

# An toàn thực phẩm đối với người cung cấp thực phẩm

Việc ngộ độc thực phẩm có thể xảy ra khi người cung cấp thực phẩm không xử lý, nấu nướng hoặc bảo quản thực phẩm đúng cách. Cơ sở vật chất trang bị không tốt hoặc không phù hợp với thực phẩm đang chuẩn bị là một vấn đề phổ biến trong cung cấp thực phẩm vốn thường dẫn đến tình trạng ngộ độc thực phẩm.

## Nguyên nhân ngộ độc thực phẩm

Những sai lầm phổ biến trong việc phục vụ ăn uống sau đây có thể tạo điều kiện cho vi khuẩn phát triển gây ngộ độc thực phẩm:

- nấu chưa chín thực phẩm tươi như thịt và thịt gia cầm - vi khuẩn có thể vẫn còn do nấu ăn chưa chín
- hâm nóng từ từ và nấu từ từ dưới nhiệt độ thấp - tạo nhiệt độ lý tưởng (20°C đến 50°C) cho vi khuẩn phát triển
- làm lạnh không đúng cách - để thực phẩm quá lâu (hơn hai giờ) ở nhiệt độ lý tưởng cho vi khuẩn phát triển
- nấu ăn trước quá lâu - gia tăng cơ hội cho thực phẩm bị nhiễm vi khuẩn
- không bảo quản thực phẩm đúng cách, nhiệt độ vận chuyển và bảo quản không phù hợp - tạo điều kiện cho vi khuẩn phát triển
- vệ sinh cá nhân của người cung cấp thực phẩm không tốt - có thể làm ô nhiễm thực phẩm do tay bẩn, ho, lây nhiễm chéo v.v...

## Ngăn ngừa ngộ độc thực phẩm

Tất cả các yếu tố liên quan đến việc phục vụ ăn uống phải được quản lý một cách chính xác để tránh gây ngộ độc thực phẩm.

### Sử dụng cơ sở phục vụ ăn uống có trang bị đầy đủ

Khu vực chuẩn bị thức ăn cũng như cơ sở nấu ăn và phương tiện làm lạnh phải phù hợp với khối lượng thức ăn được chuẩn bị.

Cơ sở dịch vụ ăn uống phải tuân thủ các tiêu chuẩn về sàn chuẩn bị thức ăn và các khu vực bảo quản, có đầy đủ cơ sở tiện ích rửa tay và các thiết bị làm lạnh và phải được thiết kế để loại trừ sâu bệnh và ký sinh.

### Bảo quản và vận chuyển thực phẩm an toàn

Một nguyên nhân phổ biến khác của tình trạng ngộ độc thực phẩm là việc xử lý và bảo quản không đúng cách thực phẩm được chuẩn bị tại một nơi rồi vận chuyển và phục vụ ở nơi khác.

Thực phẩm phải được duy trì ở nhiệt độ bảo quản thích hợp trong thời gian vận chuyển tới địa điểm khác. Phương tiện vận tải phải được thiết kế và xây dựng theo quy định của NSW.

Phương tiện phải có khoang bảo quản nóng hoặc lạnh phù hợp và hiển thị công suất đơn vị để thực phẩm có thể được lưu trữ ở nhiệt độ thích hợp - dưới 5°C cho thực phẩm lạnh, trên 60°C cho thực phẩm nóng.

Toàn bộ thực phẩm phải được bảo vệ đầy đủ (bọc kín hoặc phủ) khi bảo quản hoặc trưng bày để tránh ô nhiễm do bụi, côn trùng hoặc các nguồn khác. Điều này đặc biệt quan trọng nếu phục vụ cho các sự kiện ngoài trời, đặc biệt là trong mùa hè khi ruồi có thể là một vấn đề. Điều quan trọng là phải bảo vệ thực phẩm và đồ dùng khỏi bị nhiễm bẩn.

### Nấu ăn đúng cách

Việc ngộ độc thực phẩm có thể xảy ra khi thực phẩm không được nấu chín đúng cách.

Làm tan băng thực phẩm đông lạnh hoàn toàn trước khi nấu, đặc biệt là các miếng thịt hoặc thịt gia cầm cắt lớn sẽ không nấu chín được nếu không làm tan băng hoàn toàn. Chỉ nên làm tan băng thực phẩm đông lạnh trong tủ lạnh hoặc lò vi sóng trước khi nấu và không để trên bàn để làm tan băng.

Thức ăn phải được nấu chín ở nhiệt độ bên trong thích hợp để tiêu diệt vi khuẩn và làm cho thực phẩm được an toàn. Điều này đặc biệt quan trọng với thịt (71°C), thịt gia cầm (74°C) và hải sản (63°C). Sau đã nấu, thực phẩm phải được giữ ở nhiệt độ trên 60°C hoặc giữ lạnh dưới 5°C càng nhanh càng tốt.

Thịt nấu chín một phần phải - cho giai đoạn cuối cùng - đạt đến nhiệt độ bên trong thích hợp trước khi được phục vụ. Thực phẩm nấu chín khác phải được hâm nóng với nhiệt độ này trước khi được đặt trong một thiết bị giữ nóng (ví dụ như nồi cách thủy).

Người cung cấp thực phẩm nên sử dụng nhiệt kế thăm dò hiệu chuẩn để kiểm tra xem thực phẩm đã đạt tới nhiệt độ nấu thích hợp chưa. Ống thăm dò phải được khử trùng trước và sau khi sử dụng, toàn bộ nhiệt độ nấu cuối cùng phải được ghi lại.

Điều quan trọng là phải nấu từng lượng nhỏ một để thức ăn đạt được nhiệt độ cao. Ngoài ra, việc giảm kích cỡ bằng cách sử dụng những nồi nhỏ thay vì các nồi lớn sẽ giúp thực phẩm nguội hoặc nóng nhanh hơn và đều hơn.

### Tránh lây nhiễm chéo

Người cung cấp thực phẩm nên xử lý thực phẩm tươi sống riêng với thức ăn đã sẵn sàng để tránh ô nhiễm chéo với vi

khuẩn. Nếu có thể, sử dụng thiết bị và dụng cụ riêng (dao, kẹp, thớt v.v...) cho thực phẩm tươi sống và thực phẩm đã sẵn sàng, hoặc làm sạch và làm vệ sinh kỹ mỗi khi sử dụng. Cần có chất khử trùng để khử trùng dụng cụ. Cần có chậu riêng để rửa.

### **Đào tạo nhân viên về an toàn thực phẩm và vệ sinh cá nhân**

Người xử lý thực phẩm phải được đào tạo đầy đủ về vấn đề an toàn thực phẩm và vệ sinh cá nhân.

Những thói quen vệ sinh cá nhân cơ bản bao gồm:

- rửa và lau tay kỹ trước khi xử lý thực phẩm, và sau khi:
  - đi vệ sinh
  - hỉ mũi, hắt hơi hoặc ho
  - hút thuốc lá
  - xử lý thực phẩm tươi hoặc chất thải
- mặc quần áo bên ngoài sạch sẽ khi xử lý thực phẩm
- sử dụng găng tay dùng một lần sạch sẽ khi xử lý thực phẩm
- buộc tóc dài hoặc đội mũ
- che kín chỗ bị đứt, vết loét hoặc chỗ nứt nẻ da bằng băng chống thấm nước

Mặc dù đeo găng tay không phải là yêu cầu pháp lý nhưng Cơ quan không khuyến khích việc sử dụng tay trần khi xử lý thực phẩm sẵn sàng để ăn. Dùng kẹp hoặc bao tay dùng một lần có thể làm giảm nguy cơ ô nhiễm thực phẩm đã sẵn sàng để ăn. Găng tay dùng một lần sẽ chỉ hiệu quả nếu chúng được thay đổi thường xuyên, và luôn luôn sau khi tiếp xúc với bất cứ vật gì có thể bị ô nhiễm.

Người xử lý thực phẩm phải thông báo cho chủ lao động nếu họ bị nhiễm trùng da, mũi, họng hoặc nhiễm trùng ruột. Nếu có bất kỳ bệnh trạng nào như vậy thì họ không được xử lý thực phẩm.

Một số thông tin này sẽ thay đổi nếu quy định đào tạo về người xử lý thực phẩm hiện được thảo luận tại Quốc hội được thông qua.

### **Thông tin về Cơ quan Thực phẩm NSW**

Cơ Quan Thực Phẩm NSW (NSW Food Authority) là tổ chức chính phủ giúp bảo đảm thực phẩm tại NSW được an toàn và dán nhãn chính xác.

Cơ quan này phối hợp với ngành, người tiêu dùng và các tổ chức chính phủ để giảm thiểu tình trạng ngộ độc thực phẩm bằng cách cung cấp thông tin và quy định về việc sản xuất an toàn, lưu trữ, vận chuyển, khuyến mại và chuẩn bị thực phẩm.

### **Thông tin thêm**

- ghé thăm trang web của Cơ quan Thực phẩm NSW tại [www.foodauthority.nsw.gov.au/industry](http://www.foodauthority.nsw.gov.au/industry)
- điện thoại đường dây giúp đỡ 1300 552 406

Các tờ dữ kiện và các ấn phẩm sau đây trên trang web cũng có thể có ích:

- Các yêu cầu y tế và vệ sinh đối với người xử lý thực phẩm
- Thông tin về các loại thực phẩm nguy hiểm tiềm ẩn
- Thịt gia cầm và thịt đỏ - xử lý an toàn
- Sự kiện thực phẩm tạm thời và chợ thực phẩm
- Hướng dẫn an toàn thực phẩm cho việc chuẩn bị và trình bày món sushi
- Có những yêu cầu đặc biệt cho các doanh nghiệp phục vụ thực phẩm cho những người dễ bị tổn thương. Tham khảo trang web [www.foodauthority.nsw.gov.au/industry/industry-sector-requirements/food-service-to-vulnerable-populations/](http://www.foodauthority.nsw.gov.au/industry/industry-sector-requirements/food-service-to-vulnerable-populations/)

### **Lưu ý**

Thông tin này chỉ là bản tóm tắt tổng quát và không thể bao gồm tất cả các tình huống. Các cơ sở kinh doanh thực phẩm phải tuân thủ tất cả các điều khoản của Quy Tắc Tiêu Chuẩn Thực Phẩm (Food Standards Code) và *Đạo Luật Thực Phẩm 2003 (Food Act 2003)* (NSW).