原因。



溫度

細菌在5°C和60°C之間的溫度中生長。這一溫度範圍稱為危險區段。

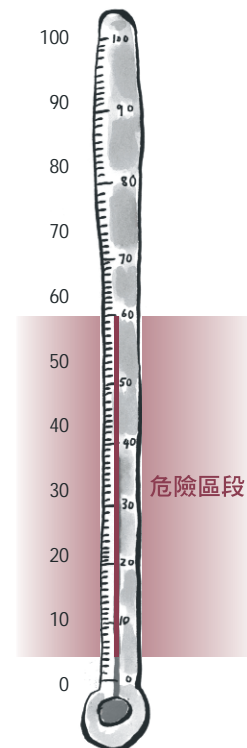
在溫度在5°C時，細菌開始生長。在溫度升高到大約45°C前，細菌生長速度加快；在溫度達到45°C時，細菌生長開始速度減慢。

在溫度達到約60°C時，細菌停止生長。食物必須烹製到核心溫度達到75°C以上才可以殺死細菌。

冷凍室中的食物—在食物凍至堅硬時(-18°C以下)，細菌就不會生長。

冰箱中的食物—(0-4°C)溫度可以阻止大多數食物中毒的細菌生長。

室溫下的食物—危險區段(5-60°C)中的食物非常有利於細菌生長與繁殖。



請注意：食物放在危險區段(5°C和60°C之間)的時間不得過長。

溫度監測

使用探針溫度計來測量食品的温度。測量食品温度的步驟如下：

1. **清洗探針**。每次使用前，用熱自來水沖洗探針。
2. **殺菌**。每次使用前，在殺菌劑中清洗或使用殺菌拭紙擦拭探針。
3. **插入**。將探針插入食品。
4. **讀取並記錄**。將温度寫在食品安全計劃記錄表上。



如果您認為讀數可能不正確，或者食品在5°C和60°C之間，請向食品安全主管查詢。



食品安全主管說… “請務必記住：

- 將溫度計探針插入食品厚度最大部份來測量核心(內部)溫度
- 在測量溫度前先攪拌液體食品(如湯和調味醬)
- 在兩次讀取之間清洗並用殺菌劑來擦拭探針

交叉污染

我們週圍每天都有各種食物中毒細菌。這些細菌可以存在於土壤、牲畜、人的皮膚和用品上。實際上，在我們觸碰和使用的每件物品上都存有這些細菌！

在細菌污染食品或食品接觸表面時就會發生交叉污染。食品處理人員處理食品不當，通常會導致食品交叉污染。

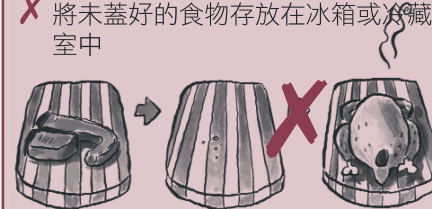
以下是處理食品時的標準規範和禁止範例：

✓ 標準規範

- ✓ 將生肉和蔬菜與熟食分開
- ✓ 在冰箱中把熟肉放在生肉上方
- ✓ 蓋住食物，防止灰塵、蒼蠅和塵土
- ✓ 使用清水徹底沖洗/清洗所有水果和蔬菜，清除泥土、昆蟲和化學物質
- ✓ 清潔和殺菌所有設備與檯面
- ✓ 將食品保存在食品等級的容器中
- ✓ 穿上清潔的防護衣物
- ✓ 處理食品前要先洗手

✗ 禁止範例

- ✗ 使用同一塊砧板切生肉和熟肉
- ✗ 在處理生食後，未先洗手就開始處理熟食
- ✗ 戴上用食品處理手套觸碰錢幣
- ✗ 將未蓋好的食物存放在冰箱或冷藏室中



請記住：一定要養成洗手和保持良好個人及食品衛生的習慣。



食品安全主管說…

您是否知道以下事項非常容易引起食品交叉污染：

- 食品處理人員的不良衛生習慣
- 供貨商
- 食品保存不當



活動一 食品安全主管說…

“請仔細閱讀喬伊 (Joe) 的日記，判斷哪些任務執行正確”。(請打個 ✓ 或 X)

	正確打個 ✓	錯誤打個 X
使用清潔並殺菌過的刀來切蔬菜		
用同一把刀來切熟火腿		
在洗手盆中洗番茄		
將火腿片放在蓋好的容器中，然後放在冰箱頂層		
將熱湯放在打開的窗戶邊迅速放涼		
到外面抽煙，在重新進入廚房時洗手		
用同一塊砧板切生肉和熟肉		

食品儲存

對任何廚房而言，正確儲存食品都非常重要。有三種主要的食品儲存區：

1. 儲存乾貨原料的乾貨儲存區
2. 儲存新鮮易變質食品的冰箱或冷藏室
3. 儲存冷凍食品的冷凍室

1. 乾製食品儲存在乾貨儲存區(儲藏室/食品室)

麵粉、茶、咖啡、乾製意大利麵食、糖、麵包粉、香草和香料之類的乾製食品可以儲存在乾貨儲存區或儲藏室中。這些食品乾燥，因而有較長的貨架保存期，並可在室溫下保存。

請務必做到以下幾點：

- 將麵粉、香草、香料、乾製意大利麵食、油等乾製食品保存在紙箱、罐子或帶有密合蓋的容器中。
- 檢查受潮跡象、使用期、罐頭是否凹陷或生鏽、包裝是否穿孔。
- 將食品儲存在離開地板的貨架上，並將化學品存放在另外的區域。
- 輪換使用庫存—採用先入先出的做法。



2. 冷食儲存在冰箱中

高風險食品必須儲存在5°C以下的冰箱裡。

✓ 標準規範

- ✓ 將熟食存放在生食之上。
- ✓ 盡量減少開關冰箱門的次數。
- ✓ 定期除霜，確保冰箱維修良好並保持清潔。
- ✓ 蓋好食品，給食品貼上標籤並註明日期。
- ✓ 輪換使用庫存—採用先入先出的做法。

X 禁止範例

- X 冰箱塞得太滿，或者冷空氣無法流通。
- X 將熟食立即放入冰箱。
- X 將打開的罐頭存放在冰箱中。



食品安全主管說…

“請記住蓋好食品，給食品貼上標籤並註明日期!!!!”

3. 冷凍食品儲存在冷凍室中

冷凍食品應存放在冷凍室中，冷凍室應保持足夠低的溫度，使得食品凍至堅硬(-18°C以下)。

請記住

- 冷凍食品仍可能帶有細菌，一旦解凍後，細菌會重新開始繁殖增長。
- 將冷凍室的溫度保持在-18至-20°C，確保冷凍室處於良好工作狀況。
- 冷凍食品必須凍至堅硬。在接收供貨商的食品時，要檢查食品是否凍至堅硬。
- 不要在冷凍室中放入過多食品。
- 蓋好食品，給食品貼上標籤並註明日期。
- 輪換使用庫存—採用先入先出的做法。

解凍

食品在烹製前務必要完全解凍。如果食品仍未完全解凍，內部就可能達不到殺死食物中毒細菌的適當溫度。

請務必做到以下幾點：

- 在冰箱或微波爐中解凍食品。
- 留出足夠時間讓食品完全解凍。
- 在解凍24小時內烹製食品。
- 使用探針溫度計檢查食品的温度。
- 蓋好食品，給食品貼上標籤並註明日期。

請記住：

食品在解凍後不可重新冷凍。

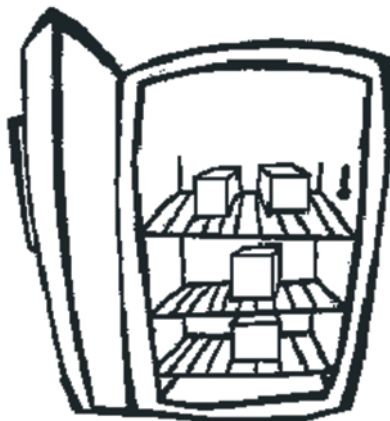


活動一 食品安全主管說...

“請記住：食品在烹製前應完全解凍，否則食品內部仍可能冷凍，達不到殺死食物中毒細菌的足夠溫度”。

“食品必須正確儲存在冰箱中。在每個盒子上貼上一個字母，表明每種食品的存放處”。

- A. 做好的色拉
- B. 熟火腿
- C. 生雞肉
- D. 奶油鬆蛋糕



烹製、冷卻和重新加熱

將食物烹製熟透是食品衛生的一個重要方面，也是防止食物中毒的方法之一。確保烹製的所有食品，特別是高風險食品的內部核心溫度達到75°C以上。這樣就可以殺死大多數細菌。

烹製

- 將食物烹製到75°C以上。
- 攪拌液體食品來均勻加熱。
- 在加熱板上重新烹製從旋轉烤肉機上切下的肉。

冷卻

有時候，您可能想要先烹製食物，然後冷卻並重新加熱，以備第二天使用。

對這種做法有一些特殊的規定：

- 快速冷卻食物。
- 將食物傾注到較淺的容器中。
- 將食物分成小份，加快冷卻速度。
- 將食物放入冷藏室或冰箱中—不要將食物留在檯面或爐灶上冷卻。

請注意：食物存放在危險區段(5°C和60°C之間)的時間不得過長。

重新加熱

- 用最快的方法重新加熱食物，確保食物的核心溫度達到75°C。
- 食物只應重新加熱一次，如未食用或賣掉，就必須扔掉。
- 如果在微波爐中加熱食物，要確保食物熟透。



請記住：食品安全主管說...

“對危險區段的高風險食品要迅速處理。烹製食物，用最快的方法重新加熱，將食物分成小份，以便迅速冷卻”。

展示熱爐與餡餅保溫器

展示熱爐和餡餅保溫器只應在供應食物期間用於熱食的短時間保溫，不可用來烹製或重新加熱食物。

✓ 標準規範

- ✓ 在放入食物前，確保展示熱爐的溫度高於60°C。
- ✓ 測量熱食的溫度。
- ✓ 經常清潔。
- ✓ 更換托盤。

✗ 禁止範例

- ✗ 將新鮮食物與已展示的食物混在一起。
- ✗ 放入過多的食物。
- ✗ 用來加熱或烹製食物。



食品安全主管說...

“請記住在烤箱中加熱食品，然後再放入展示熱爐或餡餅保溫器中，對展示熱爐的每個托盤使用不同的夾鉗、湯匙和上菜器具”。

即食食品與‘不碰’技巧

即食食品可以直接食用，無需做任何進一步的食物製備，如通常殺死細菌的烹製或加熱。

一些即食食品包括：

- 熱肉餡餅、餡餅、香腸卷和烹製好的皮薩餅
- 三明治和夾心卷
- 蛋糕、糕點、蛋奶糊、酸奶和乾酪
- 水果塊、色拉、蘸料、壽司和冰淇淋
- 熟米飯、意大利麵食和麵條



食品安全主管說...

“小心處理即食食品，以免食品受到污染。請使用‘不碰’技巧。這些技巧有助於在食品與手之間建立一道食品保護屏障”。

請務必使用‘不碰’技巧

- 使用夾鉗和上菜湯匙來拿取食物。
- 使用食品等級的防油紙或紙餐巾拿取食物。
- 使用清潔的食品處理手套來拿取食物。

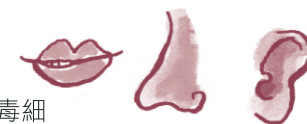
主題3：個人衛生

每個人的身體內外都有細菌。人的皮膚、手、指甲溝、頭髮、耳、鼻、喉及其他身體部位都有細菌。

大約有64%的人的耳、鼻、喉及手部中均攜帶有食物中毒細菌(金黃色葡萄球菌)。

食品處理人員必須十分小心，不要讓這些細菌污染食品。這一主題將詳細說明個人衛生的‘標準規範’和‘禁止範例’。

個人衛生在於確保食品處理人員保持清潔，知道採取什麼措施來保持食品清潔和安全。



衣物、指甲、頭髮與首飾

衣物

在食品行業的工作服旨在保護食品不受身體的污染，所穿戴的工作服取決於所處理的食品種類。

食品處理人員的衣物不應污染食品或食品接觸的表面。防護衣物包括：工裝褲；圍裙；工作服；防護外套；髮罩/工作帽；口罩和一次性食品處理手套。



✓ 標準規範

- ✓ 將個人物品和衣物存放在鎖櫃或更衣室中
- ✓ 穿上清潔、合身的工作服和鞋子，以便保護食品
- ✓ 在上洗手間或離開食品製備區域時脫下圍裙

✗ 禁止範例

- ✗ 將個人物品和衣物存放在食品製備或儲存區域。
- ✗ 在廁所內更衣。
- ✗ 穿著不合適的衣物處理食品，如短褲或拖鞋。

指甲、頭髮和首飾

指甲、頭髮和首飾都藏有細菌，並可能掉入食品中。

指甲

✓ 標準規範

- ✓ 剪短指甲並保持指甲清潔。

✗ 禁止範例

- ✗ 戴假指甲—因為假指甲可能脫落並掉入食品中。
- ✗ 塗指甲油—因為指甲油可能剝落並掉入食品中。此外，您無法看到下面的指甲是否清潔。

頭髮

✓ 標準規範

- ✓ 將保持頭髮清潔，在處理食品時將頭髮向後束起。

✗ 禁止範例

- ✗ 在製備食物時觸碰或梳理頭髮。

首飾

✓ 標準規範

- ✓ 戴手錶和戒指，因為錶帶和首飾中都可能帶有細菌。
- ✓ 戴配有寶石的戒指或身體穿環，因為這些東西可能掉入食品中。
- ✓ 觸碰臉部和身體穿環。

請記住首飾可能：

- 成為職業健康與安全的危害物。在靠近烹煮器具時，首飾可能變熱而灼傷皮膚。首飾還可能被機器勾住。
- 妨礙徹底洗手。

洗手—時間、方法及所需物品

何時應該洗手

您的手部不斷與食品接觸。在工作前和工作期間應徹底洗手，減少細菌數量。

在做以下事情後一定要洗手：

- 處理垃圾，沖洗垃圾桶和清潔
- 上廁所，開始工作，或者休息結束回來工作
- 擤鼻子、咳嗽或打噴嚏
- 抽煙
- 飲食
- 觸碰錢幣
- 觸碰身體的任何部位，如抓癢、觸碰耳環或頭髮，擦拭額頭上的汗液後
- 處理生食後和處理即食食品前



怎樣洗手

第1步：使用肥皂，用溫水將雙手弄濕。

第2步：清洗。使用肥皂和溫水徹底清洗雙手的手臂和手指之間的部分，至少清洗60秒鐘。

第3步：在溫自來水下沖洗雙手。

第4步：用風乾機吹乾或者用紙巾擦乾雙手。



使用肥皂 ⇒ 清洗 ⇒ 沖洗 ⇒ 弄乾

洗手時需要哪些物品

1. 肥皂 (抗菌洗手液可殺死細菌並且沒有添加香水，因此是洗手的最佳選擇)
2. 溫自來水
3. 一次性紙巾或風乾機
4. 扔用過的紙巾的垃圾桶

若洗手區域的肥皂或紙巾用完，請找食品安全主管。



食品安全主管說...

“不要使用食品製備洗滌槽來洗手。絕不可使用洗手盆來處理食品。”

在生病時

食品處理人員在生病時有責任告訴食品安全主管，以免污染食品。

請記住：絕不可靠近食品或食品接觸表面咳嗽或打噴嚏。



食品安全主管說...

“如果您生病了，最好去看醫生，獲得醫生證明，並聽取有關何時可以回來上班的醫囑。我必須在安全食品計劃中記錄您的生病情況”。

吸煙

在接收、儲存、製備、運輸或供應食品的任何區域都嚴禁吸煙。

煙灰、煙蒂和煙霧均可污染食品。吸煙還可能引起咳嗽，並因此而污染食品。

在吸煙時，有害細菌將通過口部傳到手部和食品上。
一定要養成洗手的習慣！



手套—使用方法及更換時間

食品處理手套

一次性食品處理手套是幫助您安全處理食品的理想工具。髒污的食品處理手套可能比髒污的手部更有害，並且可污染食品。

✓ 標準規範

經常更換手套(如每半小時)並在以下情況下更換手套：

- ✓ 在處理垃圾後
- ✓ 在每次休息後
- ✓ 在處理生食與熟食之間

✗ 禁止範例

在以下情況下請勿使用食品處理手套：

- ✗ 做其他工作而不是在處理食物
- ✗ 觸碰錢幣
- ✗ 清潔、處理包裝或者從地板上撿起東西
- ✗ 從一項任務轉到另一項任務



割傷與傷口

要在傷口處貼上食品處理人員的藍色護創膠布，並戴上一一次性手套。

主題4：清潔

一邊工作一邊清潔

在任何企業中，食品接觸表面和設備都會因食物碎屑、油脂或其他雜物而變得不乾淨。這可能是非常危險的！

清潔是指清除所有表面、裝置物(如燈具、櫥櫃和擱架等)、用具和設備上的灰塵、油脂、異味、塵土和污漬的過程—這不僅指室內清潔，而且還指室外清潔，如清潔後院和垃圾區域。

食品處理區域的清潔工作非常重要，其中的原因有很多種：

- 讓顧客感到滿意
- 防止食物中毒
- 防止疾病傳播
- 創造安全的工作條件
- 有助於保持設備的良好狀態



清潔

這是指使用掃帚、拖把、擦洗機和/或熱肥皂水等清潔設備清除表面上的灰塵、油脂和食物碎屑。

微觀清潔

這是指使用很熱的水或殺菌劑來殺死所清潔表面上的細菌。



食品安全主管說...

“一定要將清潔工作視為一種預防措施，而不是作為一種權宜之計，因此，您應該‘一邊工作一邊清潔’。如果留到每日結束時才做，清潔工作就會變得更繁重，而且您可能會覺得太累而不願開始做繁重的清潔工作。”

使用什麼清潔工具？

清潔設備

請務必備有拖把、刷子、防護衣物、手套和化學品等合適的清潔設備。

所有清潔設備都應保持良好和清潔的狀況，以免傳播細菌。



請務必將清潔設備存放在遠離食品區域的地方。

清潔劑

清潔劑用於清除表面上的油脂、塵土和污垢。
清潔劑像肥皂一樣，只可清除表面細菌，**並不能殺死細菌。**



食品等級殺菌劑

殺菌劑在清潔劑之後使用，可以殺死細菌。殺菌劑可為化學品或燙水(80°C 到85°C)。
可以使用甲基化酒精和水(按75/25的比例配製)、氯漂白劑或商用化學殺菌劑。

不能只選擇使用清潔劑或殺菌劑一而是兩者都**必須**使用。

消毒劑

消毒劑是氣味很濃的化學品。消毒劑用於衛生間和更衣室區域，絕不可用來代替殺菌劑。

如何清潔？

有效清潔與殺菌需要採取四個步驟。這些步驟適用於所有食品企業以及各種設備、表面、地板和牆壁。

第1步：刮除

通過浸泡、刮除和沖洗來鬆動和清除食物碎屑。



第1步：刮除

第2步：主要清潔

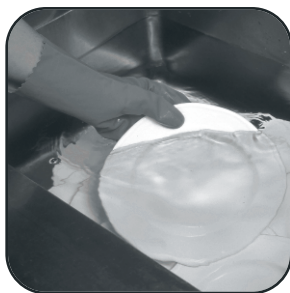
用清潔劑清洗和擦洗，清除表面灰塵、污垢、食物碎屑或油脂。



第2步：主要清潔

第3步：殺菌

使用化學殺菌劑或燙水。



第3步：殺菌

第4步：晾乾

將清潔好的物品放在乾淨並經過殺菌的表面自然晾乾。晾乾是清潔過程中的一個重要步驟。應避免使用茶巾，因為茶巾是食物中毒細菌的良好繁殖地。



第4步：晾乾



食品安全主管說...

“請記住晾乾碗碟。不要用潮濕的毛巾擦碗碟，因為這樣做不是擦乾碗碟，而是弄髒碗碟！”

什麼是清潔計劃表？

食品安全主管使用‘清潔計劃表’來記錄重要的清潔任務。應該在以下時間清潔食品製備區域和設備：

- 在每天使用前
- 在日間
- 在一日結束時

食品處理人員有責任完成某些清潔任務，並且在清潔計劃表上簽名。食品安全主管將檢查清潔的項目和計劃表，確保每天都填寫計劃表。

計劃表應掛在牆上或佈告欄上，以便大家都可以看到。計劃表包括以下細節：

- 誰負責清潔
- 需要清潔什麼項目
- 如何清潔
- 何時清潔
- 需要使用哪些化學品、材料和設備



清潔計劃表

清潔計劃表範例

項目	清潔人員	清潔時間	清潔方法	清潔工具
1. 廚房地板	Peter Evans	1. 在溢濺之後	1. 打掃整個區域，特別是地板和牆壁和圓形壁面相接處 2. 用熱水和清潔劑拖地板 3. 用殺菌劑拖地板 4. 晾乾	掃把、畚箕、吸塵器，拖把、絞擰桶、清潔劑、殺菌劑
2. 食物處理檯面	Peter Evans	1. 一日開始之時 2. 在溢濺之後 3. 一日結束之時	1. 用抹布抹去鬆散的碎屑 2. 用熱水和清潔劑清洗 3. 塗上殺菌劑 4. 晾乾	手刮具、抹布、清潔劑、雙側桶

蟲害－常見蟲害及其危害

蟲害通過細菌和糞便傳播疾病，可引起食物中毒，並損壞設備和場所。防止食品製備和處理區域出現蟲害，這一定非常重要。

對食品區域造成威脅的最常見蟲害包括蒼蠅、蟑螂、螞蟻、耗子、老鼠和象蟲。



食品安全主管說...

“如果發現任何蟲害跡象，請告訴我”。

垃圾

任何食品場所都務必正確處理垃圾，盡量減少交叉污染、異味和蟲害的風險。像大多數清潔工作一樣，處理垃圾也在於運用常識。

食品製備/供應區域的垃圾桶

- 經常清空垃圾桶－在每餐之後或垃圾桶裝滿時
- 用熱肥皂水清洗垃圾桶並套上塑料垃圾袋

市政府的垃圾桶

- 用水管沖洗垃圾桶存放區
- 蓋上垃圾桶蓋子，確保垃圾桶不會太滿
- 不要壓緊垃圾
- 用熱肥皂水清洗垃圾桶



如果垃圾桶不夠(或者垃圾從垃圾桶溢出)，請告訴食品安全主管。



食品安全主管說...

“請不要忘記將玻璃、紙張、硬紙板、鋁罐、塑料等回收物品分開放入單獨的回收垃圾桶”。

若要下載墨爾本市的《聰明利用廢物指南》(Waste Wise Guide)，請瀏覽網址：www.melbourne.vic.gov.au/wastewise。

良好內務管理小竅門

良好內務管理是食品行業中每個人的責任。

食品安全主管說...

- “做完工作後應清潔整理，並且在用完物品後將物品收拾好。
- 將掉在地板上的物品撿起來，放回應該存放的區域。
- 擦乾淨地板上的溢濺物，以免他人摔倒。
- 確保正確存放食品原料。
- 檢查化學品是否正確貼上標籤。
- 在垃圾桶裝滿時清空垃圾桶。
- 若看見紙巾架等空了，則要重新添加紙巾等洗手物品。
- 自問還可以做些什麼來提供幫助並向我報告任何錯誤。
- 請記住‘一邊工作一邊清潔’。”



活動解答

髒污的廚房

您是否發現...(從第3頁)

清潔與殺菌

- 髒污的茶巾
- 在洗滌槽中用冷水洗碗碟

垃圾與蟲害

- 垃圾桶沒蓋好
- 窗戶打開而且沒有蒼蠅網
- 將食物留在打開的窗戶邊放涼

清潔與儲存

- 盤子有裂縫，無法清潔和殺菌
- 罐子和包裝打開
- 誤將化學品與食品儲存在一起

溫度控制與食品儲存

- 冰箱門打開
- 腿肉放在冰箱外
- 生牛排放在熟羊肉上
- 血和汁液滴到熟肉上

蟲害防治

- 壁腳板上有老鼠洞，地板上有老鼠糞便的痕跡

個人衛生

- 在食品製備區域吸煙
- 未蓋住頭髮
- 未蓋住手指上的繃帶
- 衣物髒污
- 未穿防護工作服

交叉污染

- 在同一作業表面上切雞肉和其他肉
- 牛排上的血污染了作業檯面

喬伊的日記 (從第10頁)

	正確 ✓	錯誤 ✗
使用乾淨並經過殺菌的刀來切蔬菜	✓	✗
用同一把刀切熟火腿	✓	✗
在洗手盆中洗番茄	✓	✗
將火腿片放在蓋好的容器中，並放在冰箱頂層	✓	✗
將熱湯放在打開的窗戶邊迅速放涼	✓	✗
到外面去抽煙，在重新進入廚房時洗手	✓	✗
用同一塊砧板切生肉和熟肉	✓	✗

儲存食品(從第12頁)

頂層：B. 熟火腿和 D. 奶油鬆蛋糕。這些食品均為即食食品或熟食。

中層：A. 預製色拉必須放在生肉上方。

底層：C. 生雞肉一定要放在底層。

您是否想對墨爾本市政府提出任何問題？
請與我們聯絡。

- 9280 0716 አማርኛ
- 9280 0717 廣東話
- 9280 0718 Ελληνικά
- 9280 0719 Bahasa Indonesian
- 9280 0720 Italiano
- 9280 0721 普通話
- 9280 0722 Somali
- 9280 0723 Español
- 9280 0724 Türkçe
- 9280 0725 Việt Ngữ
- 9280 0726 其他各種語言

©版權所有一墨爾本市政府
2007年6月

熱線電話：03 9658 9658
TTY電話：03 9658 9461
enquiries@melbourne.vic.gov.au
www.melbourne.vic.gov.au

本手冊為墨爾本市政府的出版物

