

飲食服務提供者食品安全須知

飲食服務提供者若未妥善處理、烹調或保存食物，則有可能導致食物中毒。處理食物的設施若無完善或合適的設備，通常是造成食物中毒的原因。

食物中毒的原因

下列常見的食物不當處理情形，會造成細菌滋生，進而引起食物中毒：

- 未熟煮的肉類和家禽類等生食，由於不當的烹調，會造成細菌存活
- 在低溫狀況下緩慢加熱或烹調，正是細菌生長的最佳溫度(攝氏20度至50度)
- 不當的冷卻，使食物長時間暴露在冷卻狀態下(超過兩小時)，這也是細菌生長的最佳溫度
- 事先過度烹調食物，也會增加食物受到細菌污染的機會
- 保存食物不當以及運送和保存時的溫度不當，皆會造成細菌滋生
- 食物處理者不良的個人衛生習慣，會透過不潔的雙手、咳嗽、交叉污染等造成食物污染

如何避免食物中毒

正確管理與經營飲食服務相關的一切因素，以免造成食物中毒。

使用合適的食物處理設備

食物處理區以及所有烹調和冷藏設備，必須適合所處理的食物容量。

飲食服務場所的食物處理區及保存區地板需符合標準，並配備合適的洗手台及冷藏設備，同時必須有阻隔害蟲的設計。

安全保存及運送食物

另一項常見的食物中毒原因是不當處理及保存食物，例如先在一地處理好再送至另一地供應。

食物經運送至另一地時，必須保持適當的保存溫度。運送車輛則應根據新南威爾斯(NSW)法規設計及建造。

運送車輛必須配備合適的保溫或保冷設備，以及顯示單位容量，食物才能以適當的溫度存放：冷食需低於攝氏5度，熱食需高於攝氏60度。

保存或陳列食物時，所有食物必須受到適當的保護(密封或覆蓋)，以免受到灰塵、害蟲或其他來源污染。這點在戶外提供飲食服務時格外重要，特別是夏季期間，蒼蠅恐造成食物污染來源。因此，保護食物與餐具免於污染相當重要。

適當烹調食物

食物未經適當烹調，能導致食物中毒的危險。

烹調食物前，請充份解凍，特別是大塊的肉類或家禽肉類，因為若未經過充份解凍，恐無法完全煮熟。冷凍食品僅能於烹調前在雪櫃或微波爐中解凍，切勿置於廚房長枱上解凍。

食物必須達到適當的內部核心溫度烹調，才能殺死細菌，確保食品安全。這點對於烹調肉類(71度)、家禽類(74度)和海鮮(63度)時格外重要。食物一旦經過烹調，即應保持在60度以上，或儘可能迅速冷藏在5度以下。部份烹調的肉類，在最後的烹調階段必須在供應前達到適當的內部核心溫度。其他已烹調的食物在置於保溫的容器(如雙層蒸鍋)前，則必須再加熱以達到適當的內部核心溫度。

飲食服務提供者應使用探針式測溫器，以檢查食物是否已達正確的烹調溫度。探針應於使用前後進行消毒，並應記錄最後烹調的所有溫度。

關鍵在於少量烹調食物，使所有食物皆達到最高的溫度。同樣地，用淺盤代替大鍋以減少烹調量，亦可使食物迅速並且充份地冷卻或加熱。

避免交叉污染

飲食服務提供者應分開處理生食與熟食，以免發生細菌交叉污染。儘量使用不同的設備和餐具(刀子、夾具、砵板等)分別處理生食和熟食，或於每次使用時徹底清洗並

保持清潔。清潔餐具時必須使用化學清潔劑。沖洗時最好用不同的容器。

訓練員工了解食品安全及個人衛生

食物處理者必須受過食品安全和個人衛生的適當訓練。

基本的個人衛生標準包括：

- 處理食物前以及從事下列活動後，徹底清洗雙手並保持雙手乾燥：
 - 上洗手間
 - 擤鼻涕、打噴嚏或咳嗽
 - 抽煙
 - 處理生食或垃圾
- 處理食物時穿上乾淨的外衣
- 處理食物時使用乾淨的即用即棄式手套
- 將長髮綁好或戴帽
- 以防水衣物覆蓋傷口、潰瘍或破皮部位

雖然法律並未規定工作人員處理食物時必須戴手套，但當局並不建議徒手處理熟食。使用夾具或即用即棄式手套可降低熟食受到污染的風險。即用即棄式手套必須定期更換，並在接觸可能受到污染的食物後更換，才能達到預防效果。

食物處理者若有任何皮膚、鼻子、喉嚨或腸道感染時，必須通知僱主。若有這些情況，則不能處理食物。

此資料的部份內容目前在州議會通過食物處理者訓練法規後可能有變。

關於新南威爾斯食品局(NSW Food Authority)

新南威爾斯食品局(NSW Food Authority)是一政府機構，旨在協助並確認新南威爾斯地區的食品安全與食品正確標示。

此單位與消費者、業者及其他政府機構合作，以提供食品安全生產、保存、運送、推廣和準備的相關規範資料，並致力將食物中毒情況降至最低。

查詢詳情

- 登入新南威爾斯食品局(NSW Food Authority)網站 www.foodauthority.nsw.gov.au/industry
- 致電求助專線 1300 552 406

下列網站上的說明和公告亦有助於：

- 建立食物處理者的健康和衛生要求
- 避免潛在的有毒食品
- 安全處理家禽類和紅肉類
- 短期食品活動和市場
- 壽司處理及陳列的食品安全指南
- 為弱勢族群提供食物的食品業者另有特別規定。相關內容請登入這個網站 www.foodauthority.nsw.gov.au/industry/industry-sector-requirements/food-service-to-vulnerable-populations/

注意

這份資料為一般摘要，故不適用於所有情況。食品業者必須遵循所有食品標準法規與新南威爾斯(NSW)2003年食品條例 (*Food Act 2003*)的規定。