

Vietnamese

Sự An Toàn của Thức Ăn là Việc Làm của Chúng Tôi



TẬP HƯỚNG DẪN CHO CÁC DOANH
NGHIỆP VỀ THỨC ĂN

Food Safety is Your Business
A GUIDE FOR FOOD BUSINESSES



ACT
Government
Health

Dịch vụ bảo vệ sức khỏe
Ban Giám đốc Y tế
Chính phủ ACT



MỤC LỤC

MIỄN TRÁCH NHIỆM.....	2
LỜI GIỚI THIỆU.....	3
TẬP CHỈ DẪN NÀY DÀNH CHO AI?	4
THỨC ĂN ‘AN TOÀN’ LÀ GÌ?	4
NGUYÊN TẮC VÀ THỰC HÀNH VỀ SỰ AN TOÀN CỦA THỨC ĂN.....	6
SỨC KHOẺ VÀ VỆ SINH CÁ NHÂN	7
KIỂM SOÁT NHIỆT ĐỘ	10
DỪNG THỜI GIỜ ĐỂ KIỂM SOÁT	14
BẢO VỆ CHO THỨC ĂN KHỎI BỊ NHIỄM ĐỘC	15
LÀM THẾ NÀO ĐỂ BẢO TRÌ CƠ SỞ VÀ DỤNG CỤ	21
KIỂM SOÁT SÂU BỌ	25
KỸ NĂNG VÀ KIẾN THỨC VỀ SỰ AN TOÀN CỦA THỨC ĂN.....	27
NGƯỜI LÀM VIỆC VỚI THỨC ĂN CẦN CÓ NHỮNG KỸ NĂNG VÀ KIẾN THỨC GÌ?	27
NHÂN VIÊN CỦA TÔI CÓ NHỮNG KỸ NĂNG VÀ KIẾN THỨC VỀ SỰ AN TOÀN CỦA THỨC ĂN KHÔNG?	27
NHỮNG SỰ LỰA CHỌN VỀ HUẤN NGHIỆP	28
TÔI CÓ THỂ LẤY THÊM CÁC DỮ KIỆN Ở ĐÂU?	29
CHÚ THÍCH	30
PHỤ LỤC 1: VỆ SINH VỀ THỨC ĂN	33
PHỤ LỤC 2: DANH SÁCH KIỂM ĐIỂM KỸ NĂNG VÀ KIẾN THỨC	35
PHỤ LỤC 3: HỒ SƠ HUẤN NGHỆ.....	41

MIỄN TRÁCH NHIỆM

Tập chỉ dẫn này, *Sự an toàn thức ăn là việc làm của chúng tôi*, sẽ giúp chủ nhân các doanh nghiệp về thức ăn và các nhân viên hiểu về những cách thức và thủ tục về sự an toàn của thức ăn.

Các doanh nghiệp về thức ăn phải tuân theo những đòi hỏi của luật pháp. Tuy nhiên, tập chỉ dẫn này không bao gồm tất cả những đòi hỏi của *Luật về Thức Ăn năm 2001*, Điều Lệ về Thức Ăn năm 2002 hay Bộ Luật của Úc và Tân Tây Lan về các Tiêu Chuẩn về Thức Ăn. Người sử dụng phải tự phán xét, vì những chi tiết cung cấp không phải là những lời chỉ dẫn pháp lý. Bất cứ lời chỉ dẫn pháp lý nào phải là từ luật sư của quý vị.

Tập chỉ dẫn này có thể có những điểm sai, và những chi tiết ghi trong đó có thể thay đổi vào bất cứ lúc nào. Địa chỉ vào những trang liên mạng và những bộ luật, chính xác vào thời điểm ấn bản. Người sử dụng phải tham khảo các văn kiện chính thức nếu họ có ý định dùng chúng dưới bất cứ hình thức nào.

Chính phủ ACT không chịu trách nhiệm về những hành động đã được thực hiện vì dùng các chi tiết trong tập chỉ dẫn này. Chính phủ ACT cũng không chịu trách nhiệm về những sự hư hại từ việc dùng tập chỉ dẫn này. Chính phủ ACT không bảo đảm sự chính xác của những chi tiết có trong những trang liên mạng mà tập chỉ dẫn này chỉ tới, hay bất cứ những chi tiết nào trên các trang liên mạng mà chính phủ ACT không điều hành.

Chữ và thuật ngữ được định nghĩa trong bảng chú thích trên trang 30 được in màu **cam** vào lần đầu tiên được nhắc tới trong tập này.

Do Ban Giám đốc Bộ Y tế ACT xuất bản.

Ấn bản số: 12/0796

Health Protection Service

Locked Bag 5005

Weston Creek ACT 2611

Điện thoại: (02) 6205 1700 Fax: (02) 6205 1705

Email: hps@act.gov.au

LỜI GIỚI THIỆU

Tất cả các thực phẩm bán tại ACT phải được an toàn để người ta ăn. Để bảo đảm là thức ăn được an toàn, những **người đưng tới thức ăn** phải biết cách giữ cho thức ăn được an toàn và phải luôn luôn sử dụng những kỹ năng của mình về sự an toàn của thức ăn tại nơi làm việc.

Tập chỉ dẫn này được soạn thảo cho những người đưng tới thức ăn, để cung cấp cho họ sự hiểu biết căn bản về:

- những cách hành động liên quan tới sức khoẻ và vệ sinh cá nhân;
- những cách hành động và thủ tục để thức ăn được an toàn;
- **kiểm soát nhiệt độ;**
- sự **nh nhiễm độc** của thức ăn;
- sạch sẽ và vệ sinh;
- cơ sở và dụng cụ sửa soạn thức ăn;
- quản lý việc diệt trừ sâu bọ.

Trong tập chỉ dẫn này, một người 'đưng tới thức ăn' là bất cứ ai làm việc trong một doanh nghiệp về thức ăn, và kể cả người giám đốc, nhân viên giám thị và các nhân viên khác.

Tập sách này dựa trên *Luật về Thức Ăn năm 2001* (Đạo Luật), *Điều Lệ về Thức Ăn năm 2002* (Điều Lệ) và *Bộ Luật về các Tiêu Chuẩn của Úc và Tân Tây Lan* (Bộ Luật về Tiêu Chuẩn Thức Ăn). Đây chỉ là phần giới thiệu tổng quát mà không đi vào chi tiết về những đòi hỏi. Người giám đốc các doanh nghiệp về thức ăn cần phải đọc đạo Luật, Điều Lệ và Bộ Luật về Tiêu Chuẩn Thức Ăn để bảo đảm rằng doanh nghiệp của họ tuân theo luật pháp. Nếu không tuân theo là đã phạm luật.

Dịch Vụ Bảo vệ Sức khoẻ của chính phủ ACT kiểm soát sự tuân thủ với Luật về Thức ăn và với Bộ Luật về Tiêu chuẩn Thức ăn. Dịch Vụ Bảo vệ Sức khoẻ làm việc với các doanh nghiệp để cải tiến và duy trì các mức độ an toàn thức ăn cao tại ACT.

Tập chỉ dẫn này không bàn về việc thiết kế và xây cất những cơ sở, dụng cụ về thức ăn và những phương tiện chuyên chở thức ăn. Liên lạc với Dịch Vụ Bảo vệ Sức khoẻ để được giúp đỡ với những đòi hỏi này. Chi tiết liên lạc được ghi ở trang 29.



TẬP CHỈ DẪN NÀY DÀNH CHO AI?

Tập chỉ dẫn này dành cho những ai quản lý và làm việc trong những doanh nghiệp về thức ăn tại ACT trong việc sửa soạn và bán thức ăn.

Các thí dụ về doanh nghiệp về thức ăn gồm cả:

- quán cà-phê và nhà hàng;
- đồ ăn mua mang về;
- doanh nghiệp cung cấp thức ăn tại cơ sở của họ hay ở bên ngoài;
- siêu thị và tiệm bán thực phẩm;
- tiệm bán trái cây và rau cải bán các loại sà lách trộn sẵn;
- tiệm bán lẻ thịt và gia cầm;
- quây chợ.



THỨC ĂN 'AN TOÀN' LÀ GÌ?

'Thức ăn an toàn' là thức ăn mà sẽ không làm cho người ăn bị bệnh hay có hại cho thân thể của người ăn. Thức ăn an toàn không có những **vi khuẩn** mà có thể làm cho người ăn bị bệnh, không có những chất độc (chất độc từ các vi khuẩn hay mốc), không có các chất hóa học hay những chất lạ từ bên ngoài.

Khi dự trữ, trưng bày hay chuyên chở, thức ăn dễ trở nên không an toàn (thường được gọi là 'thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại') quý vị phải bảo đảm rằng loại thức ăn này được giữ cho lạnh ở 5°C hay thấp hơn, hay được giữ cho nóng ở 60°C hay cao hơn. Giữ cho thức ăn được nóng hay lạnh để được an toàn được gọi là 'kiểm soát nhiệt độ'.

Hầu hết những thức ăn được gói kín thường được ghi nhận với một con dấu về 'tốt nhất nên dùng trước' hay 'dùng trước'.

- Con dấu 'tốt nhất nên dùng trước' là ngày mà sau đó phẩm vị của thức ăn có thể bị suy sút.
- Con dấu 'dùng trước ngày' là ngày mà cho tới ngày đó thức ăn có thể ăn an toàn. Thức ăn đã quá hạn 'dùng trước ngày' không được phép bán hay dùng để nấu vì nó có thể gây ra những căn bệnh.

THỨC ĂN KHÔNG AN TOÀN

Các thức ăn không an toàn và không được bán kể cả:

- thức ăn bị hư hại, thối hay cũ;
- thức ăn không được giữ ở đúng nhiệt độ;
- thức ăn có chất lạ từ bên ngoài hay có chất hóa học;
- các thực phẩm độc (thí dụ, một vài loại nấm);
- thức ăn đã có sâu bọ;
- thức ăn không theo đúng với bộ luật tiêu chuẩn về thực phẩm, như trứng với vỏ bị vỡ hay bẩn.

Nếu quý vị nghĩ rằng một thức ăn không an toàn, vứt nó đi.



CÁC NGUYÊN TẮC VÀ SỰ THỰC HÀNH VỀ THỨC ĂN AN TOÀN

Tất cả những người đụng tới thức ăn đều phải có các kỹ năng và kiến thức về sự an toàn của thức ăn liên quan tới những việc họ làm và họ phải tuân theo những nguyên tắc về sự an toàn của thức ăn.

Để giữ cho thức ăn được an toàn quý vị phải:

- tập thói quen rửa tay cho thật sạch;
- luôn theo những thủ tục vệ sinh và y tế cá nhân tốt;
- kiểm soát nhiệt độ của thức ăn (giữ thức ăn nóng ở 60°C hay cao hơn, và thức ăn lạnh ở 5°C hay thấp hơn);
- giữ cho thức ăn khỏi bị ngộ độc;
- giữ cho cơ sở về thức ăn được sạch sẽ;
- rửa và **khử trùng** các dụng cụ và đồ dùng;
- bảo trì các dụng cụ cho được tốt;
- giữ cho cơ sở về thức ăn được hoàn hảo, nghĩa là, không có chỗ nào bị hư hỏng;
- giữ cho cơ sở không bị sâu bọ xâm nhập.



SỨC KHOẺ VÀ VỆ SINH CÁ NHÂN

Con người là chỗ phát sinh ra đa số những vi khuẩn độc tới thức ăn. Vi khuẩn có ở trong các chất chúng ta thải ra, trên da, mũi, nước miếng, những vết cắt và vết thương. Con người có thể mang trên mình hay truyền đi những vi khuẩn này mà họ không biết. Các vi khuẩn có thể được truyền đến thức ăn từ những mặt bàn không sạch, trên tay không sạch, trên dụng cụ không sạch và từ những thức ăn khác. Vi khuẩn có thể gây nên sự **ngộ độc thực phẩm**, mà có thể trở thành một căn bệnh hiểm nghèo và có thể gây nên sự tử vong.

Những người đựng tới thức ăn cần phải hết sức thận trọng. Họ có thể làm thức ăn bị nhiễm độc qua việc trực tiếp đựng tay vào:

- thức ăn;
- dụng cụ dùng để sửa soạn thức ăn;
- gói ghém;
- đồ dùng để ăn và uống mà khách đã dùng.

RỬA TAY

Việc rửa tay rất quan trọng và phải rửa tay thật kỹ. Quý vị phải:

- Rửa tay tại một **bồn dành riêng cho việc rửa tay**.
- Rửa tay thật kỹ dưới dòng nước ấm đang chảy, dùng xà bông hay thuốc rửa tay khác—đừng dùng một cái xô nước để rửa tay.
- Dùng một khăn tay dùng một lần để lau tay cho thật khô.

Không được rửa tay trong các bồn dùng để rửa các dụng cụ hay thức ăn.

Người đựng vào thức ăn không được quét dọn các phương tiện trong nhà cầu. Việc này phải do người không đựng vào thức ăn làm.

VỆ SINH CÁ NHÂN CHO NGƯỜI ĐUNG VÀO THỨC ĂN

- Rửa sạch và lau khô tay mỗi khi nào cảm thấy tay bẩn.
- Tránh không để cho bất cứ phần nào trong cơ thể làm ô uế thức ăn.
- Không được ngồi lên bàn sửa soạn thức ăn.
- Không để các vật dụng cá nhân lên bàn sửa soạn thức ăn.
- Che kín các vết trầy, ngứa với băng không thấm nước hay dùng găng tay dùng một lần. Phải rửa tay và thay găng thường xuyên.
- Mặc áo khoác sạch ở bên ngoài. Thay tạp dề hay quần áo nếu chúng bị ẩm.

- Nếu bị hắt hơi hay ho không thể tránh được, dùng một khăn giấy để che kín mũi và miệng, rồi lập tức vứt bỏ khăn giấy này vào thùng rác, và rửa và lau khô tay.
- Đừng bao giờ thổi vào một cái túi để mở nó ra để bỏ thức ăn vào.
- Đừng bao giờ thổi vào thức ăn vì bất một lý do nào.
- Không bao giờ khạc nhổ, hút thuốc hay dùng thuốc lá trong những khu thức ăn đang được sửa soạn.
- Chỉ ăn khi ở ngoài khu sửa soạn thức ăn.

SỨC KHOẺ VÀ VỆ SINH CHO BAN GIÁM ĐỐC

- Cung cấp các tiện nghi rửa tay, với nước ấm, xà bông và khăn dùng một lần, mà chỉ được dùng để rửa tay mà thôi.
- Đảm bảo rằng các bồn rửa tay lúc nào cũng sẵn sàng để dùng.
- Cho các nhân viên của quý vị rõ về những bồn phạt của họ về sức khỏe và vệ sinh.
- Cho các nhân viên của quý vị rõ quý vị muốn họ phải làm gì nếu họ:
 - » có những triệu chứng của những bệnh liên quan tới thức ăn;
 - » biết là họ đang bị một bệnh, hay là một người mang mầm của những bệnh liên quan tới thức ăn;
 - » có những chỗ trầy da hay đau bị nhiễm độc.
- Bảo đảm rằng tất cả các nhân viên đều biết về những bồn phạt về sức khỏe và vệ sinh cá nhân.
- Bảo đảm rằng các nhân viên tuân theo các thủ tục về sức khỏe và vệ sinh.
- Cung cấp một chỗ khác xa khỏi các thức ăn để các nhân viên có thể cất các dụng cụ và quần áo cá nhân.
- Bảo đảm rằng các nhân viên không khạc nhổ, hút thuốc hay hút thuốc lá trong khu có thức ăn.
- Giữ một cuốn sổ ghi chép những ngày nghỉ của nhân viên.
- Không cho phép khách hàng vào chỗ sửa soạn thức ăn.
- Đừng để súc vật hay những con vật khác vào chỗ sửa soạn thức ăn, **nhưng phải để ý rằng những súc vật giúp người phế tật** được phép vào những chỗ khách hàng được phép vào.

ĐỐI PHÓ VỚI NHỮNG BỆNH LIÊN QUAN TỚI THỨC ĂN

Những người đưng tới thức ăn nếu bị bệnh không được làm việc, và nên ở nhà. Nếu người đưng tới thức ăn bị bệnh, họ có thể làm cho thức ăn và dụng cụ bị nhiễm độc. Một người bị tiêu chảy, hay nôn mửa, rất dễ truyền đi những vi khuẩn.

Những người đưng tới thức ăn phải cho người xếp của mình biết nếu họ cảm thấy người không được khoẻ, ngay cả khi không chắc chắn về lý do. Việc này rất quan trọng nếu họ bị tiêu chảy, nôn mửa, ốm hay đau cổ họng.

Những người đưng tới thức ăn phải cho người xếp của mình biết nếu họ có vết rách trên da bị nhiễm độc, những chỗ bị cắt bị nhiễm độc, hay bị rỉ nước ở tai, ở mũi hay ở mắt.





KIỂM SOÁT NHIỆT ĐỘ

Quý vị phải bảo đảm rằng nhiệt độ của những loại thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại được luôn luôn giữ ở đúng các nhiệt độ của chúng.

Thức ăn mà có thể có các vi khuẩn làm thức ăn bị nhiễm độc và sẽ giúp cho sự sinh sôi nảy nở của chúng, được gọi là 'những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại'. Nhiệt độ của các loại thức ăn này phải được kiểm soát để bảo đảm rằng những vi khuẩn nói trên không ở tới mức mà có thể sinh ra những chất độc cho thức ăn (chất độc), mà có thể gây nên sự ngộ độc thực phẩm.

Những thí dụ của các loại thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại là:

- thịt sống và chín;
- các loại thức ăn lặt vặt như xúc xích, giăm bông và thịt gà cuộn;
- các loại thực phẩm biến chế từ sữa và những món ăn tráng miệng từ sữa như bánh phồng mát và các loại bánh sữa trứng;
- đồ biển;
- các loại trái cây và rau cải đã được biến chế;
- các loại cơm và mì ống đã nấu chín;
- thức ăn có trứng.

Phần lớn các loại vi khuẩn có thể sinh ra sự ngộ độc thức ăn, sinh sôi nảy nở trong những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại trong khu nhiệt độ từ 5°C tới 60°C. Khu nhiệt độ này được gọi là '**khu nhiệt độ nguy hiểm**'.

Một số các loại vi khuẩn sẽ sinh sôi nảy nở ở những nhiệt độ thấp, trong tủ lạnh hay phòng lạnh. Để tránh những vi khuẩn này phát triển tới mức độ có thể gây ra bệnh tật, các loại thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại phải được giữ ở 5°C nếu muốn trữ lâu hơn 7 ngày.

Vi khuẩn không sinh sống trong thức ăn đông lạnh. Sự đông lạnh không giết chết vi khuẩn, và chúng sẽ sinh sôi nảy nở rất nhanh chóng khi để nguội thức ăn trở lại. Các đề nghị của nhà sản xuất ghi trên nhãn hiệu về cách trữ thức ăn cần phải được tuân theo.

Thức ăn không phải là một thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại có thể trở nên có tiềm tàng trở nên nguy hại nếu quý vị thay đổi thức ăn này dưới bất cứ một hình thức nào.

Chẳng hạn như, bột sữa trứng không phải là một thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại vì nó quá khô để cho vi khuẩn sinh sống. Nhưng sữa trứng sẽ trở nên có tiềm tàng trở nên nguy hại khi pha nó vào với sữa lỏng.

Hầu hết những trái cây nguyên và rau cải còn sống không phải là những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại vì chúng không để cho các loại vi khuẩn có độc cho thức ăn sinh sống. Nhưng, khi chúng đã bị cắt ra rồi, các vi khuẩn sẽ có thể sinh sống trên những chỗ cắt, vì vậy trái cây và rau cải, một khi đã được rửa soạn sẵn để ăn, nên giữ ở dưới một nhiệt độ lạnh.

KIỂM SOÁT NHIỆT ĐỘ

Việc kiểm soát nhiệt độ là việc dùng nhiệt độ để bảo tồn sự an toàn của thức ăn và để làm giảm sự sinh sôi nảy nở của các vi khuẩn. Như vậy có nghĩa là nên giữ thức ăn lạnh ở 5°C hay thấp hơn, và thức ăn nóng ở 60°C hay cao hơn.

Nếu quý vị sửa soạn hay bán một món ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại, quý vị phải có một hàn thử biểu để kiểm soát nhiệt độ của món ăn này. Hàn thử biểu cần phải là một loại tốt, với độ đo chính xác tới +/-1°C. Hàn thử biểu này cũng cần phải có một ống đo để có thể đo được nhiệt độ bên trong thức ăn. Hàn thử biểu phải luôn luôn được giữ tại cơ sở kinh doanh, và phải được lau chùi và khử trùng trước mỗi lần dùng. Điều này rất quan trọng để tránh việc truyền chất độc từ thức ăn này sang thức ăn khác.

THỰC PHẨM LẠNH CÓ TIỀM TÀNG TRỞ NÊN NGUY HẠI

- Kiểm soát nhiệt độ trong phòng lạnh và tủ lạnh của quý vị một cách thường xuyên để bảo đảm rằng những chỗ này được giữ ở nhiệt độ từ 0°C tới 5°C.
- Ghi lại những dữ kiện mỗi khi kiểm soát nhiệt độ, ngày và giờ lấy nhiệt độ và nhiệt độ đo được.
- Thỉnh thoảng kiểm soát nhiệt độ của những món ăn một cách ngẫu nhiên, để bảo đảm rằng thức ăn đông lạnh được giữ ở 5°C hay thấp hơn và thức ăn đông lạnh này cứng như đá.
- Đừng để những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại ở trong phòng dưới nhiệt độ thường. Bỏ chúng vào tủ lạnh.
- Để giữ nhiệt độ, hãy đậy nắp hay đóng cửa trưng bày khi không dùng tới.

THỰC PHẨM NÓNG CÓ TIỀM TÀNG TRỞ NÊN NGUY HẠI

- Thường xuyên kiểm soát nhiệt độ của tủ trưng bày thức ăn nóng, lò hay nồi nướng cách thủy được giữ nóng, để bảo đảm rằng chúng được giữ ở 60°C hay cao hơn.
- Ghi chép lại những nhiệt độ đã đo được.
- Khuấy thức ăn lỏng để bảo đảm nhiệt độ được giữ đều.
- Đậy nắp lên các món ăn tự chọn để trên bàn để giữ cho thức ăn được nóng.
- Hâm nóng thức ăn tới 60°C hay cao hơn trước khi bỏ vào tủ trưng bày thức ăn nóng.

NHẬN, TRỮ, TRƯNG BÀY VÀ CHUYÊN CHỜ THỨC ĂN CÓ TIỀM TÀNG TRỞ NÊN NGUY HẠI

Khi quý vị nhận một món ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại, quý vị chỉ nhận món ăn này khi nó được trao ở 5°C hay thấp hơn, hay ở 60°C hay cao hơn.

- Đo và ghi lại các nhiệt độ này khi chúng được mang tới.
- Đo và ghi lại các nhiệt độ này khi chúng rời cơ sở của quý vị, chẳng hạn như trước khi chuyên chở thức ăn tới một vị trí khác.

SỬA SOẠN VÀ BIẾN CHẾ THỨC ĂN CÓ TIỀM TÀNG TRỞ NÊN NGUY HẠI

Trong khi sửa soạn những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại, các vi khuẩn có thể sinh sôi nảy nở. Theo dõi thời gian thức ăn ở dưới nhiệt độ thường trong phòng, và giữ sao cho thời gian này càng ngắn càng tốt.

Vi khuẩn có thể sinh sôi nảy nở trong khi thức ăn đang để nguội trở lại.

- Chỉ mang những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại ra khỏi tủ lạnh khi cần đến chúng mà thôi.
- Bày ra để ăn hay bỏ trở lại vào tủ lạnh ngay sau khi đã sửa soạn thức ăn xong.
- Làm nguội thức ăn đông lạnh có tiềm tàng trở nên nguy hại trong một lò vi sóng, tủ lạnh hay phòng lạnh.
- Để thức ăn nguội hẳn trở lại sau khi đông lạnh, trước khi nấu.
- Đừng làm đông lạnh trở lại thức ăn đã để nguội sau khi đông lạnh, hay thức ăn đã để nguội được một phần.

NẤU THỨC ĂN CÓ TIỀM TÀNG TRỞ NÊN NGUY HẠI

- Nấu các thức ăn như thịt và thịt gà tới nhiệt độ bên trong thịt ở 75°C hay cao hơn.
- Dùng một hàn thử biểu với một ống đo để đo nhiệt độ bên trong thịt.
- Trộn một miếng thịt như nướng thịt khớp xương và thịt bò có thể nướng tái.
- Thịt gà và thịt băm phải nấu chín tới tận bên trong.

ĐỂ NGUỘI THỨC ĂN CÓ TIỀM TÀNG TRỞ NÊN NGUY HẠI ĐÃ NẤU

Khi để nguội thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại đã nấu, quý vị phải để nguội thức ăn này:

- từ 60°C tới 21°C trong nhiều nhất là 2 giờ;
- từ 21°C tới 5°C trong nhiều nhất là 4 giờ.

Nếu thức ăn đã nấu được để nguội để sau mới ăn, quý vị phải để nguội nó thật nhanh rồi giữ chúng ở 5°C hay thấp hơn.

- Để thức ăn nóng nguội dần (khoảng 20 phút) và rồi bỏ vào tủ lạnh.
- Bảo đảm là thức ăn đã nấu được để nguội trong đủ thời gian cần thiết. Nếu thức ăn cần thêm thì giờ thì:
 - » phân chia những phần thức ăn lớn trong soong và những món ăn ướt khác thành những phần nhỏ hơn và để vào những đĩa chứa nông.
- thịt đã nướng rồi để thịt đã thái này trên những khay nông.

HÂM LẠI NHỮNG THỨC ĂN CÓ TIỀM TÀNG TRỞ NÊN NGUY HẠI ĐÃ NẤU VÀ ĐÃ ĐỂ NGUỘI

Nếu hâm lại những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại đã nấu và đã để nguội, quý vị phải hâm thức ăn này thật nhanh lên tới 60°C hay cao hơn.

Thức ăn phải được hâm nóng thật nhanh vì các vi khuẩn có thể sinh sôi nảy nở rất nhanh khi thức ăn được hâm nóng trở lại.

Nếu thức ăn được hâm nóng để ăn hay để trưng bày trong một tủ nóng, nó phải được hâm nóng thật nhanh tới ít nhất 60°C. Giữ thức ăn này ở 60°C hay cao hơn cho tới khi ăn.

Đừng dùng nồi cách thủy để hâm nóng thức ăn. Hâm nóng thức ăn trước khi để vào nồi cách thủy.

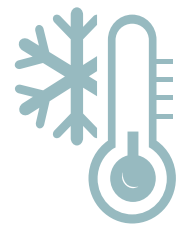
- Hâm thức ăn tới 60°C hay cao hơn để tránh sự tăng trưởng của các vi khuẩn.
- Hâm nóng thức ăn thật nhanh. Những phần nhỏ hâm nóng nhanh hơn.
- Chỉ hâm lại thức ăn một lần mà thôi.

DỪNG THỜI GIAN ĐỂ KIỂM SOÁT

Cũng có những lúc không thể nào giữ cho thức ăn ở 5°C hay thấp hơn, hay ở 60°C hay cao hơn. Thí dụ như ở các quầy bày thức ăn tự chọn trong một tiệc cưới, các bữa ăn trưa và các buổi hội họp. Thức ăn chỉ được an toàn trong một thời gian ngắn, trừ khi chúng đã bị nhiễm độc rồi khi có tay đụng vào nhiều lần.

Số giờ tối đa thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại có thể ở trong khu nhiệt độ nguy hiểm từ 5°C–60°C là 4 giờ. Sau 4 giờ, thức ăn còn thừa phải vứt bỏ đi. Thời gian 4 tiếng đồng hồ kể tất cả thời gian thức ăn ở trong khu nhiệt độ từ 5°C tới 60°C từ lúc mang thức ăn ra, sửa soạn thức ăn, sau khi sửa soạn xong, thời gian chuyên chở, và cả thời gian để trên bàn ăn, thời gian sắp xếp bàn.

Nếu quý vị muốn trưng bày hay giữ thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại trong khu nhiệt độ từ 5°C tới 60°C và rồi bỏ thức ăn vào tủ lạnh, quý vị chỉ được để thức ăn trong khu nhiệt độ từ 5°C tới 60°C trong nhiều nhất là 2 tiếng đồng hồ.



BẢO VỆ THỨC ĂN KHỎI BỊ NHIỄM ĐỘC

Quý vị luôn luôn phải bảo vệ thức ăn khỏi bị nhiễm độc.

Thức ăn bị nhiễm độc là thức ăn có các vi khuẩn, chất hóa học, các chất khác từ bên ngoài khiến cho thức ăn không còn được an toàn để ăn.

Vi khuẩn có trong các chất cơ thể chúng ta sa thải, trên da, trên mũi, trong nước miếng, trên các chỗ cắt và mụn nhọt. Những người đụng vào thức ăn có thể truyền đi những vi khuẩn này mà không biết. Vi khuẩn có thể gây nên sự ngộ độc thực phẩm, mà có thể rất trầm trọng ngay cả gây nên tử vong.

Vi khuẩn có thể chuyển sang thức ăn từ các bề mặt không được sạch, tay không sạch, các dụng cụ không sạch và từ các thức ăn khác. Vi khuẩn có trong thịt và thịt gà thịt vịt tươi. Chúng có thể chuyển sang thức ăn từ những bề mặt bị nhiễm độc và từ những người đụng vào thức ăn.

Các loài vật gây hại như chuột trù, chuột nhắt, gián và những côn trùng khác có thể truyền những vi khuẩn có trong không khí và trên những bề mặt không sạch, vào thức ăn.

Sự ngộ độc thực phẩm cũng có thể gây ra từ các vi khuẩn được truyền từ con người qua tay xuống những bề mặt, hay vào thức ăn hay vào miệng. Vi khuẩn không sinh trưởng trên thức ăn nhưng chúng có thể làm cho chúng ta bị bệnh khi ăn phải. Vi khuẩn chỉ có thể sống trên thức ăn và trên những mặt bàn của soạn thức ăn trong vài ngày.

Nếu những chất hóa học không thích hợp với thức ăn bất ngờ bị trộn vào thức ăn, chúng có thể gây nên các thương tích, bệnh tật và ngay cả tử vong. Các chất hóa học dùng để rửa đồ đạc và các chất hóa học khác có trong khu sửa soạn thức ăn không được trữ ở gần thức ăn.

Các chất từ bên ngoài, như tóc và côn trùng, có thể làm thức ăn bị nhiễm độc với các vi khuẩn.

Các chất bên ngoài khác, như plastic hay thủy tinh, có thể gây nên các thương tích.

NHẬN NHỮNG GIA VỊ TƯƠI VÀ NHỮNG THỰC PHẨM CUNG CẤP KHÁC

Quý vị chỉ nhận những thức ăn được bảo vệ khỏi bị nhiễm độc và ở đúng nhiệt độ của nó.

Nhận hay mua thức ăn

- Chọn cơ quan cung cấp một cách cẩn thận. Mua thức ăn từ những nguồn cung cấp có uy tín và có tiếng tốt, thí dụ như một doanh nghiệp đã đăng ký với chính phủ ACT.
- Bảo đảm rằng thức ăn được trao trong những hộp chứa sạch sẽ và được bảo vệ cho thức ăn khỏi bị nhiễm độc.
- Kiểm soát hàng nhận. Chỉ nhận những thức ăn mang tới trong những kiện hàng gói sạch sẽ, không bị hư hại và chuyên chở trên một chiếc xe sạch sẽ.

- Sắp xếp việc nhận hàng vào lúc có người tại cơ sở của quý vị để kiểm soát và nhận hàng.
- Bảo đảm rằng các hóa đơn hay biên lai nhận hàng có tên và địa chỉ của cơ quan cung cấp và danh sách những thức ăn. Lưu giữ những hóa đơn này.
- Viết ngày nhận hàng lên trên hộp chứa thức ăn để có thể theo dõi sự tươi mát của thức ăn.

Nhận thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại

- Sắp xếp để cơ quan cung cấp trao những hàng có tiềm tàng trở nên nguy hại đã đông lạnh ở nhiệt độ 5°C hay thấp hơn.
- Nếu quý vị nhận hàng có tiềm tàng trở nên nguy hại nóng, sắp xếp để cơ quan cung cấp trao những thức ăn này ở nhiệt độ 60°C hay cao hơn.
- Kiểm soát và ghi chép lại nhiệt độ của những thức ăn mang tới, và từ chối không nhận những thức ăn không ở dưới nhiệt độ đúng của nó.
- Kiểm soát thức ăn đông lạnh rằng chúng thật sự đông cứng như đá và không có một dấu hiệu nào cho thấy thức ăn đã được để nguội trở lại hay làm cho hết đông lạnh (chẳng hạn như, có các tinh thể nước đá, hộp chứa thay đổi hình dạng hay nắp không đậy lại được).
- Giữ những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại trong môi trường mà nhiệt độ được kiểm soát thích hợp càng sớm càng tốt ngay sau khi nhận thức ăn.

TRỮ THỨC ĂN

Quý vị phải trữ tất cả các thức ăn làm sao để bảo đảm là chúng sẽ không bị nhiễm độc.

- Chỉ trữ những thức ăn an toàn. Vứt bỏ bất cứ thức ăn nào mà quý vị nghĩ là không an toàn.
- Trữ những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại ở đúng nhiệt độ của nó (dưới 5°C hay trên 60°C).
- Trữ thức ăn trong những hộp chứa bằng plastic có xếp hạng, với nắp đậy vừa kín hay được bọc trong giấy bọc plastic.
- Để riêng rẽ những thức ăn sống và **thức ăn sẵn sàng ăn**.
- Trữ thức ăn sống ở dưới thức ăn đã nấu.
- Đừng trữ thức ăn ngay trên mặt sàn.
- Trong phòng lạnh hay phòng đông lạnh, xếp những hộp chứa thức ăn sao cho có chỗ cho không khí bay qua giữa các hộp này. Đừng chứa quá nhiều hay chồng chất thức ăn lên nhau.
- Rửa sạch ngay những chỗ làm đổ thức ăn.
- Giữ sạch sẽ những dụng cụ để ăn hay để uống, ngay sau khi chúng được rửa sạch và khử trùng, giữ chúng trong tủ hay phòng chứa sạch sẽ.

- Trữ các chất hóa học trong những khu riêng rẽ khỏi thức ăn. Giữ các chất hóa học trong những hộp chứa nguyên thủy của nó.
- Những khu trữ thức ăn phải được diệt trùng.
- Bảo đảm rằng thức ăn sẽ không bị nhiễm độc từ những phương pháp diệt trùng.

THỨC ĂN ĐÃ ĐƯỢC BIẾN CHẾ

Khi biến chế thức ăn, quý vị chỉ dùng những thức ăn an toàn.

Bằng đủ mọi cách cố tránh cho thức ăn khỏi bị nhiễm độc.

Chỉ biến chế kể cả rửa, chặt, cắt, nấu, để nguội và làm nguội các thức ăn.

Đừng dùng thức ăn mà quý vị biết hay nghi ngờ là đã bị nhiễm độc — vứt bỏ nó đi.

Thời điểm thức ăn dễ bị nhiễm độc nhất là trong lúc sửa soạn thức ăn và sau khi đã nấu xong.

Các vi khuẩn có thể được truyền tới thức ăn, kể cả:

- từ các mặt bàn, dụng cụ, quần áo, bồn nước và thớt;
- từ bàn tay;
- từ các chất sa thải hay các dụng cụ không sạch;
- dùng thức ăn bị nhiễm độc, như trứng với vỏ bị dơ hay vỏ trứng bị nứt rạn;
- từ những súc vật gây hại như gián, ruồi hay chuột trong khu sửa soạn thức ăn.

Chế biến

- Rửa tay.
- Chỉ dùng những gia vị an toàn.
- Trứng phải được rửa sạch, với vỏ không bị nứt vỡ hay dùng trứng lỏng đã được khử trùng theo phương pháp Pasteur.
- Dùng thớt và dụng cụ sạch, đã được khử trùng.
- Rửa và khử trùng tất cả những dụng cụ trước khi dùng.
- Đừng dùng trở lại những thứ như muỗng plastic và găng tay chỉ dùng một lần.
- Đừng nắm thức ăn với ngón tay của quý vị—dùng một cái muỗng sạch để thử.
- Để riêng chỗ các thức ăn tươi và thức ăn sẵn sàng để ăn.
- Rửa trái cây và rau cải trước khi dùng.
- Chỉ dùng bồn rửa tay để rửa tay mà thôi—không dùng chúng để làm những việc khác.
- Đừng để 'chống thêm' lên những đĩa thức ăn—dùng một cái đĩa sạch khác cho những phần thức ăn mới sửa soạn xong hay mới nấu xong.
- Báo cho người xếp của mình biết nếu quý vị nghĩ rằng mình đã làm thức ăn bị nhiễm độc vì bất cứ một lý do nào.

TRƯNG BÀY THỨC ĂN

Khi trưng bày thức ăn quý vị phải giữ cho thức ăn không bị nhiễm độc.

Nếu thức ăn trưng bày không đóng trong hộp được (thí dụ như quây sà-lách) chúng có thể bị nhiễm độc bởi khách hàng. Nếu quý vị có quây thức ăn tự chọn, quý vị phải:

- kiểm soát thức ăn trưng bày;
- kiểm soát nhiệt độ của thức ăn để bảo đảm thức ăn trưng bày ở nhiệt độ đúng của nó, và ghi chép nhiệt độ này lại;
- mang đi ngay những thức ăn hay đồ dùng nếu có sự nhiễm độc;
- cung cấp đồ dùng để lấy thức ăn riêng cho mỗi món;
- cung cấp một hàng rào bảo vệ (đôi khi gọi là 'hàng rào tránh hắt hơi, nhảy mũi').

Che đậy thức ăn trưng bày trên quây hay ở những nơi mà khách hàng có thể đụng tay tới được. Chẳng hạn như bánh ngọt hay bánh mì trên quây. Thức ăn phải được bảo vệ khỏi sâu bọ, bụi và các chất bẩn, và không để cho khách hàng đụng vào hay sờ tới.

Đừng trưng bày thức ăn sống với thức ăn đã nấu chín trong cùng một khu.

Trưng bày

- Kiểm soát phần bao bọc thức ăn và bỏ đi những bao bì bị hư nát.
- Kiểm soát quây thức ăn và các chỗ trưng bày thức ăn tự chọn khác.
- Kiểm soát thức ăn nóng để đảm bảo là chúng được giữ ở 60°C hay cao hơn.
- Kiểm soát thức ăn lạnh để đảm bảo là chúng được giữ ở 5°C hay thấp hơn.
- Mang thức ăn đi ngay nếu quý vị nghĩ rằng thức ăn này đã bị nhiễm độc.
- Cung cấp đồ dùng để lấy thức ăn riêng cho mỗi món.
- Đừng bỏ thêm thức ăn vào đĩa trưng bày. Mang đĩa này đi và thay thế với một đĩa đầy mới.
- Cung cấp một hàng rào bảo vệ hay những nắp đậy riêng cho những món ăn tự chọn trên quây.
- Cung cấp nắp đậy cho những món ăn trưng bày trên quây.
- Giữ cho quây trưng bày và những đồ dùng được sạch sẽ và được khử trùng.
- Cung cấp những bồn rửa tay gần những quây thức ăn và bảo đảm là luôn luôn có xà bông và khăn lau dùng một lần.

ĐÓNG HỘP THỨC ĂN

Quý vị phải dùng những bao bì, hộp làm bằng những chất không làm thức ăn bị nhiễm độc.

- Nếu quý vị đóng hộp thức ăn, hộp phải sạch sẽ và thích hợp với mục đích của nó.
- Các dụng cụ dùng để đóng hộp thức ăn phải sạch và luôn được bảo trì để tránh cho thức ăn khỏi bị nhiễm độc từ những bộ phận từ bộ máy rơi ra hay những chất dầu mỡ.
- Bảo đảm rằng dụng cụ hút khí ra khỏi bao bì phải thật sạch và được khử trùng kỹ lưỡng mỗi lần đổi thức ăn đóng hộp từ thức ăn sống sang thức ăn sẵn sàng để ăn.
- Bảo đảm sự đóng hộp thích hợp với mục đích của nó (chẳng hạn như một vài loại bao bì không thích hợp với máy vi sóng hay sự đông lạnh). Nếu không rõ, hỏi cơ quan sản xuất.
- Trữ những thức ăn đã đóng hộp ở một khu sạch sẽ, không có bụi, các chất bẩn và côn trùng. Trữ hộp với đáy hộp lên trên để tránh những chất lạ ở bên ngoài rơi vào.
- Dùng những bao bì, hộp cho thức ăn và ghi rõ thức ăn trên một nhãn hiệu dán ở ngoài bao bì, hộp.
- Tất cả các bao bì, hộp thức ăn phải có nhãn hiệu.

CHUYÊN CHỖ THỨC ĂN

Xe dùng để chuyên chở thức ăn phải sạch sẽ và ở trong trạng thái bảo trì tốt.

Tất cả các thức ăn phải được bảo vệ khỏi bị nhiễm độc trong khi chuyên chở.

- Các thức ăn được chuyên chở kể cả chuyên chở thức ăn tới các quán ăn, các nhà hàng và những tiệm bán lẻ khác và chuyên chở thức ăn tới tư gia.
- Việc chuyên chở thức ăn cũng kể cả việc mang những khay thức ăn từ một quán ăn tới một văn phòng làm việc địa phương để thâu bữa ăn trưa. Quý vị phải coi đó như là một khu trữ thức ăn.
- Thức ăn trên khay phải được che kín hoàn toàn.
- Dùng những bao bì hay hộp cách nhiệt.
- Dùng xe sạch và được bảo trì đầy đủ.
- Giữ cho thức ăn nóng được nóng, trên 60°C.
- Chuyển thức ăn từ phòng lạnh hay tủ lạnh vào xe. Đừng để thức ăn ở chỗ xe đậu và đợi để bỏ lên xe.
- Giữ thức ăn lạnh ở 5°C hay lạnh hơn. Dùng một xe có phòng lạnh. Nếu không có, dùng các tầng đá và những thùng cách nhiệt, hay một xe chở cách nhiệt.
- Ghi nhận những nhiệt độ mỗi lần kiểm soát để bảo đảm sự an toàn của thức ăn (thí dụ, đo và ghi chép lại các nhiệt độ lúc khởi hành và lúc tới nơi).

Bảo trì xe của quý vị ở trạng thái sạch sẽ và máy chạy tốt.

- Rửa xe của quý vị thường xuyên.
- Liệt kê xe chở hàng của quý vị vào danh sách những việc cần phải rửa để biết rõ ai sẽ rửa, khi nào rửa và rửa như thế nào.
- Kiểm soát bộ phận làm lạnh trên xe tốt không có gì hư hỏng.
- Kiểm soát nhiệt độ bên trong xe thường xuyên.

Nếu xe được dùng vào những việc khác ngoài việc chuyên chở thức ăn, bảo đảm là xe sạch trước khi dùng để chuyên chở thức ăn, ngay cả khi thức ăn đã được đóng hộp.



LÀM THẾ NÀO ĐỂ BẢO TRÌ CƠ SỞ VÀ CÁC DỤNG CỤ VỀ THỨC ĂN

Quý vị phải bảo trì cơ sở thức ăn của quý vị theo đúng các tiêu chuẩn về sự sạch sẽ, không có sự tích tụ rác rưởi, các vật dụng để tái dụng, các chất bẩn, dầu mỡ và các chất khác có thể trông thấy tỷ dụ như mốc mác.

Một cơ sở và các dụng cụ sạch sẽ, sẽ giảm nguy cơ thức ăn bị nhiễm độc. Cơ sở sạch cũng sẽ không có các côn trùng, thú vật có thể gây hại như gián, chuột trừ và chuột nhắt. Về phần các dụng cụ, nĩa muỗng, các bàn rửa soạn thức ăn và một vài dụng cụ, sạch không thôi vẫn chưa đủ. Những đồ vật này cần phải được khử trùng, để giết đi những vi khuẩn một cách hữu hiệu.

QUÉT DỌN

‘Quét dọn’ nghĩa là tất cả các bề mặt đều sạch, không có bụi bặm, dầu mỡ, chất bẩn và những thức ăn vụn còn thừa.

Những việc làm để nghị cho việc quét dọn là:

- 1. Trước khi quét dọn** Quét, chùi hay cạo những bề mặt để lấy đi những thức ăn vụn còn thừa lại.
- 2. Rửa** Rửa bằng nước ấm với thuốc rửa bát để rửa đi những vết dầu mỡ và những chỗ bẩn.
- 3. Tráng** Dùng nước sạch để tráng đi những chất bẩn còn sót lại và những chỗ thuốc rửa bát còn sót lại.
- 4. Khô** Để tự khô hay dùng một khăn sạch.

Các mặt lát đá hoa bị nứt hay vỡ, mặt gỗ, mặt sơn bị lở hay những bề mặt bị nứt hay vỡ rất khó rửa sạch một cách hữu hiệu.

Người đựng tay vào thức ăn nên:

- giữ chỗ làm việc ngăn nắp và sạch, những đồ dùng đã dùng xong phải trao trả lại chỗ của chúng, và những dụng cụ vào máy rửa bát hay bồn rửa bát khi đã dùng xong;
- rửa các dụng cụ và lau sạch các mặt bàn khi làm xong phần soạn thức ăn của mình trước khi làm một việc khác;
- theo đúng lịch trình quét dọn để biết cái gì cần phải rửa, khi nào và rửa như thế nào, và ai sẽ phải làm việc rửa này;
- đổ các thùng rác trong ngày và trước khi đóng cửa;
- trữ rác rưởi và các vật liệu tái dụng trong những thùng với nắp đậy, xa khỏi những khu trữ thức ăn và sắp xếp cho có người lấy đi thường xuyên.
- rửa những thùng rác thường xuyên.

Người chủ doanh nghiệp nên:

- soạn ra một lịch trình quét dọn với những chi tiết những gì phải quét dọn, khi nào và quét dọn những gì, và ai là người phải làm những việc này;
- bảo đảm rằng các nhân viên hiểu rõ họ phải làm gì và kiểm điểm lại rằng họ đã hoàn tất những việc quét dọn một cách hữu hiệu;
- bảo đảm rằng những việc làm ghi trên lịch trình này được hoàn tất như đã hoạch định;
- Sắp xếp việc lấy rác và những vật liệu tái dụng thường xuyên.

Giữ cho sạch sẽ trong khi quý vị làm việc.

KHỬ TRÙNG

'Khử trùng' nghĩa là dùng các chất hóa học để giết các vi khuẩn ở trên các bề mặt có thức ăn đọng tới. Nước thật nóng cũng có thể dùng để khử trùng, chẳng hạn như trong một máy rửa bát thương mại.

Rửa và khử trùng các dụng cụ ăn uống trước khi dùng chúng.

Những việc làm đề nghị cho việc rửa và khử trùng là:

- 1. Trước khi rửa** Cạo tất cả những thức ăn vụn còn sót lại vào thùng rác.
- 2. Rửa** Rửa bằng nước ấm với thuốc rửa bát để rửa sạch dầu mỡ và các chất bẩn. Ngâm hay dùng một loại thuốc rửa đặc biệt nếu cần.
- 3. Tráng** Dùng nước sạch để tráng đi những chất bẩn và thuốc rửa bát còn dính lại.
- 4. Khử trùng** Dùng một máy rửa bát thương mại hay dùng một loại thuốc khử trùng hóa học.
- 5. Tráng** Nếu dùng một chất khử trùng hoá học, phải tráng kỹ (nếu nhà sản xuất chỉ định là phải tráng).
- 6. Khô** Để khô tự nhiên ngoài trời hay dùng một khăn lau sạch.

Đừng dùng các dụng cụ ăn uống đã bị nứt, sứt, mẻ hay vỡ. Phải vứt bỏ đi tất cả những dụng cụ ăn uống đã bị nứt, sứt, mẻ hay vỡ.

Quý vị phải bảo đảm là những dụng cụ ăn uống, như dao nĩa, đĩa, chén và các ly, chén thủy tinh đều sạch và đã được khử trùng.

Rửa và khử trùng dụng cụ ăn uống

- Dùng một máy rửa bát hay máy rửa đồ thủy tinh tốt mà nhà sản xuất hay người cung cấp cho biết là máy sẽ rửa và khử trùng. (Máy rửa bát khử trùng hữu hiệu hơn là rửa bằng tay vì máy tráng với nước nóng hay/và dùng nhiệt độ cao để làm khô).

- Bảo đảm rằng những ly rượu, bia và rượu mạnh đều đã được rửa sạch và khử trùng trong một máy rửa đồ thủy tinh và tráng bằng nước nóng hay dùng một thuốc khử trùng hóa học.
- Nếu quý vị không có một máy rửa bát, hay máy của quý vị không khử trùng được, dùng một loại thuốc khử trùng thương mại theo như những chỉ thị của nhà sản xuất hay ngâm những đồ rửa trong nước ở 77°C trong ít nhất là 30 giây. Để đạt được điều này, nước phải ở 80°C tại vòi nước. Nước nóng tới độ này có thể làm bỏng da và nhân viên cần phải có găng tay bảo vệ và một cái rổ để nhấn dụng cụ xuống nước.
- Trữ tất cả các dụng cụ đầu ngược xuống dưới trong một khu thật sạch.
- Trữ và trưng bày dao nĩa trong những hộp sạch với phần tay cầm để ra ngoài để khách hàng có thể lấy ra từ tay cầm này.

Khử trùng các bề mặt dụng cụ với thức ăn

Các bề mặt dụng cụ chạm trực tiếp với thức ăn, như thớt và các mặt bàn, phải sạch sẽ và đã được khử trùng trước khi dùng. Việc này để tránh các vi khuẩn đột nhập vào các thức ăn sống và các nguồn khác có thể làm thức ăn bị nhiễm độc.

Các bề mặt tiếp xúc với thức ăn sẵn sàng để ăn phải sạch và được khử trùng. Những bề mặt này bao gồm cả các mặt bàn và thớt.

Các bề mặt được dùng để rửa soạn thức ăn sống và rồi rửa soạn thức ăn đã nấu chín phải được sạch sẽ và đã được khử trùng giữa hai lần dùng này.

Các bề mặt dụng cụ tới thức ăn phải hoàn toàn khô trước khi dùng. Độ ẩm làm tăng nguy cơ vi khuẩn sẽ được chuyển sang một bề mặt khác.

- Luôn làm theo những chỉ thị của nhà sản xuất trong việc rửa soạn, dùng và trữ các thuốc khử trùng.
- Nếu dùng nước nóng để khử trùng dụng cụ, phải bảo đảm là nước phải thật nóng. Nước cần phải ở nhiệt độ 80°C và ở vòi nước vào khoảng 77°C khi chạm tới bề mặt. Nước nóng như vậy có thể làm bỏng da và nhân viên cần có găng tay để bảo vệ và một cái rổ để nhấn dụng cụ xuống nước.

LÀM THẾ NÀO ĐỂ GIỮ CHO CƠ SỞ VÀ DỤNG CỤ ĐƯỢC HOÀN HẢO

Quý vị phải giữ cho cơ sở và các dụng cụ cho thức ăn của quý vị luôn luôn ở trong tình trạng tốt đẹp không cần sửa chữa.

- Cơ sở phải được an toàn không để cho các con vật có thể gây hại xâm nhập vào, như chuột nhắt, chuột trù, chim chóc, và gián và các loại côn trùng khác. Bảo đảm các cửa và cửa sổ được ráp an toàn. Các lỗ hổng hay vết nứt trên tường, trần hay sàn nhà đều đã được sửa chữa, nếu có.

- Cơ sở phải được bảo trì làm sao để được bảo vệ khỏi bị các côn trùng có thể làm hại sinh sống ở đó.
- Liên lạc với các thợ chuyên môn ngay, nếu cần sửa chữa hay thay thế các đá hoa trên tường hay trên sàn bị nứt vỡ, cũng như các chỗ hư hỏng khác trong cơ sở.
- Những thiết bị như phòng lạnh, tủ lạnh, lò điện, máy rửa bát, và các hệ thống nước lạnh và nước nóng rất cần thiết cho các hoạt động an toàn của cơ sở. Các thiết bị nào cần được sửa chữa phải được sửa chữa ngay để cho việc kinh doanh được liên tục.
- Đừng để các thợ chuyên môn làm việc trong những khu sửa soạn thức ăn trong khi doanh nghiệp vẫn đang hoạt động. Lý do là để tránh cho thức ăn bị nhiễm độc từ bụi bặm, các chất bẩn và những vật liệu từ bên ngoài. Quý vị có thể phải đóng cửa doanh nghiệp trong khi thợ chuyên môn sửa chữa các thiết bị.
- Rửa sạch các khu sửa soạn thức ăn và những chỗ bị ảnh hưởng khác trước khi mở cửa doanh nghiệp trở lại.
- Giữ các biên bản về những gì đã được hoàn tất. Những dữ kiện này sẽ cho **Nhân viên Y tế công** biết rằng quý vị đã bảo trì cơ sở kinh doanh của mình. Chúng cũng sẽ giúp quý vị liên lạc được với những thợ chuyên môn nữa nếu cần.
- Những vật liệu không còn dùng được cho doanh nghiệp về thức ăn của quý vị nữa (chẳng hạn như, các vật liệu xây cất hay những dụng cụ không còn dùng nữa) phải được mang đi khỏi cơ sở kinh doanh. Nó có thể sẽ là chỗ các côn trùng làm tổ và sẽ cộng thêm vào danh sách những chỗ phải quét dọn.



KIỂM SOÁT CÔN TRÙNG

Quý vị phải bảo đảm rằng cơ sở của quý vị không có các côn trùng có thể gây hại.

Chuột trù, chuột nhắt, ruồi và gián là những loại côn trùng thông thường nhất mà có thể vào phá hoại cơ sở của quý vị. Côn trùng phá hoại phòng bếp và những khu trữ thức ăn vì những chỗ này không khí ẩm áp để chúng sinh sống và cũng là một nguồn thực phẩm và nước uống.

Chuột trù, chuột nhắt và gián sinh sống về đêm vì vậy chúng rất bận rộn về đêm. Các côn trùng, kể cả những con mọt gạo và các con bọ có cánh cứng (và những con ấu trùng của chúng), có thể có trong thức ăn hay trong những đồ ăn đóng hộp trao đến tận nhà cho quý vị. Một khi chúng đã ổn định trong một hộp chứa thức ăn hay ở một chỗ không bị ai quấy phá, chúng sẽ bắt đầu sinh sôi nảy nở một cách nhanh chóng.

Các con bọ có thể gây hại làm thức ăn bị nhiễm độc và các bề mặt từ những vi khuẩn có trong nước tiểu, phân và ngay trên cơ thể của chúng. Các vi khuẩn này có thể gây nên sự ngộ độc thực phẩm.

Những hư hại do sâu bọ gây ra có thể làm thức ăn bị hư hỏng và phí phạm thức ăn. Cả con hay chỉ một phần của các con sâu bọ này có thể tìm được cách vào trong thức ăn. Chuột trù và chuột nhắt gặm các dây cáp, dây điện và những gì dùng để che chở các loại dây điện này, và có thể khiến cho cơ sở của quý vị bị hư hại rất tốn kém.

Hãy kiểm soát những dấu kiện cho thấy có sâu bọ trong cơ sở của quý vị. Những dấu hiệu kể cả:

- sâu bọ còn sống hay đã chết, trứng, ấu trùng và nhộng;
- phân của gián, chuột trù và chuột nhắt;
- bao bì, hộp, thức ăn, dây điện, đồ gỗ, bìa giấy hay giấy tờ bị hư hại. (Răng cửa của chuột tiếp tục mọc, vì vậy chúng hay gặm và làm hư hại cả thức ăn lẫn bao bì);
- dấu chân chuột trù hay chuột nhắt trên những đám bột bị đổ xuống sàn;
- mùi mốc—chuột trù và chuột nhắt có một mùi đặc biệt dễ nhận;
- mạng nhện do các ấu trùng làm ra để bọc những thức ăn vụn lại như bột mì;
- lời phàn nàn từ khách hàng rằng họ thấy có sâu bọ hay các con vật có thể gây hại (trong cơ sở của quý vị hay ở một khu nào đó trong khu chợ) hay họ nhặt được sâu bọ trong thức ăn họ mua.

QUÝ VỊ CÓ THỂ LÀM GÌ ĐỂ TRÁNH CÔN TRÙNG HỦY HOẠI CƠ SỞ CỦA QUÝ VỊ

- Dùng một công ty diệt các giống gây hại để giết hết các sâu bọ và các giống có thể gây hại này.
- Bảo đảm cơ sở của quý vị không có các giống gây hại.

- Bảo đảm không có những lỗ hổng hay những chỗ mà các vật có thể gây hại ở bên ngoài có thể vào trong cơ sở của quý vị được.
- Dùng những cửa ra vào tự động đóng lại được, nẹp che ở quanh cửa, màn cửa gió ở các cửa ra vào và màn cửa lưới ở các cửa sổ.
- Bảo đảm là những ống cống đều có mạng lưới.
- Không để có những chỗ là nguồn thức ăn bằng cách giữ tất cả mọi chỗ trong phòng bếp, những dụng cụ và phòng kho được sạch sẽ.
- Dọn sạch sẽ trước khi rời cơ sở mỗi đêm.
- Bỏ tất cả rác vào thùng rác trước khi đóng cửa mỗi ngày và thùng rác có nắp được đậy kín.
- Không để có những chỗ mà sâu bọ có thể sinh trưởng, chẳng hạn như những dụng cụ không cần nữa hay không dùng tới.
- Dùng những phương pháp hữu hiệu như bẫy để giết các côn trùng nhỏ. Biết cách dùng các chất hóa học, mối và bẫy, song phải thận trọng để thức ăn khỏi bị nhiễm độc.
- Dùng những hộp chứa mối thích hợp cho mỗi loại côn trùng.
- Dùng để mối ở những chỗ mà các súc vật khác hay trẻ con có thể ăn phải.
- Để những chất hóa học trong những bình chứa nguyên của nó để còn có nhãn hiệu và cách xử dụng.
- Ráp loại đèn tím (hay tương tự) để giết côn trùng. Để đèn này xa khỏi những bàn sửa soạn thức ăn, mặt bếp hay những chỗ khác mà những xác côn trùng nếu có rơi xuống sẽ không làm thức ăn bị nhiễm độc.



KỸ NĂNG VÀ KIẾN THỨC VỀ SỰ AN TOÀN THỨC ĂN

Người giám đốc một doanh nghiệp về thức ăn phải đảm bảo rằng những người đựng tới thức ăn và những người xếp của họ đều phải có những kỹ năng và kiến thức về sự an toàn thức ăn liên hệ tới việc làm của họ.

Nhân viên Y tế công có thể thẩm định những kỹ năng và kiến thức của những người đựng tới thức ăn trong một cuộc **thanh tra sự an toàn thức ăn** tại cơ sở của quý vị.

NGƯỜI ĐUNG TỚI THỨC ĂN CẦN CÓ NHỮNG KỸ NĂNG VÀ KIẾN THỨC GÌ?

Những người đựng tới thức ăn phải biết những nguyên tắc tổng quát về sự an toàn thức ăn và có những kỹ năng để có thể đựng tới thức ăn một cách an toàn.

Những kỹ năng và kiến thức mà những người đựng tới thức ăn cần phải có tùy thuộc vào những công việc mà họ làm và, trong đa số trường hợp, đều được bàn tới trong tập chỉ dẫn này. Những người đựng tới thức ăn cũng cần phải có thêm những kiến thức và kỹ năng riêng biệt liên quan tới nhiệm vụ của họ, thí dụ như, nhận hàng, trữ thức ăn, nấu ăn và kiểm soát nhiệt độ.

Những người xếp cũng cần phải có những kỹ năng và kiến thức này.

Một điều tốt nên làm là bảo đảm rằng những nhân viên mới vào làm phải chứng tỏ là họ có những kỹ năng và kiến thức tổng quát trước khi họ bắt đầu làm việc.

NHÂN VIÊN CỦA TÔI CÓ CÁC KỸ NĂNG VÀ KIẾN THỨC VỀ SỰ AN TOÀN CỦA THỨC ĂN KHÔNG?

Có thể kiểm soát xem những người đựng vào thức ăn có làm việc này một cách an toàn hay không bằng cách nhìn vào những gì họ làm. Chẳng hạn như, nhìn xem họ có dùng các bồn dành cho việc rửa tay chỉ để rửa tay hay không mà không dùng để rửa bất cứ những cái gì khác, như rửa các dụng cụ chẳng hạn. Nếu họ làm sai, phải chỉ cho họ để họ làm cho đúng.

Việc kiểm soát kiến thức thì khó hơn vì một người đựng tới thức ăn có thể làm một việc nào đó không đúng cách vì nhiều lý do. Người dụng tới thức ăn này:

- có thể không biết là họ đã làm sai;
- có thể họ đã quên; hay
- có thể biết thế nào là làm đúng nhưng họ nghĩ rằng việc này không có gì là quan trọng đối với doanh nghiệp này.

Kiểm soát là những người đưng tới thức ăn biết và hiểu tại sao họ phải làm một việc làm như vậy.

Hỏi những người đưng tới thức ăn một vài câu hỏi để kiểm soát tầm hiểu biết của họ về sự an toàn thức ăn. Danh sách kiểm điểm những việc phải làm ở Phụ Lục 2 có thể giúp quý vị. Quý vị có thể sửa đổi lại danh sách này cho thích hợp với trường hợp riêng biệt của các hoạt động về thức ăn của mình.

Quý vị có thể in ra một bản các danh sách kiểm điểm trong tập chỉ dẫn này cho các nhân viên của quý vị. Bàn thảo về những kết quả với họ và đồng thỏa thuận về những việc gì phải làm. Nếu quý vị nghĩ rằng một người đưng tới thức ăn cần có thêm các kỹ năng và kiến thức, sắp xếp để họ có thể được huấn luyện.

Giữ những danh sách kiểm điểm này để làm những hồ sơ lưu trữ về những việc quý vị đã làm và để cho các nhân viên y tế công biết rằng quý vị đã làm tròn các bổn phận của mình.

CÁC SỰ LỰA CHỌN VỀ HUẤN NGHỆ

Nếu những người đưng tới thức ăn của quý vị cần được huấn luyện thêm, hay được huấn luyện lại:

- Một người nào đó trong số các nhân viên của quý vị có thể dạy hay huấn luyện những người đưng tới thức ăn của quý vị.
- Quý vị có thể có một nhân viên đã có những bằng cấp về sự an toàn thức ăn, về kiểm soát sự an toàn thức ăn, hay tương tự, từ học viện kỹ thuật Canberra Institute of Technology, hay một cơ quan đăng ký huấn luyện tại địa phương hay tại một tiểu bang khác. Mặt khác, quý vị cũng có thể có một nhân viên tuy không có những bằng cấp chuyên môn nhưng lại có những kỹ năng và kiến thức để dạy những người khác.
- Một người nào đó có thể đảm nhận việc huấn luyện những người khác trong doanh nghiệp của quý vị.
- Quý vị cũng có thể dàn xếp để một người nào đó theo học một khóa về sự an toàn thức ăn và một khóa học khác về cách dạy những người khác.
- Một cơ quan huấn luyện đã đăng ký có thể sắp xếp một khóa học đặc biệt dành cho doanh nghiệp của quý vị, tại cơ sở của quý vị hay tại địa phương.
- Có một vài các cơ quan huấn luyện có thể cung cấp các khóa học ngay tại cơ sở của quý vị.

Muốn có thêm các chi tiết về việc huấn luyện tại ACT:

- vào trang liên mạng hay xem trên niên giám điện thoại màu vàng về các cơ quan cung cấp việc huấn luyện;
- liên lạc với học viện kỹ thuật Canberra Institute of Technology.

Phụ Lục 3 liệt kê một thí dụ về hồ sơ lưu trữ về việc huấn luyện do quý vị hay các nhân viên của quý vị thực hiện.

LẤY THÊM CÁC CHI TIẾT Ở ĐÂU?

Dịch vụ Bảo vệ Sức khoẻ

Nếu quý vị muốn biết thêm các chi tiết về việc bảo đảm thức ăn được an toàn tại cơ sở kinh doanh của quý vị, xin quý vị liên lạc với dịch vụ bảo vệ sức khoẻ Health Protection Service qua:

Điện thoại: (02) 6205 1700

Điện thư: (02) 6205 1705

Email: hps@act.gov.au

Văn phòng của chúng tôi tọa lạc tại Howard Florey Centenary House, 25 Mulley Street, Holder.

Quý vị có thể vào trang liên mạng www.health.act.gov.au/foodsafety để biết thêm các chi tiết. Các tài liệu về an toàn thức ăn, kể cả các bích chương và các tờ dữ kiện, có sẵn tại dịch vụ bảo vệ sức khoẻ Health Protection Service và cũng có thể lấy trên trang liên mạng.

Luật và Điều Lệ về Thức Ăn

Luật và các Điều Lệ có thể tải xuống tại www.legislation.act.gov.au.

Tiêu chuẩn về Thức ăn của Úc và Tân Tây Lan

Các dữ kiện về sự an toàn của thức ăn cũng có trong các tiêu chuẩn về thức ăn của Úc và Tân Tây Lan Food Standards Australia New Zealand (FSANZ) tại www.foodstandards.gov.au. Trang liên mạng này cũng có bộ luật về các tiêu chuẩn về thức ăn Food Standards Code, Tiêu chuẩn về thức ăn an toàn Food Safety Standards, các tờ dữ kiện và một vài bản dịch của các tờ dữ kiện này.

Một tài liệu tham khảo ích lợi khác nữa là *Safe food Australia: a guide to the Food Safety Standards*, tại <http://www.foodstandards.gov.au/scienceandeducation/publications>.

CHÚ GIẢI

Súc vật giúp người phế tật

Một con chó hướng dẫn, chó giúp việc nghe hay những súc vật khác đã được huấn luyện để giúp giảm bớt ảnh hưởng của sự phế tật của một người.

Vi khuẩn

Một sinh vật quá nhỏ để trông thấy được bằng mắt thường. Trong tập chỉ dẫn này chữ 'vi khuẩn' được dùng thay vì các danh từ như vi sinh vật, siêu vi khuẩn, nấm và ký sinh trùng.

Nhiễm độc

Khi một cái gì đó vào hay xuất hiện bên trong thức ăn và làm cho thức ăn trở nên không an toàn để dùng làm một thức ăn.

Thức ăn bị nhiễm độc

Thức ăn bị nhiễm độc là những thức ăn chứa một tác nhân sinh học như các vi khuẩn hay siêu vi khuẩn, hay một tác nhân hóa học, một chất từ bên ngoài hay những chất nào khác làm cho thức ăn này trở nên không an toàn để ăn, hay có ảnh hưởng tới việc thức ăn này có thể ăn được.

Ô nhiễm chéo

Đây là khi một thức ăn bị ô nhiễm bởi một vi khuẩn từ một thức ăn khác, hoặc là trực tiếp, từ tay của một người đụng vào thức ăn, từ mặt bàn sửa soạn thức ăn, hay trên mặt của một dụng cụ. Thí dụ như, khi thịt gà sống đang được sửa soạn trên một cái thớt, theo sau đó là rau cải sà lách, thì sà lách có thể bị nhiễm độc từ thịt gà và có thể gây nên sự ngộ độc thực phẩm.

Bồn dành riêng cho việc rửa tay

Một bồn chỉ được dùng riêng cho việc rửa tay cá nhân. Trong một cơ sở kinh doanh về thức ăn, phải có một bồn dành riêng cho việc rửa tay, khác hẳn với những bồn khác là nơi thức ăn và các dụng cụ khác được rửa. Tại một bồn dành riêng cho việc rửa tay cũng cần phải có nước ấm, xà bông hay những chất thích hợp cho việc rửa tay, và khăn dùng một lần.

Người đụng tới thức ăn

Bất cứ một người nào làm việc trong một doanh nghiệp về thức ăn. Họ có thể cầm tới thức ăn hay đụng tới các bề mặt là nơi rất có thể sẽ được dùng vào việc sửa soạn thức ăn (như dao nĩa, đĩa và bát).

Hành động đụng tới thức ăn

Bất cứ một hành động nào liên quan tới việc đụng tới việc đóng hộp hay/và tháo gỡ các thức ăn đóng hộp.

Ngộ độc thực phẩm

Các căn bệnh hay sự đau yếu gây ra từ việc ăn uống:

- thức ăn đã không được trữ tại những nhiệt độ đúng của chúng;
- thức ăn đã bị nhiễm độc với những vi khuẩn hay siêu vi khuẩn có trong thức ăn;
- thức ăn có các chất độc gây ra từ các vi khuẩn có trong thức ăn;
- thức ăn mà trong đó các chất độc đã sinh ra từ việc trữ không đúng cách (thí dụ, khoai tây không trữ trong bóng tối có thể sẽ có chất độc solanin);
- nhiều phần của thức ăn là các chất độc tự nhiên (chẳng hạn như, lá cây đại hoàng).

Kiểm tra thức ăn an toàn

Khi thực hiện một cuộc kiểm tra về sự an toàn của thức ăn, nhân viên y tế công sẽ kiểm soát tất cả mọi chỗ trong cơ sở kinh doanh của quý vị. Chẳng hạn như, họ sẽ:

- » kiểm soát sự sạch sẽ và tình trạng của cơ sở;
- » bảo đảm rằng cơ sở có một bồn rửa tay riêng biệt và được sử dụng;
- » quan sát phương cách thức ăn được trữ;
- » quan sát các tiến trình truyền chuyển thức ăn;
- » đo nhiệt độ của các tủ lạnh và những phòng lạnh;
- » kiểm soát nhiệt độ của các thức ăn nóng;
- » thẩm định những kỹ năng và kiến thức của những người đụng vào thức ăn liên quan tới sự an toàn của thức ăn;
- » xem lịch trình quét dọn;
- » hỏi về những bằng chứng về việc các biện pháp kiểm soát côn trùng.

Thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại

Thức ăn mà có thể có những vi khuẩn có thể làm thức ăn bị nhiễm độc, sẽ giúp cho sự sinh sôi nảy nở của những vi khuẩn này, và được gọi là 'những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại'. Nhiệt độ của những thức ăn này phải được kiểm soát để đảm bảo rằng các vi khuẩn có trong thức ăn này sẽ không đạt tới những mức, hay có thể biến chế ra độc tố toxin (chất độc) ở trong thức ăn, mà có thể gây nên sự ngộ độc thực phẩm.

Nhân viên Y tế Công

Một nhân viên có nhiệm vụ thực thi *Luật về Thức Ăn năm 2001* hay *Luật Y Tế Công Cộng năm 1997*. Các nhân viên y tế công làm việc cho Dịch vụ Bảo vệ Sức khỏe trực thuộc ban giám đốc Bộ Y tế ACT. Họ có mang theo căn cước có dán hình.

Các nhân viên y tế công thực hiện các cuộc kiểm tra các cơ sở kinh doanh về thức ăn, cung cấp sự cố vấn cho các doanh nghiệp về thức ăn, đáp ứng lại những lời phàn nàn về các doanh nghiệp về thức ăn, và điều tra về những trường hợp nghi ngờ bị mắc các căn bệnh liên quan tới thức ăn.

Thức ăn sẵn sàng để ăn

Thức ăn mà có thể ăn liền dưới cùng trạng thái mua, và không cần phải nấu, rửa hay sửa soạn thêm.

Kiểm soát nhiệt độ

là cách dùng nhiệt độ để giảm thiểu sự sinh sôi nảy nở của những vi khuẩn và để bảo vệ sự an toàn của thức ăn. Nói một cách tổng quát, việc này có nghĩa là giữ cho nhiệt độ của những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại ở dưới 5°C hay ở trên 60°C.

Khu nhiệt độ nguy hiểm

là khu nhiệt độ từ 5°C tới 60°C. Đa số những vi khuẩn có thể gây nên sự ngộ độc thực phẩm đều sinh sôi nảy nở trong khu nhiệt độ này.

Khử trùng

Dùng các chất hóa học trên các bề mặt có đựng vào thức ăn để giết các vi khuẩn. Nước thật nóng cũng được dùng để khử trùng, thí dụ như trong một máy rửa bát thương mại.

PHỤ LỤC 1: VỆ SINH VỀ THỨC ĂN

Rửa tay

Rửa tay rất quan trọng. Quý vị phải rửa tay:

- trước khi đụng vào thức ăn, dụng cụ hay các bề mặt dùng để sửa soạn thức ăn;
- trước khi mang găng tay để đụng vào thức ăn. Thay găng mỗi khi quý vị nghĩ là mình cần phải rửa tay;
- sau khi dọn bàn mỗi khi khách đã dùng xong các dụng cụ như đĩa và các dụng cụ khác;
- sau khi đụng vào hay gõ mặt, tóc, mũi, da;
- sau khi dùng nhà cầu;
- sau khi hút thuốc;
- sau khi đụng vào rác rưởi;
- sau khi quét dọn.

Khi rửa tay quý vị phải:

- Rửa tay tại bồn rửa riêng cho việc rửa tay. Không được dùng những bồn rửa khác rửa riêng để rửa các dụng cụ và thức ăn.
- Rửa tay dưới dòng nước ấm đang chảy với xà bông hay thuốc rửa tay khác—đừng dùng một bát nước.
- Lau khô tay với một khăn dùng một lần.

Để tránh cho thức ăn khỏi bị nhiễm độc:

- Đừng mang nữ trang, và quần áo với cúc áo lỏng lẻo hay có túi với những thứ có thể rơi ra ngoài vào thức ăn.
- Đừng ngồi lên những bàn dùng để sửa soạn thức ăn hay để những vật dụng cá nhân trên bàn.
- Mặc quần áo sạch ở bên ngoài.
- Thay vào quần áo bảo vệ sạch khi tới chỗ làm việc.
- Thay tạp dề hay quần áo nếu bị ẩm ướt, để tránh cho thức ăn khỏi bị nhiễm độc.
- Che kín những mụn nhọt bị hở hay bị nhiễm độc với băng không thấm nước. Dùng găng dùng một lần cũng là cách giữ cho băng trên tay không bị thấm nước.
- Thay găng tay mỗi khi quý vị nghĩ rằng mình nên rửa tay.
- Chỉ được ăn khi quý vị ra khỏi khu sửa soạn thức ăn.
- Đừng hắt hơi, thổi hay ho lên trên thức ăn không có đồ che đậy hay những mặt bàn dùng để sửa soạn thức ăn.

- Nếu có hắt hơi hay ho mà không thể ngưng được, dùng một khăn giấy để che mũi và mồm, rồi vứt ngay khăn giấy này vào thùng rác, rồi rửa và lau khô tay.
- Đừng bao giờ thổi vào một cái túi để mở nó ra để đựng thức ăn.
- Đừng bao giờ thổi lên thức ăn vì bất cứ một lý do nào.
- Đừng khạc nhổ hay hút thuốc ở những chỗ có thức ăn.
- Nếu quý vị có hút thuốc, quý vị phải rửa tay trước khi trở lại làm việc.
- Rửa và lau khô tay mỗi khi quý vị nghĩ rằng tay của mình bị nhiễm độc.
- Cột tóc và/hay đội mũ hay dùng một mạng lưới.



PHỤ LỤC 2: DANH SÁCH KIỂM ĐIỂM KỸ NĂNG VÀ KIẾN THỨC

Những danh sách kiểm điểm này bao gồm những kỹ năng và kiến thức tổng quát. Quý vị có thể thay đổi chúng để phù hợp với mỗi người đưng vào thức ăn. Chỉ cần điền thêm vào những danh sách này ở những chỗ dành sẵn.

Tên của nhân viênChữ ký.....

Chức vụNgày

BẢO VỆ CHO THỨC ĂN KHỎI BỊ NHIỄM ĐỘC

Kỹ năng	Có/Không
Đựng vào thức ăn và các dụng cụ càng ít càng tốt	
Trữ thức ăn sống và thức ăn sẵn sàng để ăn riêng rẽ nhau	
Trữ thức ăn trong những hộp chứa thức ăn thích hợp	
Dùng thớt và các dụng cụ sạch và đã được khử trùng để sửa soạn thức ăn sẵn sàng để ăn	
Kiểm soát thức ăn khi mới được mang tới để xem có dấu hiệu gì về sự hư hại bao bì hay hộp chứa hay những sự hư hại nào khác	
Dùng những dụng cụ riêng cho những món ăn khác nhau trên quầy trưng bày (hay trong những quầy bánh mì sandwich)	
Đừng dùng tạp dề hay khăn ẩm để lau tay, lau dụng cụ hay các bề mặt	
Rửa tay trước khi đựng vào thức ăn	
Kiến thức	Có/Không
Liệt kê những nguồn gốc của sự nhiễm độc (liên hệ tới doanh nghiệp)	
Đưa ra những thí dụ làm sao thức ăn có thể bị nhiễm độc	
Giải thích làm thế nào để những thức ăn trưng bày có thể được bảo vệ cho khỏi bị nhiễm độc	
Diễn tả làm sao để trữ thức ăn trong phòng lạnh để chúng khỏi bị nhiễm độc	

KIỂM SOÁT NHIỆT ĐỘ

Kỹ năng	Có/Không
Kiểm soát nhiệt độ của thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại lúc mang tới	
Biết các nhiệt độ đúng là bao nhiêu độ	
Phải sửa cho đúng nếu những nhiệt độ này ở ngoài khu nhiệt độ giới hạn	
Trữ thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại lạnh trong tủ lạnh hay phòng lạnh ngay và đúng cách	
Trữ thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại ngay và đúng cách	
Trữ thức ăn đông lạnh ngay và đúng cách	
Nấu thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại nội trong những đòi hỏi về nhiệt độ	
Để nguội lạnh thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại nội trong những đòi hỏi về nhiệt độ	
Hâm nóng lại thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại nội trong những đòi hỏi về nhiệt độ	
Kiểm soát nhiệt độ trong các tủ lạnh và phòng lạnh vào những chu kỳ đã được ấn định	
Phải điều chỉnh ngay nếu nhiệt độ trong tủ lạnh hay phòng lạnh ở ngoài các nhiệt độ giới hạn	
Kiểm soát nhiệt độ của thức ăn với việc sử dụng một cách đúng cách một hàn thử biểu có ống đo và phải điều chỉnh ngay nếu nhiệt độ không ở trong giới hạn	
Bảo đảm thức ăn cần sửa soạn chỉ được lấy ra khỏi tủ lạnh khi cần đến, và lại bỏ vào tủ lạnh ngay sau khi đã sửa soạn xong	
Nếu thức ăn được trữ hay trưng bày ở ngoài khu nhiệt độ an toàn, theo dõi xem thức ăn đã được trữ hay trưng bày ở đây trong bao lâu	
Nếu nhân viên là một người xếp: họ sẽ sửa sai những nhân viên đã không làm đúng những điều kể trên và giải thích cho họ rõ tại sao lại cần kiểm soát cả thời giờ và nhiệt độ.	

Kiến thức	Có/Không
Diễn tả những thức ăn nào dùng trong doanh nghiệp là những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại	
Giải thích tại sao những thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại phải được giữ ở nhiệt độ 5°C hay thấp hơn, hay ở 60°C hay cao hơn	
Cho biết thời gian và nhiệt độ cần thiết để làm nguội các thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại đã được nấu trước	
Giải thích làm sao để hấp nóng thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại đã được nấu trước để giữ cho nó được nóng	
Giải thích tại sao lại cần một hàn thử biểu có ống đo để kiểm soát nhiệt độ	
Diễn tả làm sao quý vị có thể bảo đảm một miếng thịt khớp xương lớn như thịt lợn và thịt gà tây quay được nấu chín	
Giải thích các thức ăn có tiềm tàng trở nên nguy hại có thể được trưng bày dưới nhiệt độ thường trong phòng, trong bao lâu	

SỨC KHOẺ VÀ VỆ SINH CÁ NHÂN

Kỹ năng	Có/Không
Mặc đồng phục sạch hay quần áo bảo vệ mỗi ngày/ca và thay quần áo khi chúng bị ẩm ướt	
Để những vật dụng riêng trong tủ hay một tủ có khoá cung cấp	
Giữ tóc cho gọn ghẽ và cột tóc lại ở đằng sau và mang mũ (nếu cần)	
Đừng mang những nữ trang không thích hợp	
Rửa và lau khô tay khi cần, thí dụ như, trước khi bắt đầu phục vụ khách hàng, khi vào bếp, sau khi hỉ mũi và sau khi đổ rác	
Không được nhai kẹo cao su hay ăn trong khi rửa soạn thức ăn	
Không được ho lên thức ăn	
Thông báo khi cảm thấy không được khoẻ hay có những triệu chứng mà có thể là những dấu hiệu của việc bị ngộ độc thực phẩm	
Che kín những chỗ cắt hay những vết đau với giấy không thấm nước hay băng dán	
Mang găng dùng một lần cho thích hợp	
Dùng găng dùng một lần cho đúng cách và khi thích hợp	
Kiến thức	Có/Không
Giải thích tại sao lại cần phải mặc quần áo bảo vệ (hay đồng phục)	
Mô tả những triệu chứng của sự ngộ độc thực phẩm	
Giải thích người đựng vào thức ăn phải làm những gì nếu họ cảm thấy không được khoẻ tại nơi làm việc	
Giải thích tại sao lại cấm hút thuốc và ăn uống trong khi rửa soạn thức ăn	
Cho biết vào những trường hợp nào cần phải rửa tay và lau khô tay	

QUÉT DỌN, KHỬ TRÙNG VÀ BẢO TRÌ CƠ SỞ, DỤNG CỤ VÀ XE CỘ

Kỹ năng	Có/Không
Giữ cho chỗ làm việc được ngăn nắp, sạch sẽ	
Theo đúng lịch trình rửa hay quét dọn (hay các chỉ thị)	
Sử dụng các chất hóa học hay thuốc rửa bát, quét dọn theo đúng với các chỉ thị	
Chỉ dùng các dụng cụ đã rửa sạch và khử trùng thích hợp	
Đổ rác vào những thùng rác đã được ấn định	
Kiến thức	Có/Không
Giải thích tại sao việc rửa là quan trọng	
Giải thích sự khác biệt giữa việc rửa và việc khử trùng	
Cho biết những dụng cụ nào cần phải khử trùng	

GIỮ CHO CƠ SỞ KHÔNG BỊ SÂU BỌ ĐỘT NHẬP

Kỹ năng	Có/Không
Kiểm soát về sâu bọ trong cơ sở kinh doanh	
Xịt chất hóa học đúng cách, và đặt bẫy và mồi như đã đòi hỏi	
Tường trình về những bằng chứng có các sinh vật có thể gây hại, dụng cụ hư hỏng hay những vấn đề bảo trì khác cần phải để ý tới	
Kiến thức	Có/Không
Giải thích những bằng hiệu cho thấy những chỗ có chuột trù, chuột nhắt, gián và các sinh vật có thể gây hại khác ở trong cơ sở	
Giải thích những điều lệ về khách hàng dẫn theo các súc vật vào cơ sở	

