

የምግብ ደህንነት የእርስዎ ሰራ ነው



የምግብ ንግድ ድርጅቶች መመሪያ

Food Safety is Your Business
A GUIDE FOR FOOD BUSINESSES



ACT
Government
Health

የጤና ጥበቃ አገልግሎት
የጤና ዳሬክቶሬት
የኤሲቲ መንግስት



ይዘቶች

የሙብት መሻሪያ 2

መግለጫ 3

 መመሪያው ማንን ይመለከታል? 4

 ‘አስተማማኝ’ ምግብ ምንድን ነው? 4

የምግብ ደህንነት መመሪያዎችና ተግባራት 6

 የግል ጤንነትና ንጽህና 7

 ሙቀት መቆጣጠር 10

 ሰአትን እንደ መቆጣጠሪያ መጠቀም 14

 ምግብ እንዳይበላሽ መከላከል 15

 ምግብ የሚቀመጥበትን ቦታዎችና ዕቃዎች አያያዝን በተመለከተ 21

 ተባቦችን መቆጣጠር 25

የምግብ ደህንነት ክህሎቶችና ዕውቀት 27

 በምግብ ስራ ላይ የተሰማራ ሰው ምን አይነት ክህሎቶችና ዕውቀት ያስፈልጉታል? 27

 ሰራተኞቹ ስለምግብ ደህንነት ክህሎቶችና ዕውቀት ግንዛቤ አላቸው? 27

 የሰልጠና ምርጫዎች 28

ተጨማሪ መረጃ ማግኘት የሚቻለው የት ነው 29

የቃላት ፍቺ 30

 አባሪ 1:- የምግብ ንጽህና 33

 አባሪ 2:- የክህሎቶችና የዕውቀት ማመሳከሪያዎች 35

 አባሪ 3:- የሰልጠና መዝገብ 41

የመብት መሻሪያ

ይህ መመሪያ፣ የምግብ ደህንነት የእርሶ ስራ ነው፣ ለምግብ ሽያጭ ሃላፊዎች ሰራተኞች የምግብ ደህንነት አጠባበቅ መመሪያዎችና ተግባራትን እንዲረዱ የሚጠቅም ነው።

ሁሉም በምግብ ንግድ ስራ ላይ የተሰማሩ ድርጅቶች የኤሲቲን የህግ መስፈርቶች ሟሟላት አለባቸው። ሆኖም ግን፣ ይህ መመሪያ ሁሉንም የ2001 የምግብ ህግ መስፈርቶችን እንዲሁም የ2002ቱን የምግብ ደንብና የአውስትራሊያ ኒውዝላንድ የምግብ ደረጃዎች መዳቢ ኮድን አልያዘም። ስለዚህ መረጃዎቹ የህግ ምክር አገልግሎት የማይሰጡ ስለሆነ ማንኛውም ተጠቃሚ የራሱን ውሳኔ መውሰድ ይችላል። ማንኛውም የህግ ምክር መቀበል የሚቻለው ህግ ከሚያውቅ ባለሙያ ሰው ብቻ ነው።

ይህ መመሪያ ስህተቶችን ሊይዝ በውስጡ ያሉ መረጃዎችም በማንኛውም ጊዜ ሊለወጡ ይችላሉ። መመሪያው ሲታተም አብረው የወጡ የድረ-ገጽ አድራሻዎች አገናኞችና የህግ አንቀጾች ትክክለኛ መረጃዎች ናቸው። የዚህ መመሪያ ተጠቃሚዎች በሆነው ይሁን መንገድ መጠቀም መቀጠል ከፈለጉ ከህጋዊ ሰነዶች ጋር ሊያመሳክሩዎቸው ይገባል።

የኤሲቲ መንግስት የዚህን መመሪያ መረጃ በመጠቀም ለሚወሰዱ ማናቸውም እርምጃዎች ተጠያቂ አይደለም። የኤሲቲ መንግስት የዚህን መመሪያ መረጃ በመጠቀም ለሚደርስ ማንኛውም ጉዳት ተጠያቂ አይሆንም። የኤሲቲ መንግስት የዚህን መመሪያ መረጃ ከድረ-ገጾች የሚገኙና መረጃዎቹ ከኤሲቲ መንግስት ቁጥጥር ውጪ ከሆኑ ድረ-ገጾች የሚገኙ ከሆነ ስለትክክለኛነታቸው ማረጋገጫ አይሰጥም።

በቃላት ትርጉም ፍቺ ላይ ትርጉማቸው የተገለጸ ቃላት በገጽ 30 ላይ በጸ-ሁፋ ለመጀመሪያ ጊዜ እንደተጠቀሱ **ቡብርቱካናማ ቀለም** ሰፍረው ይገኛሉ።

የታተመው በኤሲቲ መንግስት የጤና ዳይሬክቶሬት ነው።

የሕትመት ቁጥር፣ 12/0796

Health Protection Service

Locked Bag 5005

Weston Creek ACT 2611

ስልክ፡- (02) 6205 1700 ፋክስ፡- (02) 6205 1705

ኢሜይል፡- hps@act.gov.au

መግቢያ

በኤሲቲ የሚሸጡ ሁሉም ምግቦች ህዝቡ ሲመገባቸው ጤንነታቸው የተጠበቀ መሆን አለባቸው። ሁሉም **በምግብ ሽያጭ የተሰማሩ** ስለምግብ ጤና አጠባበቅ ዕውቀት ሊኖራቸው እና ሁልጊዜ በስራ ቦታ የምግብ ደህንነት ክህሎቶችን መጠቀም ይገባቸዋል።

ይህ መመሪያ የተዘጋጀው ምግብ ለሚያዘጋጁና ለሚሸጡ መሰረታዊ ዕውቀት ለማስጨበጥ ታስቦ ነው።

- የግል ጤንነትና ንጽህና ለመጠበቅ የሚረዱ ተግባራት፤
- የምግብ ደህንነት ተግባሮች እና መመሪያዎች፤
- **የሙቀት መቆጣጠሪያ፤**
- የምግብ መበክል፤
- ጽዳትና ንጽህና፤
- የምግብ ማዘጋጃ ቦታዎች እና ዕቃዎች፤
- የተባዮች መቆጣጠሪያ ዘዴ።

በዚህ መመሪያ ውስጥ፣ 'የምግብ አዘጋጅ' ማለት ሃላፊዎችን፣ ተቆጣጣሪዎችንና ሰራተኞችን ጨምሮ ማንኛውንም በምግብ ሽያጭ ላይ የተሰማሩ ሰው ማለት ነው።

የዚህ መመሪያ መሰረቱ የ 2001 የምግብ ህግ(ህጉ)፣ የ2002 የምግብ ደንብ (ደንቡ)ና አውስትራሊያ ኒውዝላንድ የምግብ ደረጃዎች ኮድ (የምግብ ደረጃዎች ደንብ) ናቸው። የሚሰጠው አጠቃላይ የሆነ አጭር መረጃ ብቻ ነው። ሆኖም ሁሉንም መስፈርቶች አልያዘም። የምግብ ሽያጭ ሃላፊዎች ይህንን ህግ፣ ደንብ እና የምግብ ደረጃዎች ኮድ በማንበብ የምግብ ሽያጭ ሂደቱ ህግን የተከተለ መሆኑን የማረጋገጥ ግድታ አለባቸው። እነዚህን ህጎች አለማክበር ወንጀል ነው።

የኤሲቲ መንግስት የጤና ጥበቃ አገልግሎት የምግብ ደንብና የምግብ ደረጃዎች ደንብ በህጉ መሰረት መተግበራቸውን ይቆጣጠራል። የጤና ጥበቃ አገልግሎት በምግብ ሽያጭ ስራ ከተሰማሩ ጋር የንግድ ድረጅቶች ጋር በመስራት ጤንነቱ በከፍተኛ ደረጃ የተጠበቀ ምግብ በኤሲቲ እንዲኖር ጥረት ያደርጋል።

ለምግብ መሰሪያ የሚያገለግል የቦታ ንድፍና የግንባታ መስፈርቶችን እንዲሁም የምግብ ዕቃዎችና መኪናዎች በዚህ መመሪያ ላይ አልተካተቱም። ስለነዚህ መስፈርቶች የበለጠ መረጃ የሚሹ ከሆነ የጤና ጥበቃ አገልግሎትን ያነጋግሩ። አድራሻቸው በገጽ 29 ላይ ይገኛል።

መመሪያው ለማን ነው የወጣው?

ይህ መመሪያ የወጣው ለሁሉም በኤሲቲ ምግብ በማዘጋጀትና በመሸጥ ስራ ላይ ለተሰማሩ ሰራተኞች ነው።

የምግብ ንግድ ከሚባሉት ጥቂቶቹ የሚከተሉት ናቸው፡-

- ካፌዎችና ሬስቶራንቶች፤
- የተዘጋጁ ምግቦችን መውሰድ የሚቻልባቸው ሱቆች፤
- ምግብ በራሳቸው ቦታ ወይም ሌላ ቦታ ላይ በማዘጋጀትና በመሸጥ ስራ ላይ የተሰማሩ፤
- ሱፐርማርኬቶች፤
- የተዘጋጀ ሰላጣ የሚሸጡ የኢታክልትና ፍራፍሬ መሸጫ መደብሮች፤
- ስጋ ቤቶችና የዶሮ እርባታ ግብአት ቸርቻሪዎች፤
- የገበያ ማዕከላት።

'ደህንነቱ የተጠበቀ' ምግብ ምን አይነት ነው?

'ደህንነቱ የተጠበቀ ምግብ' ማለት ምንም አይነት አካላዊ ጉዳት ወይም በሽታ በተመጋቢው ላይ የማያስከትል ምግብ ነው። ደህንነቱ የተጠበቀ ምግብ የበሽታ አምጪ **ተህዋሲያን** እና መርዝ (በተህዋሲያን ወይም ሽጋታዎች የሚፈጠር መርዝ)፣ ኬሚካሎች ወይም ሌሎች ባዕድ ንጥረነገሮችን በውስጡ አይይዝም።

በቀላሉ ደህንነታቸው አደጋ ውስጥ ሊወድቁ የሚችሉ ምግቦች (**እንደ አደገኛ ምግቦች ተብለው የሚታወቁ ምግቦች**) ምግብ ሲያስቀምጡ፣ ለሽያጭ ሲያሳዩ ወይም ምግብ ሲያጓጉዙ ከ 5°ሴ ወይም ከዚያ በታች በሆነ ቅዝቃዜ ወይም ከ60°ሴ ወይም ከዚያ በላይ በሆነ ሙቀት ውስጥ እንደተቀመጡ እርግጠኛ ይሁኑ። ምግብን በማቀዝቀዝ ወይም በማሞቅ ጤንነቱ እንዲጠበቅ ማድረግ 'የሙቀት ቁጥጥር' በመባል ይታወቃል።

አብዛኛዎቹ የታሸጉ ምግቦች ከዚህ ቀን በፊት መጠቀም ይመረጣል፣ ወይም 'በቀኑ ይጠቀሙ' የሚል ማስታወሻ አላቸው።

- 'ከዚህ ቀን በፊት መጠቀም ይመረጣል' ማለት ከተጠቀሰው ቀን በኋላ የምግቡ ጥራት ሊበላሽ የሚችልበት ነው።
- 'በቀኑ ይጠቀሙ' የሚለው የምግቡ ደህንነት የሚጠበቀው እስከ ተሰጠው የመጨረሻ ቀን ብቻ መሆኑን ያሳውቃል። 'በቀኑ ይጠቀሙ' የሚለው ያለበትን ምግብ ቀኑ ካለፈ በኋላ መሸጥም ሆነ ለምግብ ማብሰያነት መጠቀም ለበሽታ ሊያጋልጥ ይችላል።

ደህንነቱ ያልተጠበቀ ምግብ

ጤንነታቸው ያልተጠበቀና መሸጥ የሌለባቸው ምግቦች የሚከተሉትን ያጠቃልላሉ፡-

- የተበላሹ፣ የበሰበሱ ወይም የቆዩ ምግቦች፤
- በትክክለኛው የሙቀት መጠን ውስጥ ያልተቀመጡ ምግቦች፤
- ባዕድ የሆኑ ነገሮችን ወይም ኬሚካሎችን የያዘ ምግብ፤
- መርዛማ ምግቦች (ለምሳሌ እንደ አንዳንድ እንጉዳዮች)፤
- ከተባዮች ጋር የተነካካ ምግብ፤
- የምግብ ደረጃዎች ኮድን መስፈርት የማያሟላ ምግብ ለምሳሌ የተሰነጠቀ ወይም የተበላሸ እንቁላል።

የምግብ ደህንነት አልተጠበቀም የሚል እምነት ካለዎት ምግቡን ይጣሉት።



የምግብ ደህንነት መመሪያዎችና ተግባራት

ሁሉም በምግብ ንግድ ስራ ላይ የተሰማሩ አዘጋጆች ስለምግብ ደህንነት ክህሎትና ዕውቀት እንዲኖራቸው ያስፈልጋል። እንዲሁም የምግብ ጤና አጠባበቅ መመሪያዎችን መከተል አለባቸው።

ምግብ ደህንነቱ እንዲጠበቅ የሚከተለውን ማድረግ አለብዎት፡-

- እጅን በደንብ መታጠብ፤
- የግል ንጽህናን እና ጤናን መጠበቅ፤
- የምግብ ሙቀትን መቆጣጠር፤ (የሞቁ ምግቦችን በ60°ሲ ወይም ከዚያ በላይ በሆነ ሙቀት ውስጥ ማስቀመጥ፤ ቀዝቃዛ ምግቦችን በ5°ሲ ወይም ከዚያ በታች በሆነ ቅዝቃዜ ውስጥ ማስቀመጥ)፤
- ምግብን ከብክለት መከላከል፤
- ምግብ የሚዘጋጅባቸው ቦታዎችን ንጽህና መጠበቅ፤
- የምግብ ዕቃዎችን እና መሳሪያዎችን ንጽህና መጠበቅ፤
- ዕቃዎችን በጥሩ ሁኔታ መያዝ፤
- ምግብ የሚዘጋጅባቸው ቦታዎች በጥሩ ሁኔታ መያዝ፤ ይህም ማለት ምንም አይነት ብልሽት መኖር የለበትም፤
- ምግብ የሚዘጋጅባቸው ቦታዎች ከተባዮች የጸዱ መሆን አለባቸው።



ዘዘ የግል ጤንነትና ንጽህና

ዋናው የመርዛማ ተህዋሲያን ምንጭ ሰው ነው። ተህዋሲያን በቆዳችን፣ በአፍንጫችን፣ በምራቃችን፣ ከሰውነታችን በሚወጡ ቆሻሻዎች እና ቁስል ላይ ይገኛሉ። ሰዎች ባለማወቅ እነዚህን ተህዋሲያን እንዲሰራጩ ያደርጋሉ። ተህዋሲያን የሚተላለፉት ንጽህናው ካልተጠበቀ አካባቢ፣ እጅ፣ ዕቃዎች እና ምግቦች አማካኝነት ነው። ተህዋሲያን ከባድ በሽታን ሊያስከትል እንዲሁም እስከ ሞት ድረስ ሊያደርስ የሚችል የምግብ መመረዝን ሊያስከትሉ ይችላሉ።

በምግብ ስራ ላይ የተሰማሩ ሰዎች ከፍተኛ ጥንቃቄ ማድረግ አለባቸው። የተበከለ ምግብን በቀጥታ ከእጃቸው ወደ ሚከተሉት ሊያስተላልፉ ይችላሉ፡-

- ምግብ፣
- ምግብ የሚዘጋጅበት ዕቃ፣
- የምግብ ማሸጊያ፣
- ደንበኞች የሚጠቀሙባቸው የመጠጫና የመመገቢያ ዕቃዎች።

እጅን መታጠብ

እጅን መታጠብ በጣም አስፈላጊ ስለሆነ በተገቢው ሁኔታ መከናወን አለበት። እጅዎትን ሲታጠቡ የሚከተሉትን ያድርጉ፡-

- እጅዎትን **ለእጅ መታጠቢያ ተብሎ በተሰራ ቦታ** ላይ ይታጠቡ።
- ሞቅ ያለ የቧንቧ ውሃ በመጠቀም እጅዎትን በሳሙና ሙሉ በሙሉ ይታጠቡ፣ ውሃው በዕቃ ላይ የተቀመጠ ከሆነ እንዳይታጠቡት።
- ለአንድ ጊዜ ብቻ በሚያገለግል ፎጣ እጅዎትን ያድርቁ።

ለምግብና ለዕቃ ማጠቢያ በተዘጋጀ ቦታ ላይ እጅዎትን አይታጠቡ።

በምግብ ስራ ላይ የተሰማሩ ሰዎች መጸዳጃ ቤቶችን ማጽዳት የለባቸውም። መጸዳጃ ያለባቸው የምግብ ስራተኛ ባልሆነ ሰው ነው።

በምግብ ስራ ላይ የተሰማሩ ሰዎች የግል ንጽህና አጠባበቅ

- በማንኛውም ጊዜ እጄ ቆሸሽ ብለው የሚያስቡ ከሆነ ይታጠቡ።
- በሰውነትዎ አማካኝነት በምንም ሁኔታ ምግብ እንዳይበከል ይከላከሉ።
- ምግብ በሚዘጋጅበት አግዳሚ ወንበሮች ላይ አይቀመጡ።
- የግል ንብረቶቻችንን በአግዳሚ ወንበሮቹ ላይ አያስቀምጡ።

- ቁስል ያለበትን የሰውነትን አካል በሚገባ ሁኔታ ይሸፍኑ ወይም ጓንት ያድርጉ፤ ጓንቱ በመደበኛ ሰአት አውልቀው ሁል ጊዜ እጅዎን ይታጠቡ።
- ንጽህናው የተጠበቀ የስራ ልብስ ይልበሱ። የስራ ልብሱ ከቆሽሽ ይቀይሩት።
- ማስነጠስና ማሳል ከአቅምዎ በላይ ከሆነ በሶፍት አፍዎንና አፍንጫዎን ይሸፍኑ። በፍጥነት ሶፍቱን በቆሻሻ መጣያ ላይ ያስቀምጡ፤ እጅዎትን ይታጠቡና ያድርቁ።
- በፍጹም የምግብ ማስቀመጫ ቦርሳን በትንፋሽ መክፈት የለብዎትም።
- በምግብ ላይ መተንፈስ የለብዎትም።
- ምግብ በሚሰራበት አካባቢ መትፋት ወይም ማጨስ አይቻልም።
- ምግብ መመገብ ያለብዎት ምግብ ከሚዘጋጅበት ቦታ ውጪ መሆን አለበት።

የስራ ሃላፊዎች የጤንነትና የንጽህና አጠባበቅን በተመለከተ

- የመታጠቢያ ቦታ ላይ ሙቅ ውሃ፣ ሳሙናና ለአንድ ጊዜ ብቻ ከሚያገለግል የእጅ መታጠቢያ ፎጣ እንዲኖር ማድረግ።
 - የእጅ መታጠቢያው ሁልጊዜ እንደሚሰራ ማረጋገጥ።
 - ለሰራተኞች ያለባቸውን የጤናና የንጽህና አጠባበቅ ግዴታዎች ይንገሩ።
 - ለሰራተኞች የሚከተሉት ነገሮች ሲያጋጥማቸው ምን ማድረግ እንዳለባቸው ይንገሩ፡-
 - » የምግብ ወለድ በሽታ ምልክቶች በሚያዩበት ጊዜ፤
 - » በምግብ ወለድ በሽታ መያዛቸውን፤ ወይም የበሽታው ተሽካሚ መሆናቸውን ካወቁ፤
 - » ያመረቀዘ የተቆረጠ የሰውነት ክፍል ወይም ቁስል ካለባቸው፤
 - ሁሉም ሰራተኞች ስለግል ጤና እና ንጽህና አጠባበቅ ያለባቸውን ሃላፊነት እንደሚያውቁና እንደተገነዘቡ ማረጋገጥ፤
 - ሰራተኞቹ የጤና እና የንጽህና አጠባበቅ መመሪያዎች እንደሚተገብሩ ማረጋገጥ፤
 - የሰራተኞቹ የግል ንብረትና ልብሶች የሚቀመጡበት ቦታ ምግብ ከሚሰራበት አካባቢ የተለየ እንዲሆን ማድረግ፤
 - ምግብ በሚሰራበት አካባቢ ሰራተኞች ሲጋራ እንዳያጨሰሱና እንዳይተፉ ማድረግ፤
 - የሰራተኞችን መታመም በቀጣይነት መመዘገብ፤
 - ምግብ በሚሰራበት አካባቢ እንግዶች እንዳይገቡ መከልከል፤
 - የቤት እንስሳትና ሌሎች እንስሳትንም ወደ ምግብ የሚሰራበት አካባቢ እንዳይገቡ መከልከል፤
- ረዳት እንስሶች** እንደማንኛውም ደንበኛ በተመሳሳይ አካባቢ እንዲገቡ ይፈቀዳል።

ገጽ 8 . የምግብ ደህንነት የእርሶ ስራ ነው። የምግብ ንግድ ድርጅቶች መመሪያ

ምግብ ወለድ በሽታዎችን በተመለከተ

የታመሙ የምግብ ሰራተኞች እንዲሰሩ በፍጹም አይፈቀድም፣ ቤታቸው እንዲቆዩ መደረግ አለበት። ምግብን ወይም የምግብ ዕቃን ሊበክሉ ይችላሉ። በተለይ የተቅማጥ ህመም የያዘው ወይም የሚያስታውክ ሰራተኛ ተህዋሲያኑን በቀላሉ ሊያስተላልፍ ይችላል።

የምግብ ሰራተኞች የህመማቸውን መንስኤ ባያውቁም ከታመሙ ለተቆጣጣሪው ማሳወቅ አለባቸው። በተለይ የተቅማጥ፣ የትኩሳት፣ የቶንሲል እና የትውከት ህመም ከያዘቸው ይህ በተለየ መልኩ በጣም አስፈላጊ ነው።

የምግብ ሰራተኞች የቆዳና ያመረቀዘ የቁስል ህመም እንዲሁም ከጆሮ፣ ከአፍንጫና ከአይን የሚፈስ ፈሳሽ ካለባቸው ለተቆጣጣሪው ማሳወቅ አለባቸው።





ሙቀትን መቆጣጠር

በቀላሉ ሊበላሹ የሚችሉ ምግቦች ሁል ጊዜ ሙቀታቸው በቁጥጥር ስር እንዳለ እርግጠኛ መሆን አለብዎት።

መርዛም ተህዋሲያንን የያዙና እንዲባዙ የሚያግዙ ምግቦች 'አደገኛ የመሆን አቅም ያላቸው ምግቦች' በመባል ይታወቃሉ። የእነዚህ አይነቶቹ ምግቦች ሙቀታቸውን በመቆጣጠር ተህዋሲያኑ እንዳይዛመቱ ማድረግ ወይም ምግቡን እንዳይመርዙት (መርዝ እንዳይፈጥሩ) መከላከል ያስፈልጋል።

የአደገኛ ምግቦች ምሳሌዎች የሚከተሉት ናቸው፡-

- ጥሬና የበሰለ ስጋ፣
- ቀለል ያሉ ምግቦች እንደ ስተራስቦርግ፣ ሃምና የዶሮ ቁራሽ፣
- የከብት እርባታ ግብአቶችና ከአይብ የተሰሩ ኬኮችና ካስታርድ ኬኮች፣
- የባህር ምግቦች፣
- የታሽጉ ፍራፍሬዎችና አታክልቶች፣
- የበሰለ ሩዝና ፓስታ፣
- ከእንቁላል የተሰሩ ምግቦች

አብዛኛው የተህዋሲያን አይነቶች ለምግብ መመረዝ መንስኤ የሚሆኑት አደገኛ ምግቦችን ከ5°ሴ እስከ 60°ሴ በሆነ የሙቀት መጠን ውስጥ ሲቀመጡ ነው። ይህም 'አደገኛ የሙቀት መጠን ዞን' ይባላል።

እንዳንድ ተህዋሲያን በዝቅተኛ የሙቀት መጠን ውስጥ በማቀዝቀዣዎች ወይም ቀዝቃዛ ክፍሎች ውስጥ ሊራቡ ይችላሉ። ስለዚህ እነዚህ አደገኛ ምግቦች መቀመጥ ያለባቸው በሙቀት መጠን 5°ሴ ላይ ሲሆን ሊቀመጡ የሚችሉትም እስከ 7 ቀናት ብቻ ነው።

በቀዝቀዝ ምግብ ላይ ተህዋሲያን አይራቡም። የቀዝቀዝ ምግብ ተህዋሲያን አያጠፋም። ምግቡ መቀዝቀዡን ሲያቆም በፍጥነት ይራባሉ። የምግብ አምራቾች ማስታወሻ በምግቡ ማሸጊያ ላይ ምግቡ በምን ያህል የሙቀት መጠን መቀመጥ እንዳለበት ያሳውቃል።

አደገኛ ምግቦች የማይባሉትም ቢሆኑ ምግቡን በሆነ መንገድ ከቀየሩት አደገኛ ሊሆኑ ይችላሉ።

ለምሳሌ የካስታርድ ዱቄት ተህዋሲያን እንዳይራቡ በጣም የደረቀ ስለሆነ አደገኛ ምግብ አይደለም። ነገር ግን ወተት ሲጨመርበት አደገኛ ምግብ ይሆናል።

አብዛኛዎቹ ጥሬ አትክልቶችና ፍራፍሬዎች አደገኛ ምግቦች አይደሉም ምክንያቱም መርዛማ ተህዋሲያን እንዳይገቡ ይከላከላሉ። ነገር ግን በሚቆረጡበት ወቅት ተህዋሲያኑ በተቆረጡበት ቦታ ላይ ሊራቡ ይችላሉ። ስለዚህ አትክልቶችና ፍራፍሬዎች በቀዝቃዛ ቦታ መቀመጥ አለባቸው።

ሙቀትን መቆጣጠር

የሙቀት ቁጥጥር ማድረግ የምግብ ደህንነት እንዲጠበቅ ያደርጋል። እንዲሁም የተህዋሲያንን የመራባት መጠን ይቀንሳል። ቀዝቃዛ ምግቦችን ሙቀቱ 5°C ወይም ከዚያ በታች በሆነ ቦታ ማስቀመጥ፣ ትኩስ ምግቦችን ደግሞ 60°C ወይም ከዚያ በላይ በሆነ ቦታ ማስቀመጥ ማለት ነው።

አደገኛ ምግቦች የሚያዘጋጁ ወይም የሚሸጡ ከሆነ የሙቀት መለኪያ መሳሪያ እንዲኖርዎት ያስፈልጋል። የመለኪያው መሳሪያ የምግብን ሙቀት የሚለካና $+/-1^{\circ}\text{C}$ የያዘ መሆን አለበት። በተጨማሪም የምግቡን ውስጣዊ ሙቀት የሚለካ መሳሪያ እንዲኖረው ያስፈልጋል። የሙቀት መለኪያ መሳሪያው ምግብ በሚሸጥበት ቦታ መቀመጥና በንጽህና መያዝ አለበት። እንዲሁም ሁልጊዜ በምንጠቀምበት ወቅት ማጽዳት አለበት። ይህ እንዲሆን ያስፈልገበት ምክንያት ከተበከለ ምግብ ወደ ሌላ ምግብ ተህዋሲያን እንዳይተላለፉ ለመከላከል ታስቦ ነው።

አደገኛ የቀዝቀዙ ምግቦች

- ሁል ጊዜ ምግብ የተቀመጠበት ቀዝቃዛ ክፍልና የማቀዝቀዣው የሙቀት መጠን ከ0°C እስከ 5°C መሆኑን በቀጣይነት ይቆጣጠሩ።
- ሙቀቱ የተለካበትን ቀን፣ ሰዓትና የሙቀቱን መጠን ይመዝግቡ።
- አልፎ አልፎ የቀዝቀዙ ምግቦች የሙቀት መጠን 5°C ወይም ከዚያ በታች መሆኑን እንዲሁም በጠንካራ ሁኔታ መቀዝቀዣውን ያረጋግጡ።
- አደገኛ ምግቦችን በቤቱ የሙቀት መጠን መሰረት አለማስቀመጥ፣ በማቀዝቀዣ ውስጥ ማስቀመጥ።
- ሙቀቱን ለማቀብ መክደኛውን መቀየር ወይም መክደኛ ከሌለው እንዲኖረው ያድርጉ።

አደገኛ ትኩስ ምግቦች

- ሁል ጊዜ ትኩስ ምግብ የያዙ ዕቃዎችን የሙቀት መጠን 60°C ወይም ከዚያ በላይ መሆኑን በቀጣይነት ይቆጣጠሩ።
- የሙቀቱን መጠን ፍተሻ ውጤት ይመዝግቡ።
- ፈሳሽ ምግቦችን በማማሰል ሙቀቱ እንዲመጣጠን ያድርጉ።
- ሙቀቱ እንደተጠበቀ እንዲቆይ ቡፌ ላይ የሚቀርቡ ምግቦችን መያዣዎች ክዳን ይቀይሩ።
- ወደ ሌላ የሞቀ ዕቃ ላይ ከመቀመጡ በፊት ምግቡን በ60°C ወይም ከዚያ በላይ ያሙቁ።

ኢደገኛ ምግቦችን መቀበል፣ ማስቀመጥ፣ ለሽያጭ ዕይታ ማቅረብና ማጓጓዝ

ኢደገኛ ምግቦች በሚቀበሉበት ወቅት የምግቡ ሙቀት በ5°ሴ ወይም ከዚያ በታች ወይም 60°ሴ ወይም ከዚያ በላይ መሆን አለበት።

- ምግቦቹን በሚቀበሉበት ወቅት የሙቀት መጠናቸውን በመለካት መመዘገብ።
- የምግቦቹን የሙቀት መጠን መለካትናመመዘገብ ወደ ሌላ ቦታ ሲጓጓዙ።

የኢደገኛ ምግቦች አዘጋጃጀትና የአዘጋጃጀት ሂደቶች

ኢደገኛ ምግቦች በሚዘጋጁበት ጊዜ ተህዋሲያን ሊራቡ ይችላሉ። ስለዚህ በተቻለ መጠን የቤቱ የሙቀት መጠን መቆጣጠር።

ምግብ በሚቀልጥበት/ ከቀዝቃዛ ወደ ሙቀት ደረጃ በሚሸጋገርበት ወቅት ተህዋሲያን ሊራቡ ይችላሉ።

- ምግብ በሚፈልጉበት ጊዜ ኢደገኛ ምግቦችን ብቻ በመጀመሪያ ከማቀዝቀዣ አስወግድ።
- ምግቡ ከተዘጋጀ በኋላ ጥቅም ላይ እንዲውል ማድረግ ወይም ማቀዝቀዣው ውስጥ ማስቀመጥ።
- የቀዝቀዛ ኢደገኛ ምግብ በማይክሮዌቭ፣ በማቀዝቀዣና ቀዝቃዛ ቤት ውስጥ ማስቀመጥ።
- ቀዝቃዛ ምግብ ቅዝቃዜው ከሙብሰሉ በፊት ሙሉ ለሙሉ እንዲያበቃ ያስፈልጋል።
- በከፊል የቀዝቀዘና ቀዝቃዛ ምግብን ማቀዝቀዣ ወስጥ አለማስቀመጥ።

ኢደገኛ ምግቦችን ማብሰል

- ዶሮንና ስጋን በውስጥ የሙቀት መጠን 75°ሴ ወይም ከዚያ በላይ በሆነ የሙቀት መጠን ማብሰል።
- የውስጥ የሙቀት መለኪያ መሳሪያ መጠቀም።
- ለቁርጥ የሚሆን ስጋ ብዙ መብሰል የለበትም።
- የዶሮ ስጋና የተከተፈ ስጋ በሚበሰልበት ወቅት መሃሉ በደንብ መብሰል አለበት።

የበሰሉ አደገኛ ምግቦችን ማቀዝቀዝ

የበሰሉ አደገኛ ምግቦችን በሚያቀዘቅዙበት ጊዜ የሚከተሉትን ማድረግ አለብዎት፡-

- ማቀዝቀዝ ያለብዎት ከ60°ሴ እስከ 21°ሴ ድረስ ለ 2 ሰአታት ያህል፤
- ማቀዝቀዝ ያለብዎት ከ21°ሴ እስከ 5°ሴ ድረስ ለ 4 ሰአታት ያህል፡፡

የበሰሉው ምግብ ቀዝቅዞ ለመበላት የሚቀርብ ከሆነ በፍጥነት መቀዝቀዝ እና በሙቀት መጠን በ5°ሴ ወይም ከዚያ በታች ማስቀመጥ፡፡

- ትኩስ ምግቦች (በ20 ደቂቃ ወስጥ) በዝግታ እንዲቀዘቅዙ እና በመቀጠል በማቀዝቀዣ ውስጥ እንዲቀዘቅዙ ያድርጉ፡፡
- በተሰጠው ጊዜ የበሰሉው ምግብ መቀዝቀዡን ያረጋግጡ፡፡ ምግቡ ብዙ ጊዜ የሚወስድ ከሆነ፤
 - » ምግቦቹን በመጠናቸው እና በእርጥበታቸው ደረጃ በመለየት በሰፊ የዕቃ ማስቀመጫ ውስጥ ማስቀመጥ፡፡
- ተከትፎ የተጠበሰ ስጋን በሰፊ ስሃን ላይ ማስቀመጥ፡፡

የቀዘቀዙና የበሰሉ አደገኛ ምግቦችን ማሞቅ

የቀዘቀዙና የበሰሉ አደገኛ ምግቦች መሞቅ ያለባቸው በ60°ሴ ወይም ከዚያ በላይ በሆነ የሙቀት መጠን ነው፡፡

ምግብ በፍጥነት መሞቅ አለበት ምክንያቱም መልሶ በሚሞቅበት ጊዜ ተህዋሲያን ሊራቡ ይችላሉ፡፡

ምግብን በማሞቅ የምናቀርብ ወይም በሞቀ የምግብ ዕቃ ላይ የምናስቀምጥ ከሆነ፤ በፍጥነት በ60°ሴ የሙቀት መጠን ማሞቅ አለብን፡፡ ወይም ምግቡ ለመበላት ከመቅረቡ በፊት የሙቀት መጠኑ 60°ሴ ወይም ከዚያ በላይ መሆን አለበት፡፡

ምግብ ዳግመኛ ለማሞቅ ቤን-ማሪስ አለመጠቀም፡፡ ምግብን ካሞቁ በኋላ በሞቀ ቤን-ማሪስ ውስጥ ማስቀመጥ፡፡

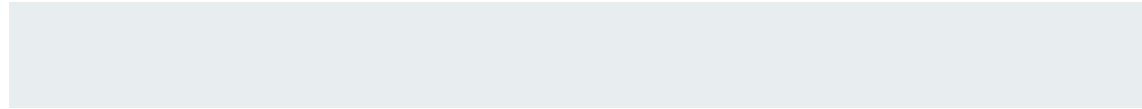
- ምግብን በ60°ሴ ወይም ከዚያ በላይ በሆነ የሙቀት መጠን ማሞቅ ተህዋሲያን እንዳይራቡ ይከላከላል፡፡
- ምግብን በፍጥነት ያሙቁ፤ ትንሽ ምግቦች በቶሎ ማሞቅ፡፡
- ምግብ ዳግመኛ መሞቅ ያለበት አንድ ጊዜ ብቻ ነው፡፡

⌚ ሰአትን እንደ መቆጣጠርያ መጠቀም

አንዳንድ ጊዜ የምግቡን የሙቀት መጠን 5°ሴ ወይም ከዚያ በታች፣ 60°ሴ ወይም ከዚያ በላይ ለማድረግ ያስችግራል። ለምሳሌ ለሰርግና ለስብሰባ የሚዘጋጁ የምግብ ቡፌዎች። በሚዘጋጁበት ጊዜ ካልተበከሉ ምግቦቹ ለተወሰነ አጭር ጊዜ ጤንነታቸው የተጠበቀ ይሆናል።

አደገኛ ምግቦች በሙቀት አደገኛ ዞን ውስጥ የሚቆዩት በሙቀት መጠን ከ5°ሴ እስከ 60°ሴ ድረስ ለ4 ሰአታት ብቻ ነው። ከ4 ሰአታት በኋላ ምግቦቹ መጣል አለባቸው። ምግቡ ሲሰራ፣ ሲዘጋጅ፣ ሲጓጓዝና የቡፌ ላይ ቆይታው እንዲሁም ምግቡ ሲዘጋጅ የተቀመጠበት የሙቀት መጠን ከ 5°ሴ እስከ 60°ሴ ድረስ መሆን በ4 ሰአት ጊዜው ውስጥ መደረግ ያለባቸውን ነገሮች ይካተታል።

አደገኛ ምግቦችን ለማቆየት ከተፈለገ ምግቡን በሙቀት መጠን በ5°ሴ እስከ 60°ሴ ድረስ ማስቀመጥና ማቀዝቀዣ ውስጥ ማስቀመጥ። ምግቡን በሙቀት መጠን በ5°ሴ እስከ 60°ሴ ድረስ ለ2 ሰአታት ብቻ ማቆየት ያስፈልጋል።



ምግብን ከብክለት መከላከል

ምግብ ከብክለት ሁል ጊዜ መከላከል አለብን።

የተበከለ ምግብ ተህዋሲያን፣ ኬሚካሎች፣ ባዕድ ነገሮችንና ሌሎች የምግብ ደህንነት አደጋ ውስጥ የሚያስገቡ ነገሮችን የያዘ ነው።

ተህዋሲያን በቆዳቸው፣ በአፍንጫቸው፣ ምራቃቸው፣ ከሰውነታቸው ከሚወጡ ቆሻሻዎችና ቁስል ላይ ይገኛሉ። በምግብ ሽያጭ ላይ የተሰማሩ ሰዎች ባለማወቅ እነዚህን ተህዋሲያን እንዲሰራጩ ያደርጋሉ። ተህዋሲያን ምግብን በመመረዝ ከባድ በሽታና ሞትን ሊያስከትሉ ይችላሉ።

ተህዋሲያን የሚተላለፉትን ገጽህናው ካልተጠበቀ አካባቢ፣ እጅ፣ ዕቃዎችና ምግቦች አማካኝነት ነው። ተህዋሲያን በጥሬ ስጋና በድሮ እርባታ ግብአቶች ላይ ይገኛሉ። ከተበከለ አካባቢና በምግብ ሽያጭ ላይ በተሰማሩ ሰዎች አማካኝነት ተህዋሲያን ይተላለፋሉ።

የአይጠመገጥ፣ አይጥ፣ በረሮና ሌሎች ተባዮችና ነብሳቶች ተህዋሲያን ከተበከለ አካባቢ ወደ ምግብ እንዲተላለፉ ያደርጋሉ።

በቫይረሶችም ምግብን በመመረዝ በእጅ፣ በአፍና በምግብ አማካኝነት እንዲሰራጩ ያደርጋሉ። ቫይረሶች ምግብ ውስጥ አይራቡም። ነገር ግን የበሽታ መንስኤ ናቸው። ቫይረሶች በምግብ ውስጥና ምግብ በሚዘጋጅበት አካባቢ ለብዙ ጊዜያት ሊቆዩ ይችላሉ።

ለምግብ ተሰማሚ ያልሆኑ ኬሚካሎች በድንገት ምግብ ላይ በሚጨመሩበት ወቅት የአካል ጉዳት፣ ህመምና ሞት ሊያስከትሉ ይችላሉ። ምግብ የሚዘጋጅበት ቦታ ከኬሚካሎች የጸዳ ማድረግና ለምግብ ስራ የሚያገለግሉት ኬሚካሎች ከምግብ አርቆ ማስቀመጥ ያስፈልጋል።

ባዕድ ነገሮች ለምሳሌ፡- ፀጉርና ነብሳቶች ምግብን በተህዋሲያን አማካኝነት ሊመርዙ ይችላሉ።

ባዕድ ነገሮች ለምሳሌ፡- ፕላስቲክ ወይም ብርጭቆ አካላዊ ጉዳት ሊያደርሱ ይችላሉ።

ለምግብ መስሪያ የሚያገለግሉ ጥሬ ዕቃዎች መቀበል

መቀበል ያለብን ምግብ ያልተበከለና በትኩረት የሚቆይ መጠን ውስጥ የተቀመጠ ምግብ መሆን አለበት።

ምግብ መግዛት ወይም መቀበል

- የምግብ አቅራቢዎችን በጥንቃቄ መምረጥ ያስፈልጋል። ምግብ መግዛት ያለብን ከታማኝና ጥሩ ስም ካለው የምግብ አቅራቢ መሆን አለበት ለምሳሌ፡- በኤሲቲ በህጋዊ መንገድ የተመዘገበ የምግብ አቅራቢ።
- የምንቀበለው ምግብ በንጹህ ዕቃ የተቀመጠና ከብክለት የጸዳ መሆኑን ማረጋገጥ አለብን።
- ምግብን በምንቀበልበት ጊዜ የሚከተሉትን መቆጣጠር አለብን። የምግብን ገጽህና፣ የምግብ ማሸጊያ አለመበላሸቱንና የተጓጓዘበት መኪና ገጽህና መቆጣጠር።

- ምግብን በምንቀበልበት ጊዜ ምግብን የሚቀበል ሰው በአካባቢው መኖር አለበት።
- ምግብን በምንቀበልበት ጊዜ ደረሰኝ፣ የምግብ አቅራቢውን አድራሻ፣ ስምና የምግብን አይነት ማየት ያስፈልጋል። ደረሰኙን ማስቀመጥ አለብን።
- ምግብን ስንረከብ በምግብ ዕቃ ላይ ያለውን የማስረከቢያ ቀን በመመልከት ስለምግብ አዲስነት ማወቅ።

አደገኛ ምግቦችን መቀበል

- የምግብ አቅራቢው አደገኛ ቀዝቃዛ ምግቦችን በሙቀት መጠን 5°ሴ ወይም ከዚያ በታች በማድረግ እንዲያቀርብ ማዘዝ።
- የምግብ አቅራቢው አደገኛ ትኩስ ምግቦችን በሙቀት መጠን 60°ሴ ወይም ከዚያ በላይ በማድረግ እንዲያቀርብ ማዘዝ።
- የምንረከባቸውን ምግቦች የሙቀት መጠን መቆጣጠርና መመዝገብ እንዲሁም ትክክለኛ የሙቀት መጠን የሌለውን ምግብ አለመቀበል።
- በጣም በመቀዝቀዝ በረዶ መስራት ያለባቸውን ምግቦች ስንረከብ መልሰን ማቀዝቀዝ እንደሌለብን ማረጋገጥ። (ለምሳሌ፡- በረዲማ ምግቦች የያዙ ዕቃዎች አስተሻሻጫ)
- አደገኛ ምግቦቹን ከተረከብን በኋላ በፍጥነት ትክክለኛ የሙቀት መጠን ባለው ማቆያ ውስጥ ማስቀመጥ።

ምግብን ማስቀመጥ

ምግብ መቀመጥ ያለበት ከማንኛውም ብክለት እንዲጠበቅ ተደርጎ ነው።

- ደህንነቱ የተጠበቀ ምግብ ብቻ ነው መቀመጥ ያለበት። ደህንነቱ ያልተጠበቀ ምግብ መጣል አለበት።
- ሁሉንም አደገኛ ምግቦች በትክክለኛው የሙቀት መጠን ውስጥ ማስቀመጥ። (ከ 5°ሴ በታች ወይም ከ 60°ሴ በላይ)
- ሁሉንም ምግቦች የንጽህና ደረጃውን በጠበቀና መክደኛ ወይም የፕላስቲክ መሸፈኛ ባለው የምግብ መያዣ ውስጥ ማስቀመጥ።
- ጥሬና ለመበላት የተዘጋጁ ምግቦችን መለየት።
- ጥሬ ምግቦችን ከበሰሉ ምግቦች በታች ማስቀመጥ።
- ምግብ በቀጥታ ወለል ላይ አለማስቀመጥ።
- በማቀዝቀዣ ክፍሎች ወይም ማቀዝቀዣ፣ የምግብ ማቆያ ዕቃዎች የአየር እንቅስቃሴ መኖር አለበት። ስለዚህ ምግቦችን ከመጠን በላይ ደራርቦ አለማስቀመጥ።
- እንጠብጣቢዎችን በፍጥነት ማጽዳት።
- የመጠጫና የመመገቢያ ዕቃዎች አንድ ጊዜ ከጸዱ በኋላ በንጹህ ቁም ሳጥን ውስጥ ማስቀመጥ።

- ኬሚካሎችን ከምግብ ለይቶ ማስቀመጥ።
- ተባዮችን የማያስገባ የምግብ ማስቀመጫ ቦታ ማዘጋጀት።
- የተባይ መቆጣጠሪያ ዘዴ በመጠቀም ተባዮች ምግብ እንዳይበክሉ መከላከል።

በመሰራት ላይ ያለ ምግብ

ለምግብ ስራ የሚያገለግለው ምግብ ጤነኛ መሆን አለበት።

ምግብን ከብክለት ለመከላከል ሁሉንም አስፈላጊ እርምጃ መውሰድ አለብን።

‘በመሰራት ላይ ያለ ምግብ’ የሚያካትተው ምግብን ማጠብ፣ መክተፍ፣ መቀረጥ፣ ማብሰልና ማቀዝቀዝ።

የተበከለ ምግብ መሆኑ ከታወቀ መጣል አለበት።

አብዛኛውን ጊዜ ምግብ የሚበከለው በሚዘጋጅበት ወቅትና ከበሰለ በኋላ ነው። ተህዋሲያኑ የሚተላለፉት በሚከተሉት ሁኔታዎች ነው፡-

- ከመክተፍ፣ምግቡ ከሚዘጋጅበት ቦታ፣ ከምግብ ዕቃ፣ ከልብስና ከዕቃ ማጠቢያ ስፍራ፣
- ከእጅ፣
- ከቆሻሻና ንጹህ ካልሆነ የምግብ መስሪያ፣
- የተበከለ ምግብ መጠቀም ለምሳሌ፡- የተበላሸ ወይም የተሰነጠቀ እንቁላል መጠቀም፣
- በምግብ በሚዘጋጅበት ስፍራ በሚገኙ ተባዮች እንደ በረሮዎች፣ ዝንቦች ወይም አይጠመገጥ።

የምግብ አዘገጃጀት ሂደት

- እጅን መታጠብ።
- ጤንነታቸው የተጠበቀ የምግብ ንጥር ነገሮችን ብቻ መጠቀም።
- ንጹህና ያልተሰነጠቀ እንቁላል ወይም በፈላ ውሃ ውስጥ የተከከረ እንቁላል መጠቀም።
- ንጹህና ከጀርሞች ነፃ የሆነ መክተፊያዎችንና የምግብ ዕቃዎችን መጠቀም።
- ሁሉንም ምግብ ስንሰራ የምንጠቀምባቸውን ዕቃዎች በምንሰራበት ጊዜ ማጽዳትና ከጀርሞች ነፃ ማድረግ።
- ለአንድ ጊዜ ብቻ የሚያገለግሉ ዕቃዎችን ወይም መሳሪያዎችን ዳግም አለመጠቀም ለምሳሌ፡- የፕላስቲክ ማንኪያ ወይም የእጅ ጓንት።
- ምግብን በእጅ አለመቅመስ— ለመቅመስ ንጹህ ማንኪያ መጠቀም።
- ጥሬ ምግብን እና ለመበላት የተዘጋጁ ምግቦችን መለየት።
- ፍራፍሬዎችንና አታክልቶችን ስንጠቀም መጀመሪያ ማጠብ።

- እጅን በእጅ መታጠቢያ ቦታ ላይ ብቻ መታጠብና —ለሌላ ስራ መታጠቢያው እንዲያገለግል አለማድረግ።
- የምግብ ዕቃዎችን ከላይ ወደ ላይ አለመደራረርብ —ንጹህ ዕቃ ለእያንዳንዱ ለሚዘጋጅና ለሚበስል ምግብ መጠቀም።
- በማንኛውም መንገድ የተበከለ ምግብ ካለ ለተቆጣጣሪው ማሳወቅ።

ለ ሽያጭ የሚቀርቡ ምግቦች

ምግቦች ለሽያጭ ሲቀርቡ ከብክለት መከላከል አለብን።

ያልታሸጉ ምግቦች በሚቀርቡበት ጊዜ በደንበኞች ሊበከሉ ይችላሉ። የምግብ ሽያጭ የሚከናወነው በደንበኞች በራሳቸው ከሆነ የሚከተሉትን ያድርጉ፡

- ለሽያጭ የቀረቡ ምግቦችን መቆጣጠር፤
- ለሽያጭ የቀረቡ ምግቦችን የሙቀት መጠን ትክክለኛ መሆኑን መቆጣጠርና መመዘገብ፤
- የምግብ ብክለት በሚያጋጥምበት ወቅት የተበከለውን ምግብና ዕቃ ማስወገድ፤
- ለእያንዳንዱ ለሽያጭ የሚቀርብ ምግብ የራሱ የሆነ ዕቃ ማዘጋጀት፤
- የትንፋሽ መከላከያ ማዘጋጀት (አንዳንድ ጊዜ 'የማስነጠስ ጠባቂዎች') ይባላሉ።

ለሽያጭ የሚቀርቡ ምግቦች በደንበኞች ሊነኩ ስለሚችሉ መሸፈን አለባቸው። ለምሳሌ፡- በመሸጫ ዕቃ ላይ ያሉ ኬኮች ምግቡን ደንበኛ እንዳይነካው፤ ከተባዮች፣ ከአቧራና ከቆሻሻ መከላከል አለብን።

ጥሬ ምግቦችን ለመበላት ከተዘጋጁ ምግቦች ጋር በአንድ ላይ እንዲታዩ አድርጎ አለማስቀመጥ።

ለሽያጭ ወይም ለዕይታ ምግብን ማቅረብ

- የምግቡን ማሽጊያ ማየትና የተበላሽ ካለ ማስወገድ።
- የምግብ ቡፌዎችንና ደንበኛው ራሱን በሚያስተናግድበት ቦታ ላይ ለሽያጭ የቀረቡ ምግቦችን መቆጣጠር።
- የትኩስ ምግብ የሙቀት መጠን 60° ሴ ወይም ከዚያ በላይ መሆኑን መቆጣጠር።
- የቀዝቃዛ ምግብ የሙቀት መጠን 5° ሴ ወይም ከዚያ በታች መሆኑን መቆጣጠር።
- የተበከለ ምግብ አለ ብለን የምናስብ ከሆነ ማስወገድ።
- ለእያንዳንዱ ለሽያጭ የሚቀርብ ምግብ የራሱ የሆነ ዕቃ ማዘጋጀት።
- የሽያጭ ምግብ ዕቃዎችን ከላይ ወደ ላይ አለመደራረርብ።
- ለእያንዳንዱ ምግብ የራሱ የተሟላ ዕቃ እንዲኖረው ማድረግ።
- በምግብ ቡፌ ላይ ለሚሰተናገዱ ደንበኞች የትንፋሽ መሸፈኛ/መከላከያ እንዲኖራቸው ማድረግ።

- ለሽያጭ የቀረቡ ምግቦች መሸፈኛ እንዲኖራቸው ማድረግ።
- የሽያጭ ማቅረቢያ ዕቃዎችንና ሁሉንም መሳሪያዎች ማጽዳትና ከጀርሞች ነጻ ማድረግ።
- ምግቡ በሚሸጥበት ወይም ለአገልግሎት በሚውልበት ስፍራ በአቅራቢያው የእጅ መታጠቢያ፣ ሳሙናና ለአንድ ጊዜ ብቻ የሚያገለግል ፎጣ እንዲኖር ማድረግ።

ምግብን ማሸግ

ለምግብ ማሸጊያነት የምንጠቀመው ማንኛውም ነገር ምግብን የሚበክል መሆን የለበትም።

- ምግብ የምናሸግ ከሆነ ማሸጊያው ንጹህና ለተፈለገው አላማ ተስማሚ መሆን አለበት።
- የምግብ ማሸጊያ መሳሪያ ንጹህናው የተጠበቀና በምንም ሁኔታ የምግብ ብክለት የማያስከትል መሆን አለበት።
- የምግብ ማሸጊያ መሳሪያ መጥረጊያ ንጹህና ከጀርሞች የጸዳ መሆኑን ጥሬ ምግቦችን እና ለመበላት የተዘጋጁ ምግቦችን ስናሸግ ማረጋገጥ አለብን።
- የምግብ ማሸጊያ ዕቃው ለሚፈለገው ዓላማ ተስማሚ መሆኑን ማረጋገጥ (ለምሳሌ፡- አንዳንድ የምግብ ማሸጊያ ዕቃዎች ምግብን አሙቆ ወይም አቀዝቅዞ ለማቆየት የማይመቹ ሊሆኑ ይችላሉ። ጥርጥሬ ካለ አምራቶቹን ያነጋግሩ።)
- የታሸጉ ምግቦችን በንጹህ ቦታ ላይ ማስቀመጥ። የታሸጉ ምግቦችን ከአባራ፣ ከቆሻሻና ከተባዮች ለመከላከል ገልብጦ ማስቀመጥ።
- ምግቦቹን በትክክል የሚታሸጉበት ዕቃ ላይ ማስቀመጥና መለያቸውን በግልጽ ቦታ ላይ እንዲሰፍር ማድረግ።
- በሁሉም የታሸጉ ምግቦች ላይ መለያ ማድረግ።

ምግብን ማጓጓዝ

ምግብ በማጓጓዝ ስራ ላይ የተሰማሩ መኪናዎች ንጹህናቸው የተጠበቀና በጥሩ ሁኔታ በማገልገል ላይ ያሉ መሆን አለባቸው።

ሁሉም ምግብ በሚጓጓዝበት ወቅት ከብክለት መጠበቅ አለበት።

- የምግብ ትራንስፖርት አገልግሎት የሚሰጠው ለኬክ ቤቶች፣ ለሬስቶራንት፣ ለቸርቻሪዎችና ለቴክ አዌይ አገልግሎት ሰጪዎች ነው።
- የምግብ ትራንስፖርት አገልግሎት ከካፌዎ ወደ አቅራቢያው ወደሚገኘው ቢሮ ለምሳ በሳህን ምግብን ማጓጓዝን ያካትታል። ይህም እንደ አንድ የምግብ ማቆያ ስፍራ ነው የሚታየው።

- ምግብ በሳህን በሚጓጓዝበት ጊዜ ሙሉ ለሙሉ መሸፈን አለበት።
- ሙቀት የማያስተላልፍ ማሽኒያ ወይም ዕቃ መጠቀም።
- ምግብ የምናስረክብበት መኪና ንጹህና በደንብ የሚሰራ መሆን አለበት።
- ትኩስ ምግቦች ትኩስ ሆነው እንዲቆዩ የሙቀት መጠናቸው ከ60°ሴ በላይ ማድረግ።
- ምግብን መኪና ላይ መጫን ያለበት ከማቀዝቀዣ ቤት ወይም ከማቀዝቀዣ ዕቃ ላይ መሆን አለበት። ምግቡን የመኪናው መጫኛ ላይ መተው የለብንም።
- ቀዝቃዛ ምግቦች ቀዝቃዛ ሆነው እንዲቆዩ የሙቀት መጠናቸው ከ5°ሴ በታች ማድረግ አለብን። ማቀዝቀዣ ያላቸውን መኪናዎች መጠቀም አለብን። ካልተቻለ በረዶና ሙቀት የማያስተላልፉ ዕቃዎች ወይም መኪናዎች መጠቀም ይቻላል።
- የምግቡን ደህንነት ለመጠበቅ የሙቀት መጠኑን መመዘገብ (ለምሳሌ፡-የምግቡን ሙቀት መጠን መኪናው በሚነሳበትና በሚደርስበት ጊዜ መለካትናመመዘግብ።)

የመኪናን ንጹህና መጠበቅና መኪናው ጥሩ አገልግሎት እንዲሰጥ ማድረግ

- መኪናዎትን ሁል ጊዜ ማጽዳት።
- የጽዳት የጊዜ ሰሌዳ ለመጓጓዣ የሚያገለግሉ መኪናዎችን ማውጣት።
- የመኪናውን ማቀዝቀዣ እንደሚሰራ ማረጋገጥ።
- የመኪናውን ሙቀት መጠን ሁል ጊዜ መቆጣጠር።

ምግብ የሚያመላልሰው መኪና ለሌላ አገልግሎት ሰጥቶ ከነበር የታሸገ ምግብ ቢሆንም ከማጓጓዙ በፊት መጽዳት አለበት።



እንዴት ነው ምግብ የሚዘጋጅባቸውን ቦታዎችና የምግብ መሳሪያዎች መጠበቅ የሚቻለው

ምግብ የሚዘጋጅባቸውን ቦታዎች ንጽህና መጠበቅ የሚቻለው ማንኛውንም በአይን የሚታይ ቆሻሻ እንዳይጠራቀም በማድረግ ነው።

ምግብ የሚዘጋጅባቸው ቦታዎችንና የምግብ መሳሪያዎችን በንጽህና መያዝ የምግብን ብክለት ይቀንሳል። ንጹህ የምግብ ማዘጋጃ ቦታ እንደ በረሮ፣ አይጥመገጥና አይጥ የመሳሰሉት እንስሳትና ተባዮችን እንዳይኖሩ ያደርጋል። አንዳንድ የምግብ መሳሪያዎችን ማጽዳት ብቻ በቂ አይደለም። ተህዋሲያን በሚገድል ማጽጃ መጻዳት አለባቸው።

ጽዳት

‘ጽዳት’ ማለት ሁሉንም በአይን የሚታዩ ቆሻሻ፣ አቧራና የምግብን ቆሻሻ ማስወገድ ነው።

ስናጸዳ የሚከተሉትን በቅደም ተከተል ማከናወን አለብን፡

1. **ቅድመ ማጽዳትና መጥረግ፡-** ምግብ በሚሰራባቸው ቦታዎች ላይ ያለውን ቆሻሻ በመጥረግ ወይም በመወልወል ማጽዳት።
2. **ማጠብብ** በምግብ ቅባት የቆሻሻ ቦታዎችን በሞቀ ውሃና ሳሙና ማጠብ።
3. **መለቅለቅ** በንጹህ ውሃ የቀሩትን ቆሻሻዎች በማለቅለቅ ማስወገድ።
4. **ማድረቅ** ለማድረቅ ንጹህ ጨርቅ ወይም አየር መጠቀም።

የተሰነጠቀ ቦታ፣ እንጨትና የግድግዳው ቀለም ያረጀ ካለ ማደስና መጠገን ምክንያቱም ያልተስተካከለ ነገር ካለ በደንብ ማጽዳት ስለማይቻል ነው።

በምግብ ስራ የተሰማሩ ሰዎች የሚከተለውን ማድረግ አለባቸው፡-

- የስራ ቦታቸውን በንጽህና መያዝ፣ የተጠቀሙበት መሳሪያ ወደ ቦታው መመለስና ስራቸውን ሲጨርሱ ዕቃዎቹን የዕቃ ማጠቢያ ላይ ማስቀመጥ፣
- ሌላ ስራ ከመጀመሩ በፊት ስራቸውን ሲጨርሱ የምግብ ዕቃዎቹንና የመስሪያ ቦታውን ማጠብ፣
- ግልጽ የሆነ የጽዳት ስራ ሰሌዳ በማዘጋጀትና በመከተል ማን፣ መቼና እንዴት የጽዳት ስራ እንደሚሰራ ማሳወቅ፣
- የቆሻሻ ማጠራቀሚያዎችን በየቀኑና ስራ በሚቆምበት ጊዜ ማጽዳት፣
- ቆሻሻዎችንና እንደገና ሊያገለግሉ የሚችሉ ተረፈ ምርቶችን በየቀኑ መሰብሰብና መክደኛ ባለው የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ውስጥ ማስቀመጥ። እንዲሁም ምግብ ከሚቀመጥበት አካባቢ በርቀት ማስቀመጥ፣
- የቆሻሻ ማጠራቀሚያዎችን ሁል ጊዜ ማጽዳት።

የስራ ሃላፊዎች የሚከተለውን ማድረግ አለባቸው፡-

- ማን፣ መቼና እንዴት ማጽዳት እንዳለበት የሚገልጽ የጽዳት ጊዜ ሰሌዳ ማዘጋጀት፤
- ስራተኞቹ የጽዳቱን አሰራር መገንዘባቸው ማረጋገጥና የጽዳት ስራውን በተገቢው ሁኔታ ማከናወናቸውን መቆጣጠር፤
- የጽዳት ስራው በወጣለት የጊዜ ሰሌዳ መጠናቀቁን ማረጋገጥ፤
- ቆሻሻዎችና እንደገና ሊያገለግሉ የሚችሉ ተረፈ ምርቶችን የሚሰበሰቡበት መደበኛ ሰዓት ማውጣት፡፡

እየሄዱ ማጽዳት.

የተህዋሲያን ማጽጃ

‘የተህዋሲያን ማጽጃ’ ማለት በምግብ ዕቃዎች ላይ የሚገኙ ተህዋሲያን የሚገድል ኬሚካል ነው፡፡ በጣም የፈለ ውሃም እንደ ተህዋሲያን ማጽጃ ያገለግላል፡፡ ለምሳሌ፡- ዕቃ የሚያጥቡ የንግድ ቤቶች፡፡

የመመገቢያና የመጠጫ ዕቃዎችን ከመጠቀማችን በፊት በተህዋሲያን ማጽጃ ማጽዳት አለብን፡፡

ስናጸዳና የተህዋሲያን ማጽጃ ስንጠቀም የሚከተሉት በቅደም ተከተል ማከናወን አለብን፡-

1. ቅድመ ጽዳት ሁሉንም በምግብ ዕቃ ላይ የሚገኙ የምግብ ትራፊዎችን ወደ ቆሻሻ ማጠራቀሚያ ውስጥ ማስገባት፡፡
2. ማጠብ በምግብ ቅባት የቆሻሻ የምግብ ዕቃዎችን በሞቀ ውሃና ሳሙና ማጠብ፡፡ መንከር ወይም የተለየ የማጽጃ ምርት መጠቀም፡፡
3. መለቅለቅ በንጹህ ውሃ የቀሩትን ቆሻሻዎች በማለቅለቅ ማስወገድ፡፡
4. የተህዋሲያን ማጽጃ የንግድ ዕቃ ማጠቢያ ወይም የተህዋሲያን ማጽጃ መጠቀም፡፡
5. መለቅለቅ የተህዋሲያን ማጽጃ ከተጠቀምን ማለቅለቅ አለብን፡፡
6. ማድረቅ ለማድረቅ ንጹህ ጨርቅ ወይም አየር መጠቀም፡፡

የተሸረፈ፣ የተሰበረ ወይም የተሰነጠቀ የመመገቢያና የመጠጫ ዕቃዎችን አለመጠቀም፡፡ ሁሉንም የተሸረፉ፣ የተሰበሩ ወይም የተሰነጠቁ የመመገቢያና የመጠጫ ዕቃዎችን መጣል፡፡

እንደ ድስት፣ ሳህን፣ ኩፓያና ብርጭቆ የመሳሰሉ የመመገቢያና የመጠጫ ዕቃዎችን ጽዳት መቆጣጠር ያስፈልጋል፡፡

የመመገቢያና የመጠጫ ዕቃዎችን ማጽዳትና የተህዋሲያን ማጽጃ መጠቀም

- በአምራቾች የሚቀርቡ ትክክለኛ የሳህንና የብርጭቆ ማጠቢያ መሳሪያ መጠቀም፡፡ (በእጅ ከሚታጠቡ ይልቅ የዕቃ ማጠቢያ መሳሪያው የበለጠ ያጸዳል ምክንያቱም የዕቃ ማጠቢያ መሳሪያ የሞቀ ውሃና ከፍተኛ ሙቀት ለማድረቅ ስለሚጠቀም ነው፡፡)

- የወይን፣ የቢራና የለሰላሳ መጠጦች ጠርሙሶች በብርጭቆ ማጠቢያ ውስጥ መታጠባቸውን ማረጋገጥ ወይም የተህዋሲያን ማጽጃ መጠቀም።
- የዕቃ ማጠቢያ መሳሪያ ከሌለ፣ በገበያ ላይ የሚገኘውን የተህዋሲያን ማጽጃ መጠቀም። የማጽጃ አጠቃቀም እንደሚከተለው ነው። ዕቃዎቹን የሙቀት መጠኑ 77°ሴ በሆነ ውሃ ውስጥ 30 ሰከንድ መዘፍዘፍ ወይም ሙቀቱ 80°ሴ የሆነ የቧንቧ ውሃ መጠቀም። ሰራተኞቹን የሞቀው ውሃ እንዳይቃጠላቸው መከላከያ ጓንትና የመንከሪያ ቅርጫት ያስፈልጋቸዋል።
- የታጠቡ ዕቃዎችን ገልብጦ ማስቀመጥ።
- የታጠቡ ድስቶችን በንጹህ ማስቀመጫ ውስጥ እጆቻቸው እንዲታይ አድርጎ ማስቀመጥ፤ ደንበኞች ድስቶቹን በእጆቻቸው እንዲያነሱ ያግዛል።

ከምግብ ጋር ቀጥተኛ ንክኪ የሚካሄድበትን ቦታ በተህዋሲያን ማጽጃ ማጽዳት

ከምግብ ጋር ቀጥተኛ ንክኪ የሚካሄድበትን ቦታ የሚባለው እንደ መከተፊያና ምግብ የሚሰራበት ጠረጴዛ የመሳሰሉት ሰለሆኑ እነሱን ከመጠቀማችን በፊት በተህዋሲያን ማጽጃ ማጽዳት። ይህን ማድረግ ምግብ በጥሬ ምግቦችና በተለያዩ ነገር እንዳይበከል ይረዳል።

ለመበላት ከተዘጋጁ ምግቦች ጋር ንክኪ የሚካሄድበትን ቦታ የሚባለው እንደ መከተፊያና ምግብ የሚሰራበት ጠረጴዛ በተህዋሲያን ማጽጃ ማጽዳት።

ጥሬ ምግቦችን ለማዘጋጀትና ለማብሰል የምንጠቀምበትን ቦታዎች እየተጠቀምን እያለ ማጽዳት አለብን።

ከምግብ ጋር በቀጥታ የሚነካኩ ቦታዎችን ከመጠቀማችን በፊት ሙሉ ለሙሉ ደረቅ መሆን አለባቸው። ምክንያቱም ዕርጥበት ካለው ተህዋሲያን ወደ ሌላ ቦታ ያስተላልፋል።

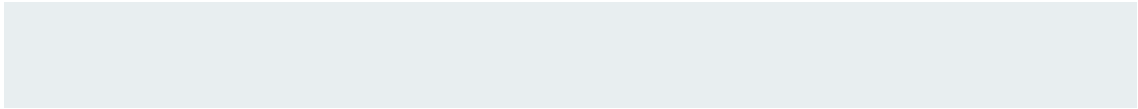
- የተህዋሲያን ማጽጃ ስናዘጋጅ፣ ስንጠቀምና ስናስቀምጥ የአምራቾቹን መመሪያዎች ሁል ጊዜ መከተል አለብን።
- ዕቃ ለማጽዳት ሙቅ ውሃ የምንጠቀም ከሆነ የቧንቧ ውሃ ሙቀት 80°ሴ እና ዕቃው ላይ ያለው ውሃ ሙቀት 77°ሴ መሆን አለበት። ሰራተኞቹን የሞቀው ውሃ እንዳይቃጠላቸው መከላከያ ጓንት እና የመንከሪያ ቅርጫት ያስፈልጋቸዋል።

እንዴት ነው የምግብ ማዘጋጃ ቦታዎችንና መሳሪያዎች በጥሩ ሁኔታ መያዝ የሚቻለው

የምግብ ማዘጋጃ ቦታዎችንና መሳሪያዎችን በጥሩ የአሰራርና የጥገና አያያዝ መያዝ አለባቸው።

- የምግብ ማዘጋጃ ቦታዎች ምንም አይነት ተባዮች እንደ አይጠመገጥ፣ አይጥ፣ ወፎች፣ በረሮዎችና ሌሎች ነብሳቶች እንዳይገቡ መከላከያ እንዲኖረው ያስፈልጋል። መስኮቶቹና በሮቹ በደንብ የገጠሙ መሆን አለባቸው። ማንኛውንም የግድግዳ፣ የወለልና ጣራ ቀዳዳዎች መጠገን አለባቸው።

- የምግብ ማዘጋጃቤት ውስጥ ከሚገኙ ተባዮችም መከላከል አለብን።
- የምግብ ማዘጋጃ ቤቱን ያረጅ ወለልና ግድግዳው ወይም ማንኛውንም የተበላሸ ነገር ለማሳደስ ከባለሙያ ጋር መመካከር።
- የማቀዝቀዣ ቤት መሳሪያዎች፣ የማቀዝቀዣ መሳሪያዎች፣ ምግብ ማብሰያዎች፣ የዕቃ ማጠባለያና የውሃ ማሞቂያና ማቀዝቀዣ መሳሪያዎች የምግብን ጤንነት ለመጠበቅ በጣም አስፈላጊዎች ናቸው። እነዚህ መሳሪያዎች ሲበላሹ በፍጥነት በመጠገን ስራው እንዲቀጥል ማድረግ አለብን።
- በቀላሉ በወላለቁ መሳሪያዎች፣ በአቧራና በቆሻሻ ምግብ ሊበከል ስለሚችል የምግብ ስራ እየተሰራ የመሳሪያዎቹ ጠጋኞች እንዲሰሩ አለመፍቀድ። ስለዚህ መሳሪያዎቹ የሚጠገኑ ከሆነ የምግብ ስራውን ማቆም አለብን።
- የምግብ ማዘጋጃ ቤቱ ከታደሰ በኋላ ስራ ከመጀመሩ በፊት መጽዳት አለበት።
- የተጠናቀቁት የእድሳት ስራዎች መመዝገብና የእድሳቱ ስራ እየተከናወነ መሆኑን **ለህዝብ ጤና ጥበቃ ስራተኛ** ማሳየት። ይህ አሰራር ከሚያደሱት ባለሙያዎች ጋር እንደገና ለመገናኘት ያግዛል።
- ለምግብ ስራ የማያገለግሉ ጥሬ ዕቃዎች ለምሳሌ፡- ተጨማሪ ተባዮችን እንዲኖሩ በማድረግ ሌላ የጽዳት ስራ ስለሚፈጥሩ የህንጻ መሳሪያዎች ከምግብ ቤቱ መወገድ አለባቸው።



ተባዮችን መቆጣጠር

ምግብ የሚዘጋጅበት ቦታ ከተባዮች የጸዳ መሆን አለበት።

አይጠመገጥ፣ አይጥ፣ ዝንቦችና በረሮዎች በዋናነት ምግብ የሚዘጋጅበት ቦታ የሚበክሉ እንስሳት እና ተባዮች ናቸው። ተባዮች አብዛኛውን ጊዜ ምግብ በሚዘጋጅበት ቤትና በሚቀመጥበት ቦታ ላይ ይገኛሉ። ምክንያቱም ሙቀት፣ ውሃና ምግብ ከነዚህ ቦታዎች ስለሚያገኙ ነው።

አይጠመገጥ፣ አይጥና በረሮዎች በብርሃን ጊዜ አይንቀሳቀሱም። የሚንቀሳቀሱት በምሽት ነው። እንደ ቁጫጭ ያሉ ነብሳት እንቁላላቸው በምግብ ውስጥ ወይም ምግብ ስንረከብ ሊገኝ ይችላል። እነዚህ ተባዮችና ነብሳቶች አንድ ጊዜ በምግብ ማስቀመጫ ዕቃ ውስጥ መኖር ከጀመሩ በፍጥነት ይራባሉ።

በተባዮች ሽንት፣ ሰውነትና ቆሻሻ ውስጥ የሚገኙ ተህዋሲያን ምግብን ይበክላሉ። እነዚህ ተህዋሲያን ምግብን ሊመርዙ ይችላሉ።

ተባዮች ምግብን በማሻገት ከጥቅም ውጪ እንዲሆን ያደርጋሉ። ተባዮች በአንድ ላይ ወይም በከፊል ምግብን ያጠቃሉ። አይጠመገጥና አይጥ የምግብ ቤቱን የኤሌትሪክ ገመድና የምግብ ማስቀመጫ ዕቃ በሙብላት ከጥቅም ውጪ በማድረግ ኪሳራ ያስከትላሉ።

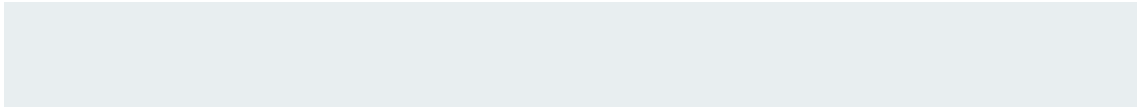
ተባዮች ምግብ በሚዘጋጅበት ቦታዎች መኖራቸውን ለማወቅ የሚከተሉት ምልክቶች መመልከት፡-

- በነብስ ያለ ወይም የሞተ ተባይ ማየትና ማግኘት እንዲሁም እንቁላላቸውን ማግኘት፤
- የበረሮ፣ አይጠመገጥና አይጥ ሰገራ ማግኘት፤
- የተበላሹ የምግብ ማሽኚዎች፣ የኤሌትሪክ ገመድና ቁም ሳጥኖች ማግኘት፤ (አይጠመገጥና አይጥ የጥርሳቸው ማደግን ለማስቆም ሲሉ የምግብ ማሽኚዎችንና ምግብን በማግኘት ያበላሻሉ)፤
- በፈሰሰ ዱቄት ላይ የአይጠመገጥና አይጥ የእግር አሻራ ማግኘት፤
- አይጠመገጥና አይጥ ለየት ያለ ሽታ አላቸው፤
- በእንቁላላቸው አማካኝነት ዱቄት ላይ ድር በመስራት ምግቡ እንዲጣበቅ ሲያደርጉ፤
- ደንበኞች ተባዮችን ምግብ በሚዘጋጅበት ቦታ ማየታቸውንና በገዙት ምግብ ላይ ማግኘታቸውን በተመለከተ ቅሬታ ካሰሙ።

ተባዮች የምግብ ማዘጋጃ ቦታን እንዳያጠቁምን ማድረግ አለብን?

- የተባይ አጥፊ ድርጅት በመቅጠር ተባዮች ማጥፋት።
- አካባቢዎን ከተባይ የጸዳ እንዲሆን መከላከያ ያድርጉለት።
- የምግብ ማዘጋጃ ቦታውን ተባይ የማይገባበት አድርጎ መስራት።

- እራሳቸው የሚዘጉ በሮችና የአየር መጋረጃ ማዘጋጀት እንዲሁም ዝንቦች እንዳይገቡ የሚከላከል መሳሪያ መስኮት ላይ መግጠም።
- የቆሻሻ ማስወገጃ መዝጊያ እንዲኖራቸው ማድረግ።
- ለተባይ መራቢያ መንስኤ የሆኑ ምግቦችን ከምግብ ቤትና ከምግብ ማስቀመጫ ቦታ ማስወገድ።
- ማታ ከመሄዳችን በፊት ምግብ ቤቱን ማጽዳት።
- ሁሉንም ስራ በምንሰራበት አካባቢ ያሉ ቆሻሻዎችን መክደኛ ባለው የቆሻሻ ማጠራቀሚያ ማስወገድ።
- ለተባይ መራቢያ ምቹ በሆኑ ቦታዎች የሚገኙ የማያስፈልጉ መሳሪያዎችን ማስወገድ።
- ወጥመድ በመጠቀም ብዛት የሌላቸውን ተባዮችን መግደል።
- እንዴት ወጥመድና ኬሚካል መጠቀም እንዳለብን ማወቅና ምግብን እንዳይበክሉ መከላከል አለብን።
- ትክክለኛውን የተባዮች ማጥፊያ የሆነውን የመርዝ ዕቃ መጠቀም።
- የተባይ መርዙን ሌሎች እንስሶችና ልጆች በሚገኙበት ቦታ ላይ አለመተው።
- ሁሉንም ኬሚካሎች በራሳቸው የማስቀመጫ ዕቃ ላይ ማስቀመጥ
- ነብሳትን የሚያጠፋ መሳሪያ በመትከልና መሳሪያውን ምግብ ከሚዘጋጅበት ቦታ ራቅ በማድረግ መትከል። ምክንያቱም የሚሞቱት ነብሳት ምግብ ላይ ካረፉ ምግብን ሊበክሉ ይችላሉ።



የምግብ ደህንነት አጠባበቅ ክህሎቶችና ዕውቀት

የምግብ ሽያጭ ስራ ሃላፊ ሰራተኞችና ተቆጣጠሪዎቹ የምግብ ደህንነት አጠባበቅ ክህሎቶችና ዕውቀት እንዳላቸው ማወቅ አለበት።

የህዝብ ጤና ጥበቃ ሰራተኞች ስለምግብ ደህንነት አጠባበቅ ክህሎቶችና ዕውቀት በምግብ ስራ ላይ ለተሰማሩ ሰዎች የምግብ ደህንነት አጠባበቅ ምርመራ ሲያካሂዱ ማስተማር ይችላሉ።

በምግብ ስራ ላይ ለተሰማሩ ሰዎች ምን ዓይነት ክህሎቶችና ዕውቀት ያስፈልጋቸዋል?

በምግብ ስራ ላይ የተሰማሩ ሰዎች መሰረታዊ የሆነ የምግብ ደህንነት አጠባበቅ ዕውቀትና ክህሎቱ እንዲኖራቸው ያስፈልጋል።

የምግብ ደህንነት አጠባበቅ ዕውቀትና ክህሎት እንደ የሰራተኞቹ የስራ መደብ ይለያያል። ነገር ግን በዚህ መመሪያ ላይ አብዛኛዎቹ ተካተዋል። በምግብ ስራ ላይ የተሰማሩ ሰዎች ከስራቸው እና ከሃላፊነታቸው ጋር የሚገናኝ ዕውቀትና ክህሎት ማግኘት አለባቸው። ለምሳሌ፡- የምግብ ማድረስ ትዕዛዝን መቀበል፣ ምግብን መቀበል፣ ምግብን ማስቀመጥ፣ ማብሰል እና ሙቀትን መቆጣጠር።

ተቆጣጣሪዎችም እነዚህን ዕውቀትና ክህሎቶች ማወቅ አለባቸው።

አዳዲስ ሰራተኞች በሚቀጠሩበት ወቅት እነዚህን አጠቃላይ ዕውቀትና ክህሎቶች ስራ ከመጀመራቸው በፊት ማሳየት አለባቸው።

ሰራተኞቹ የምግብ ጤና አጠባበቅ ክህሎቶችና ዕውቀት አላቸው?

የምግብ ሰራተኞቹ በስራ ላይ የምግብ ደህንነት አጠባበቅ ክህሎቶችና ዕውቀት ሲተገብሩ በመመልከት ማረጋገጥ፡ ለምሳሌ፡- የእጅ መታጠቢያ ላይ እጃችውን ብቻ እንደሚታጠቡና የምግብ ዕቃዎችን እንደማያጥቡባቸው በመመልከት ማረጋገጥ። ይህንን የማያደርጉ ከሆነ በማስተማር ማረም።

የምግብ ሰራተኞችን ዕውቀት ማወቅ በጣም አሰቸጋሪ ሊሆን ይችላል ምክንያቱም በተደጋጋሚ ስህተቶች ሊፈጽሙ ይችላሉ። የምግብ ሰራተኛው የሚከተሉት ሊያድረግ ይችላል፡-

- የሚሰራው ስራ ስህተት መሆን ላያቅ ይችላል፤
- ሊረሳ ይችላል፤ ወይም
- የሚሰራውን ስራ በትክክል ሊገነዘብ ይችላል ። ነገር ግን በስራው ላይ ዕውቀቱን መጠቀም የማያስፈልግ ነው ብሎ ሊያስብ ይችላል።

ሰራተኞቹ ዕውቀታቸው ወደ ስራ መተግበር እንዳለባቸው እንደሚያውቁ ማረጋገጥ።

የምግብ ሰራተኞችን ስለምግብ ደህንነት አጠባበቅ ያላቸው ዕውቀት ለማወቅ አንዳንድ ጥያቄዎች መጠየቅ። በአባሪ 2 ላይ ያለው ማመሳከሪያ ሊጠቅም ይችላል። ማመሳከሪያውን ለስራው እንደ ሚመች አድርጎ ማስተካከል ይቻላል።

ማመሳከሪያዎቹን ከመመሪያው ላይ በመውሰድ ለእያንዳንዱ ሰራተኛ መስጠት ይቻላል። ስለተገኘው ውጤት ከእነሱ ጋር መወያየትና መወሰድ ስላለባቸው ማንኛውም እርምጃዎች ላይ መስማዎት።

ማመሳከሪያዎቹን መያዝና የሚወስዱትን እርምጃዎቹ በመመዘን ለህዝብ ጤና ጥበቃ ሃላፊነትዎን እየተወጡ መሆንዎን ማሳየት።

የሰልጠና አማራጮች

የእርስዎ ምግብ ሰራተኞች ተጨማሪ ሰልጠና የሚያስፈልጋቸው ከሆነ የሚከተሉት አማራጮችን መጠቀም፡-

- ከእርስዎ ሰራተኞች አንዱ ሰልጠና ሊሰጣቸው ይችላል።
- ከእርስዎ ሰራተኞች መካከል ከካንብራ የቴክኖሎጂ ተቋም ወይም ከሌላ ማሰልጠኛ ተቋም በምግብ ጤና አጠባበቅና ቁጥጥር የተመረቀ ሊኖር ይችላል። እንደ አማራጭ ወይም ምንም አይነት ህጋዊ ሰልጠና ያልወሰደ ነገር ግን ለሌሎች ዕውቀቱን ከህሎቱን ማስተማር የሚችል ሊኖር ይችላል።
- ስለስራው ሰልጠና በመውሰድ ሌሎችን ማሰልጠን የሚችል ሊኖር ይችላል።
- ከሰራተኞቹ አንዱ ስለ ምግብ ደህንነት አጠባበቅ በሚሰጥ ኮርስ እና ሌሎችን እንዴት ማሰልጠን እንደሚቻል በሚያሰለጥን ኮርስ በመሳተፍ እንዲያሰለጥን ሁኔታዎችን ሊያመቻቹ ይችላሉ።
- በመንግስት እውቅና ያላቸው ማሰልጠኛ ተቋማት ለስራው የሚሆን የተለየ ሰልጠና በኢንተርኔት ወይም በአካል ሊሰጡ ይችላሉ።
- ብዙ በኢንተርኔት ሰልጠና የሚሰጡ ድርጅቶች አሉ።

በኤሲቲ ሰልጠና ለማግኘት የሚከተሉት መረጃዎች ይጠቀሙ፡-

- ኢንተርኔት ወይም የሰልጠና ድርጅቶችን አድራሻ የያዘውን ቢጫ ገጽ ይመልከቱ፤
- ከካንብራ የቴክኖሎጂ ተቋም ጋር ይገናኙ።

አባሪ 3 ሰልጠና በእርስዎ ወይም በሰራተኞችህ ሰልጠና በሚሰጥበት ወቅት እንዴት አድርገው መመዘን እንዳለብዎት የሚያሳይ ምሳሌ ይዘል።

የት ነው የበለጠ መረጃ ማግኘት የሚቻለው?

የጤና ጥበቃ አገልግሎት

ስለምግብ ጤና አጠባበቅ የበለጠ መረጃ ማግኘት ከፈለጉ ከጤና ጥበቃ ጋር ይገናኙ።

ስልክ: (02) 6205 1700

ፋክስ: (02) 6205 1705

ኢ-ሜል: hps@act.gov.au

የእኛ ቢሮ የሚገኘው Howard Florey Centenary House, 25 Mulley Street, Holder ነው።

ስለምግብ ደህንነት አጠባበቅ የበለጠ መረጃ ለማግኘት የሚከተለውን ድረ-ገጽ መመልከት ይችላሉ www.health.act.gov.au ተጨማሪ መረጃ በጤና ጥበቃ አገልግሎት ድረ-ገጽ ከሚገኙ የማስታወቂያ ወረቀቶችና ፖስተሮች ላይ ማግኘት ይችላሉ።

የምግብ ደንብና ህግ

የምግብ ደንብና ህግ ከሚከተለው ድረ-ገጽ ማግኘት ይቻላል። www.legislation.act.gov.au

የአውስትራሊያ ኒው ዝላንድ የምግብ ደረጃዎች

ስለምግብ ደህንነት አጠባበቅ ከአውስትራሊያ ኒው ዝላንድ የምግብ ደረጃዎች (FSANZ) ድረ-ገጽ www.foodstandards.gov.au ማግኘት ይቻላል። ድረ-ገጹ የምግብ ደረጃዎች ደንብ፣ የምግብ ጤና አጠባበቅ ደረጃዎች፣ ጥሬ ሀቆችና የጥሬ ሀቆች ትርጉም ይገኝበታል።

ሌላ ጠቃሚ የሆኑ ማጣቀሻ መጻሕፍት *Safe food Australia: a guide to the Food Safety Standards* ይህን መጻሕፍት ከሚከተለው ድረ-ገጽ ማግኘት ይቻላል <http://www.foodstandards.gov.au/scienceandeducation/publications>

የቃላት ትርጉም ማውጫ

ረዳት እንስሳ

መሪ ውሻ፣ የሚሰማ ውሻ ወይም ሌላ የሰውን የአካል ጉዳት ተረድቶ እገዛ እንዲያደረግ የሰለጠነ እንስሳ።

ተህዋሲያን

በአይን የማይታይ ህይወት ያለው ፍጥረት ነው። ተህዋሲያን የሚለው ቃል ሁሉንም በአይን የማይታዩ ጠቃቅን ፍጥረቶች፣ ቫይረሶች፣ እንጉዳዮችና ጥገኛ ተውሳኮችን ይወክላል።

መበከል

ምግብን የሚበከል ማንኛውም ነገር ምግብ ላይ ከተከሰተ መበከል ይባላል።

የተበከለ ምግብ

የተበከለ ምግብ የሚባለው በተህዋሲያን፣ በቫይረሶች፣ በኬሚካልና በሌሎች ባዕድ ነገሮች ምግብ ሲበከል ነው።

ከአንዱ ወደ ሌላ የሚተላለፍ ብክለት

ምግብ በሌላ ምግብ፣ በምግብ ሰራተኛው እጅ፣ በመክተፊያና ምግብ በሚሰራበት ዕቃ አማካኝነት ሲበከል ከአንዱ ወደ ሌላ የሚተላለፍ ብክለት ተብሎ ይታወቃል። ለምሳሌ፡- የዶሮ ምግብ በተዘጋጀበት መክተፊያ ላይ ሰላጣ መሰራት በዶሮ ውስጥ የሚገኙ ተህዋሲያን ወደ ሰላጣው እንዲተላለፉና ምግቡ እንዲበከል ወይም እንዲመረዝ ያደርጋል።

ለእጅ መታጠቢያ ብቻ የሚያገለግል የመታጠቢያ ቦታ

በምግብ ሽያጭ ላይ ከተሰማራን ምግብና የምግብ ዕቃዎች የሚታጠቡበት ቦታ ከእጅ መታጠቢያ የተለየ መሆን አለበት። የምግብ ንግድ እንቅስቃሴ በሚደረግባቸው ቦታዎች፣ ምግብ እና የምግብ ዕቃዎች ከሚታጠቡበት ማጠቢያ የተለየ የእጅ መታጠቢያ ሊኖር ይገባል። ለእጅ መታጠቢያ ብቻ የሚያገለግል የመታጠቢያ ቦታ ላይ የሞቀ ውሃ፣ ሳሙና፣ ሌሎች የማጽጃ ዕቃዎችና ለአንድ ጊዜ ብቻ የሚያገለግል ፎጣ መኖር አለበት።

በምግብ ስራ ላይ የተሰማራ ሰው

በምግብ ስራ ላይ የተሰማራ ሰው ምግብንና የምግብ ዕቃዎችን (ድስት፣ ሳህንና ጎድጓዳ ሳህን) የመሳሰሉት የሚይዝና የሚነካ ሰራተኛ ማለት ነው።

የምግብ ስራ አያያዝ

ማንኛውም የምግብ ማሸግና መክፈት ስራ።

የምግብ መመሪዝ

የህመሙ ወይም የበሽታው መንስኤ ምግብ ሲሆን፡-

- ምግቡ በትክክለኛ የሙቀት መጠን ላይ ሳይቀመጥ ሲቀር፤
- በምግብ ወለድ ተህዋሲያን ወይም ቫይረሶች ምግቡ የተጠቃ ከሆነ፤
- በምግብ ወለድ ተህዋሲያን ምግቡ መርዝ የፈጠረ እንደሆነ፤
- በምግብ ወለድ ተህዋሲያን ምክንያት ምግቡ መርዝ መፍጠር ሲጀምር፤ (ለምሳሌ ፡- ድንች ጨለማ ቤት ካልተቀመጠ ሶላኒን የተባለ መርዝ ያመነጫል፡፡)
- በከፊል መርዛማ ምግቦች (ለምሳሌ፡- የኑባርብ ቅጠሎች)፡

የምግብን ደህንነት ምርመራ

የህዝብ ጤና ጥበቃ ሰራተኛ ፣ ምግብ በሚሸጥበት ቦታ የምግብ ደህንነት ምርመራ ሲያደርግ የሚከተሉትን ያያል፡-

- » ምግብ የሚዘጋጅበት ቦታ ጽዳትና ሁኔታ ይመረምራል፤
- » ለእጅ መታጠቢያ ብቻ ተብሎ የተሰራና አገልግሎት እየሰጠ መሆኑ ያረጋግጣል፤
- » ምግብ የተቀመጠበት ሁኔታ ያያል፤
- » የምግብ አሰራር ሂደትን ያያል፤
- » የማቀዝቀዣ ቤትና የማቀዝቀዣ መሳሪያዎችን የሙቀት መጠን ይለካል፤
- » የትኩስ ምግቦችን የሙቀት መጠን ይቆጣጠራል፤
- » የሰራተኞችን የምግብ ደህንነት አጠባበቅ ዕውቀትና ክህሎት ይቆጣጠራል፤
- » ጽዳት የሚደረግበት የጊዜ ሰሌዳ ይመለከታል፤
- » የተባይ መከላከያን በተመለከተ ማስረጃ ይጠይቃል፡፡

አደገኛ ምግቦች

ምግብን የሚመርዙ ተህዋሲያን የያዙና ተህዋሲያን እንዲራቡ ተስማሚ የሆኑ ምግቦች አደገኛ ምግብ ይባላሉ፡፡ የአደገኛ ምግቦችን የሙቀት መጠን በመቆጣጠር ምግብ በተህዋሲያን እንዳይበከል መከላከል አለብን፡፡

የህዝብ ጤና ጥበቃ ሰራተኛ

የህዝብ ጤና ጥበቃ ሰራተኛ የምግብ ህግ 2001 ወይም የህዝብ ጤና ጥበቃ ህግ 1997 በሰራ ላይ መዋሉ የመቆጣጠር ኃላፊነት አለበት፡፡ የህዝብ ጤና ጥበቃ ሰራተኛን የሚቀጥረው የኤሲቲ መንግሥት የጤና ጥበቃ አገልግሎት ዳይሬክቶሬት ነው፡፡ የሰራተኞቹን የምስል ማንነት የያዘ መታወቂያ ይዘው ይዘራሉ፡፡

የህዝብ ጤና ጥበቃ ሰራተኛ ምግብ የሚሸጥባቸውን ቦታዎችን ይመረምራል፤ ለምግብ ሰራተኞች ምክር ይሰጣል፤ የምግብ ሽያጭን በተመለከተ ለሚነሱ ቅሬታዎች ምላሽ ይሰጣል እንዲሁም ምግብ ወለድ ህመምን ይመረምራል።

ለመበላት የተዘጋጁ ምግቦች

ለመበላት የተዘጋጁ ምግቦች የሚባሉት ምግብ በሚሸጥበት ቦታ ላይ የሚበሉና ከተገዙ በኋላ ሳናበስልና ሳናጥብ የምንመገባቸው ምግቦች ናቸው።

ሙቀትን መቆጣጠር

የሙቀትን መጠን በመቆጣጠር ተዋሲያን መከላከል ይቻላል። የአደገኛ ምግቦችን የሙቀት መጠን ከ 5°ሴ በታች ወይም ከ 60°ሴ በላይ መሆን አለበት።

አደገኛ የሙቀት ዞን

ከ5°ሴ እስከ 60°ሴ ያለው የሙቀት መጠን ለተህዋሲያን መራባት ተስማሚ ነው።

የተህዋሲያን ማጽጃ

የተህዋሲያን ማጽጃ ኬሚካል በመጠቀም ተህዋሲያንን መግደል። በጣም የሞቀ ውሃ ተህዋሲያንን ለመግደል ይጠቅማል።

አባሪ 1: የምግብ ንጽህና

እጅን መታጠብ

እጅን መታጠብ በጣም አስፈላጊ ነው። እጃችን እንደ ሚከተለው ማጽዳት አለብን፡-

- ምግብን፣ የምግብ መሳሪያና ማዘጋጃ ቦታ ከመንካታችን በፊት እጃችን መታጠብ፤
- ምግብ ለመያዝ ጓንት ከማጥለቃችን በፊት እጃችን መታጠብ። ጓንቱን አንድ ጊዜ ከተጠቀም በኋላ መለወጥ ወይም እጃችን መታጠብ፤
- ደንበኞች የተጠቀሙበት ሳህኖችና ዕቃዎች ከጸዳን በኋላም እጃችን መታጠብ፤
- ፊታችን፣ ፀጉራችን፣ አፍንጫችንና ቆዳችን ከነካ በኋላ እጃችን መታጠብ፤
- ሽንት ቤት ከተጠቀምን በኋላ እጃችን መታጠብ፤
- ካጨለን በኋላ እጃችን መታጠብ፤
- ቆሻሻ ከያዝ በኋላ እጃችን መታጠብ፤
- የጽዳት ስራ ከሰራ በኋላ እጃችን መታጠብ።

እጃችን ስንታጠብ የሚከተሉት ማድረግ አለብን፡-

- እጃችን መታጠብ ያለብን ለእጅ መታጠቢያ ተብሎ በተሰራ ቦታ ላይ ብቻ ነው። የዕቃና የምግብ ማጠቢያ ላይ እጃችን መታጠብ የለብንም።
- እጃችን መታጠብ ያለብን በሞቀ በቧንቧ ውሃና በሳሙና መሆን አለበት።—በጎድጓዳ ሳህን ላይ ባለ ውሃ እጃችን መታጠብ የለብንም።
- ለአንድ ጊዜ ብቻ በሚያገለግል ፎጣ እጃችን ማድረቅ።

የምግብን ብክለት ለመከላከል የሚከተለውን ማድረግ፡-

- ጌጣጌጦችና የሚንጠለጠሉ የልብስ ኪሶችና ቁልፎች አለማድረግ ምክንያቱም ከእነዚህ ነገሮች ላይ የሚወድቅ ዕቃ ምግብ ላይ ሊወድቅ ስለሚችል።
- ምግብ በሚዘጋጀበት ጠረጴዛ ላይ የግል ንብረታችን አለመስቀመጥ። እኛ ራሳችን ጠረጴዛው ላይ አለመቀመጥ።
- ንጹህ የስራ ልብስ መልበስ።
- ስራ ቦታ ስንደርስ ንጹህ የመከላከያ ልብስ መልበስ።
- የስራ ልብሱ ከተበላሸ የምግብ ብክለትን ለመከላከል መቀየር።
- በሰውነት ላይ ቁስል ካለ በተገቢው መንገድ እንዲሸፈን ማድረግ። ጓንት ማድረግ አንዱ የመከላከያ ዘዴ ነው።

- እጃችንን መታጠብ ስንፈልግ ጓንቱ በማውጣት መታጠብ።
- ምግብ መመገብ ያለብን ምግብ ከሚዘጋጅበት ቤት ውጪ መሆን አለበት።
- መከላከያ የሌላቸው ምግቦችና ምግብ በሚዘጋጅበት ቦታ ላይ አለማስነጠስ፣ አለመናፈጥና አለማሳል።
- ማስነጠስና ማሳል የግድ ከሆነ አፋችንና አፍንጫችን በሶፍት በመሸፈን ካስነጠስን ወይም ካሳልን በኋላ ሶፍቱን ቆሻሻ መጣያ ላይ መጣል፤ እጃችን መታጠብ።
- የታሸግ የምግብ ማስቀመጫ ለመክፈት ትንፋሽ አለመጠቀም።
- ምግብ ላይ በፍጹም መተንፈስ የለብንም።
- ምግብ በሚዘጋጅበት አካባቢ አለማጨስና አለመትፋት።
- የምናጨስ ከሆነ ወደ ስራ ስንመለስ እጃችን መታጠብ።
- እጃችን ቆሻሻ ብለን የምናስብ ከሆነ እጃችን መታጠብና ማድረቅ። ምክንያቱም ምግብን ሊበክሉ ይችላሉ።
- ፀጉርን ማሰርና በኮፍ ወይም በሻሽ መሸፈን።



አባሪ 2: የዕውቀትና የክህሎቶች ማመሳከሪያዎች

እነዚህ ማመሳከሪያዎች አጠቃላይ የሆነ የምግብ ደህንነት አጠባበቅ ዕውቀትና ክህሎቶች ይዘዋል። ከሰራተኞቹ የስራ አይነት ጋር እንደሚስማማ አድርጎ መቀየር ይቻላል። በተዘርዘሩት የክፍት ቦታዎች ላይ ይሙሉ።

የሰራተኛው ስም ፊርማ

የሰራው መደብ ቀን

ምግብን ከብክለት መከላከል

ክህሎቶች	አዎ/አይደለም
ሰራተኛው በመጠን አነስተኛ የሆነ ምግብና ዕቃ ይይዛል	
ጥሬ ምግቦችንና ለመበላት የተዘገጁ ምግቦችን ለይቶ ያስቀምጣል	
ምግብን በትክክለኛ የምግብ ማስቀመጫ ላይ ያስቀምጣል	
ለመበላት የተዘጋጀ ምግብን ሲያዘጋጅ መከተፊያው ንጹህና ከተህዋሲያን የጸዳ መሆን ያረጋግጣል	
ምግብ ሲረከብ የተበላሽ የምግብ ማሸጊያ መኖሩን ይቆጣጠራል	
ለተለያዩ የምግብ አይነቶች የተለያዩ ዕቃዎች ይጠቀማል (ወይም በሳንዱዊች ባር ውስጥ)	
በስራ ልብስ እጁን፣ ዕቃንና የምግብ ማዘጋጃ ቦታን ይጠርጋል	
ምግብን ከመያዝ በፊት ይታጠባል	
ዕውቀት	አዎ/አይደለም
የብክለት መንስኤዎችን በዝርዝር ይጽፋል (ከሰራው ጋር ተዛማጅነት ያላቸውን)	
ምግብ እንዴት እንደሚበከል ምሳሌዎች ይሰጣል	
ለሽያጭና ለዕይታ የቀረቡ ምግቦች ከብክለት መከላከል እንዴት እንደሚቻል ማብራራት ይችላል	
ምግብ እንዴት በማቀዝቀዣ ቤት መቀመጥ እንዳለበት መግለጽ ይችላል	

የሙቀትን መጠን መቆጣጠር

ክህሎቶች	አዎ/አይደለም
አደገኛ ምግቦችን በሚረከብበት ወቅት የምግቦች የሙቀት መጠን ይቆጣጠራል	
የሙቀቱ መጠን ከሚፈለገው መጠን በላይ ሲሆን ማስተካከል ይችላል	
(ሙቀት ከሚፈለገው ገደብ በላይ ሲሆን ማስተካከያ እርምጃ ይወስዳል)	
የቀዘቀዙ አደገኛ ምግቦች በትክክል በማቀዝቀዣ ቤት ወይም በማቀዝቀዣ ውስጥ ያስቀምጣል	
ትኩስ አደገኛ ምግቦች በትክክል ያስቀምጣል	
በረዶ የሰሩ ምግቦች በትክክል ያስቀምጣል	
አደገኛ ምግቦችን በተገቢው የሙቀት መጠን ያበስላል	
አደገኛ ምግቦችን በተገቢው የሙቀት መጠን ያቀዘቅዛል።	
አደገኛ ምግቦችን በተገቢው የሙቀት መጠን ያሞቃል	
የማቀዝቀዣና የማቀዝቀዣ ቤትን የሙቀት መጠን በየጊዜው ይቆጣጠራል	
የማቀዝቀዣና የማቀዝቀዣ ቤትን የሙቀት መጠን ከተገቢው በላይ ሲሆን ማስተካከል ይችላል	
የምግብ ሙቀት መቆጣጠሪያ በመጠቀም የምግብ የሙቀት መጠን ከሚገባው በላይ ሲሆን ማስተካከል ይችላል	
ምግብ ማዘጋጀት በሚፈለግበት ወቅት ምግቡን በትክክል ከማቀዝቀዣና ከማቀዝቀዣ ቤት ማውጣትና ምግቡ ከተዘጋጀ በኋላ መመለስ ይችላል	
ምግቡ ከሙቀት መጠን መቆጣጠሪያ ውጪ ሲሆን ምግቡ ወደ ውጪ የወጣበትና የቆየበት ሰአት ይቆጣጠራል	
ሰራተኛው ተቆጣጣሪ ከሆነ ሰራተኞቹ ከላይ የተዘረዘሩት አንዱን ሳይተገብሩ ሲቀሩ ሰለጊዜና ሰለሙቀት መጠን ቁጥጥር መግለጫ ይሰጣል	

ዕውቀት	አዎ/አይደለም
በምግብ ሽያጭ ላይ የትኞቹ ምግቦች አደገኛ ምግቦች እንደሆኑ መግለጽ ይችላል	
ለምን አደገኛ ምግቦች በ5°ሴ ወይም ከዚያ በታች ወይም በ60°ሴ ወይም ከዚያ በላይ በሆነ የሙቀት መጠን እንደሚቀመጡ ማብራራት ይችላል	
ቀድመው የበሰሉ አደገኛ ምግቦች ለምን ያህል ጊዜና የሙቀት መጠን መቀዘቀዝ እንዳለባቸው ያወቃል	
ቀድመው የበሰሉ አደገኛ ምግቦችን ሙቀት ለማቀብ እንዴት መሞቅ እንዳለባቸው ማስረዳት ይችላል	
ለምን የምግብ ሙቀት መጠን መቆጣጠሪያ እንደሚያስፈልግ ማስረዳት ይችላል	
እንዴት ተርኪ ዶሮና ብዛት ያለው ስጋ መብሰል እንዳለበት ማስረዳት ይችላል	
አደገኛ ምግቦች ለምን ያህል ጊዜ በምግብ ቡፌ ላይ እንደሚቆዩ ማስረዳት ይችላል	

የግል ንጽህናንና ጤናን መጠበቅ

ክህሎቶች	አዎ/አይደለም
ንጹህ የስራ ልብስ ሁል ጊዜ ያደርጋል ወይም ከተበላሸ ይቀይራል	
የግል ንብረቱን በተዘጋጀው ቁም ሳጥን ላይ ያስቀምጣል	
የፀጉሩን ንጽህና ይጠብቃል እንዲሁም ፀጉሩን መሸፈን በሚያስፈልግበት ጊዜ ይሸፍናል	
ተገቢ ያልሆኑ ጌጣጌጦች አያደርግም	
ለምሳሌ፡-ደንበኞችን ከማገልገሉና ምግብ ቤት ከመግባቱ በፊት እንዲሁም አፍንጫውን ከተጠረገና ቆሻሻ ከነካ በኋላ አስፈላጊ በሚሆንበት ጊዜ እጁን ታጥቦ ያደርጋል	
ምግብ እየሰራ ማሰቲካ ያኝካል ወይም ምግብ ይበላል	
ምግብ ላይ አያስነጥስም ወይም አያስልም	
ህመም ሲሰማ ወይም የምግብ መመረዝ ህመም ምልክቶች በራሱ ላይ በሚከሰትበት ጊዜ በፍጥነት ያስታውቃል	
ቁስል ካለበት በአግባቡ እንዲሸፈን ያደርጋል	
ጓጉት በአግባቡ ያደርጋል	
ተመልሶ የሚጣል ጓጉት እንደ አስፈላጊነቱ በአግባቡ ያጠቀማል	
ዕውቀት	አዎ/አይደለም
ለምን የስራ ልብስ እንደሚያስፈልግ ማስረዳት ይችላል	
የምግብ መመረዝ ህመም ምልክቶች መግለጽ ይችላል	
የምግብ ስራተኞች በስራ ቦታ ላይ ሲታመሙ ምን ማድረግ እንዳለባቸው ማስረዳት ይችላል	
ለምን ምግብ በሚሰራበት ቦታ ላይ ሲጋራ ማጨስ እንደማይፈቀድ ማስረዳት ይችላል	
እጃችንን የምንታጠብበትና የምናደርቅበት ወቅቶች ጠንቅቆ ያወቃል	

የምግብ ማዘጋጃ ቦታዎችን፣ መሳሪያዎችንና መኪናዎችን ንጽህ መጠበቅ

ክህሎቶች	አዎ/አይደለም
የስራ ቦታው በንጽህና ይይዛል	
የጽዳት ጊዜ ሰሌዳን በትክክል ይጠቀማል	
የኬሚካሎችንና የጽዳት ዕቃዎችን መመሪያ ይከተላል	
የጽዳት መሳሪያዎችንና ዕቃዎችን በአግባቡ ይጠቀማል	
ቆሻሻን በቆሻሻ ማጠራቀሚያ ውስጥ ያስቀምጣል	
ዕውቀት	አዎ/አይደለም
ለምን ጽዳት እንደሚያስፈልገው ማስረዳት ይችላል	
የማጽዳትና የተህዋሲያን ማጽጃ በመጠቀም ማጽዳት መካከል ያለው ልዩነት ያውቃል	
ምን አይነት መሳሪያ በተህዋሲያን ማጽጃ መጽዳት እንዳለበት ያውቃል	

ምግብ የሚዘጋጅበትን ቦታ ከተባዮች ነጻ ማድረግ

ክህሎቶች	አዎ/አይደለም
ምግብ በሚዘጋጅበት ቦታ ላይ ተባዮች መኖራቸውን ይቆጣጠራል	
የሚረጨኑ ኬሚካሎች፣ ወጥመዶችንና የተባይ መርዞችን በአግባቡ ይጠቀማል	
በተባዮች የተበላሸ መሳሪያና መጠገን ያለበት ዕቃ ካለ ያሳውቃል	
ዕውቀት	አዎ/አይደለም
አይጠመገጥ፣ አይጥ፣ በረሮዎችና ሌሎች ተባዮች በህንጻው ውስጥ መኖራቸው የሚያሳይ ምልክቶችን መግለጽ ይችላል	
እንስሳትን ይዘው ለሚመጡ ደንበኞች የወጣው ህግ ማስረዳት ይችላል	

