

# 食物製備安全衛生管理原則

## ■ 避免食材造成交叉污染

- 生鮮魚、肉類勿碰觸到水果、沙拉或已烹調完成之食品。
- 原材料於前處理過程皆應置於砧板或盛裝容器內，以免污染。
- 已處理而未能於當餐烹調之食材，須加以覆蓋後置於冷凍庫或冷藏庫中貯存。

## ■ 避免操作造成的交叉污染

- 處理每一類食材所使用之刀具、砧板及容器等均應分開，並以明顯標示區分。
- 通常生食材料盛裝容器採用塑膠籃材質，熟食盛裝則採用不銹鋼盆。

## ■ 避免器具造成的交叉污染

### 清洗

- 進行工作之前，應先依規定正確洗手。
- 不同類食品（蔬果、肉品、魚貝類等）應各有其專用清洗槽分開處理，並充分清洗，以避免交叉污染。

### 解凍

- 冷凍原料解凍時，應在能防止品質劣化之條件下進行，並以一次烹調量為佳，基本原則是讓食品通過危險溫度帶的時間愈短越好。
- 一般常用的方法包括：冷藏解凍、流水解凍、微波解凍以及加熱解凍。

### 生熟食切割

- 切割生/熟食所使用之器具（包括刀具、砧板）應有效區隔，如以顏色或形狀區隔，以降低交叉污染。

### 烹調操作

- 烹調食品時，應符合新鮮、清潔、迅速加熱及冷藏之原則。
- 烹調須注意時間與溫度掌控，使食材均勻加熱充分煮熟，起鍋前應確定食品達到一定的中心溫度才可以起鍋。
- 豬肉及雞肉務必全熟，避免外熟內生現象，以防止寄生蟲及其他病原菌污染；生鮮水產務必全熟。

■ 諮詢電話：(02)2737-2181 分機 3002

■ 制訂單位 / 日期：營養室/108.08.01

本單僅供參考，實際治療以營養師建議為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮