

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شرایط و ضوابط بهداشتی

در

واحد تغذیه بیمارستان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان غربی

معاونت درمان

تغذیه بالینی

فهرست

صفحه	عنوان
۳.....	شرایط و ضوابط بهداشتی آشپزخانه.....
۵.....	شرایط و ضوابط بهداشتی محل غذاخوری.....
۶.....	شرایط و ضوابط بهداشتی انبار مواد غذایی.....
۷.....	شرایط و ضوابط بهداشتی یخچال و سردخانه.....
۸.....	شرایط و ضوابط بهداشتی حمام/دوش.....
۹.....	شرایط و ضوابط بهداشتی رختکن.....
۱۰.....	شرایط و ضوابط بهداشتی توالت.....
۱۱.....	بهداشت فردی کارکنان آشپزخانه.....
۱۲.....	بهداشت مواد غذایی.....
۱۴.....	تجهیزات، لوازم و ابزار کار.....
۱۵.....	کنترل حشرات، جوندگان و حیوانات مزاحم.....
۱۶.....	دستور عمل نحوه شستشوی تخته های کار.....
۱۷.....	نکات قابل توجه در فریز کردن گوشت.....
۱۹.....	دستور عمل نحوه یخ زدایی مواد پروتئینی.....
۲۰.....	دستور عمل نحوه انتقال مواد پروتئینی به داخل سردخانه.....
۲۱.....	دستور عمل ضد عفونی کردن چاقوها.....
۲۲.....	دستور عمل نحوه استفاده از روغن.....
۲۳.....	دستور عمل شستشوی ظروف در ظرفشویخانه.....
۲۴.....	دستور عمل شستشوی دیگ ها و ... در اتاق دیگشوی آشپزخانه.....
۲۵.....	دستور عمل سه مرحله ای سالم سازی سبزیجات.....
۲۶.....	دستور عمل نحوه بخارپز کردن سبزیجات.....
۲۷.....	نکات قابل توجه جهت آماده سازی گوجه فرنگی.....

۲۸.....	نکات قابل توجه جهت آماده سازی سیب زمینی، هویج و غیره
۲۹.....	دستورعمل استفاده از دستکش
۳۰.....	روش های تشخیص ماهی تازه از ماهی فاسد
۳۱.....	نکات قابل توجه در نحوه نگهداری صحیح و نظافت یخچال
۳۲.....	روش صحیح نگهداری نان
۳۳.....	شرایط بهداشتی لازم وسایل و محل جهت تهیه گوشت چرخ کرده

شرایط و ضوابط بهداشتی آشپزخانه

۱. موقعیت آشپزخانه باید طوری باشد که از مکانهای آلوده دور بوده و مجاور سالن غذاخوری باشد و وسایل و شرایط پخت باید به گونه ای باشد که برای قسمت های مجاور آن مزاحمتی ایجاد ننماید .
۲. فضای آشپزخانه باید متناسب با تعداد کارگران آشپزخانه و حجم کار باشد تا کار تهیه و طبخ غذا به راحتی انجام گیرد.
۳. سقف آشپزخانه باید به رنگ روشن و بدون ترک خوردگی باشد .
۴. دیوارهای آشپزخانه تا زیر سقف کاشی، بدون ترک خوردگی باشد .
۵. کف آشپزخانه بدون ترک خوردگی ، صاف ، هموار، قابل شستشو و از نوع موزائیک ، سنگ و امثالهم بوده و لغزنده نباشد و دارای شیب مناسب به طرف کفشوی باشد .
۶. کفشوی باید مجهز به شترگلو بوده و نصب توری ریز روی آن الزامی است.
۷. آشپزخانه باید دارای تهویه مناسب بوده و بر روی اجاقها و منابع آلوده کننده ، هود مناسب نصب شود و سطوح داخلی و خارجی آن تمیز باشد.
۸. آشپزخانه باید دارای وسایل سرمایشی و گرمایشی مناسب، متناسب با فصل باشد.
۹. آشپزخانه باید دارای امکانات جنبی نظیر: انبار مواد غذایی، سرویس های بهداشتی اختصاصی (حمام، توالت، دستشویی، رختکن) مطابق با موازین بهداشتی باشد.
۱۰. آشپزخانه بیمارستانهایی که نیاز به نگهداری مواد غذایی فاسد شدنی دارند باید دارای یخچال، فریزر و یا سردخانه متناسب با حجم کاری و منطبق با شرایط و ضوابط بهداشتی باشد.
۱۱. محل شستشو و نگهداری ظروف باید در مجاورت محل پخت غذا و در عین حال مجزا و مستقل از آنها باشند به طوری که ظروف از یک درب یا دریچه به این محل وارد و ظروف تمیز از مسیرهای جداگانه وارد آشپزخانه و محل غذاخوری شود. جهت شستشو ترجیحاً از ماشینهای اتوماتیک در غیر اینصورت از ظرفشویی ۳ مرحله ای (شستشو ، ضدعفونی و آبکشی) استفاده شود.
۱۲. ظرف شویی باید دارای شیر آب گرم و سرد مشترک و شستشو با مواد پاک کننده و آب کشی با آب گرم و سرد انجام گیرد.
۱۳. ظروف باید بدون ترک خوردگی، بدون لب پریدگی بوده و از جنس زنگ نزن باشد، کلیه لیوان و استکان های مورد استفاده ترجیحاً از جنس شیشه ای یا استیل زنگ نزن باشد.

۱۴. استفاده از ظروفی که از طرف وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی غیرمجاز شناخته شود ممنوع است.

۱۵. استفاده از ظروف چوبی، ترک خورده و ظروف با آلیاژ سربی در آشپزخانه ممنوع میباشد.

۱۶. استفاده از قندان، نمکدان و مشابه آنها بدون سرپوش ممنوع است.

۱۷. ابزار و وسایلی که برای پوست کندن، مخلوط کردن، خرد کردن مواد غذایی به کار برده می شود نباید درز و شکاف داشته باشد تا مواد در آنها جمع نشود و فاسد نگردند و همچنین باید این وسایل به آسانی قابل جدا شدن از هم باشند تا بعد از اتمام کار شستشو و خشک شوند و فقط هنگام استفاده، مجدداً سوار شوند.

۱۸. پیشخوان، جا ظرفی، کمد ها، قفسه ها، گنجه ها باید قابل شستشو بوده و کف آنها حد اقل ۲۰ سانتی متر از سطح زمین فاصله داشته باشد و از دسترس بند پایان و جوندگان به دور باشند.

۱۹. سطوح و میزهای کار باید صاف و به راحتی قابل شستشو باشد. میزی که برای آماده سازی غذا مورد استفاده قرار می گیرند باید روکش مناسب، قابل شستشو و ضد عفونی و زنگ نزن باشند.

۲۰. کف آشپزخانه باید پس از هر پخت و پز با محلول های ضد عفونی کننده شستشو گردد.

۲۱. آشپزخانه باید دارای روشنایی کافی باشد و شیشه پنجره ها و دریهای آن مرتباً تمیز نگهداری شوند.

۲۲. کلیه پنجره ها و دریها باید مجهز به فنر یا درب بند اتوماتیک (**self closed**) باشند.

۲۳. کیفیت آب مصرفی در آشپزخانه باید مورد تایید مقامات بهداشتی باشد.

۲۴. آشپزخانه باید دارای سیستم جمع آوری و دفع بهداشتی فاضلاب باشد.

۲۵. آشپزخانه باید دارای زباله دان به تعداد و حجم مناسب باشد و دارای درب، قابل شستشو و از جنس زنگ نزن باشند به طوریکه زباله ها به طریق بهداشتی جمع آوری و دفع گردند.

۲۶. در موقع طبخ غذا دستگاه سوخت و نوع مواد سوختی به گونه ای باشد که احتراق به طور کامل صورت گیرد و باعث آلودگی هوا نگردد.

۲۷. جعبه کمک های اولیه با حداقل داروهای مورد لزوم (چسب، تنسوپلاست، قیچی، پنس، گاز استریل بسته بندی شده، یک ماده ضد عفونی کننده) تهیه و در محل مناسب نگهداری شود.

۲۸. هر گونه پخت و پز، و توزیع غذا در غیر از محل تعیین شده ممنوع می باشد.

۲۹. استعمال دخانیات برای کلیه کارکنان آشپزخانه در حین کار در محل آشپزخانه ممنوع می باشد.

۳۰. پرسنل آشپزخانه باید قبل از ورود و خروج از محوطه آشپزخانه کفش خود را تعویض نمایند.

شرایط و ضوابط بهداشتی محل غذاخوری

۱. وسعت محل غذاخوری باید متناسب با تعداد کارکنان باشد.
۲. در محل غذاخوری باید تعداد کافی میز و صندلی برای کارکنانی که در یک موقع غذا می‌خورند وجود داشته باشد.
۳. سقف محل غذاخوری باید صاف، بدون ترک خوردگی و به رنگ روشن باشد.
۴. دیوارها بایستی مقاوم، صاف، بهداشت رنگ روشن و قابل شستشو باشد.
۵. کف محل غذاخوری باید قابل شستشو و دارای شیب مناسب به سمت کفشی باشد و لغزنده نباشد.
۶. میزها و صندلی‌ها باید از جنس مقاوم، قابل شستشو، بدون ترک خوردگی و درز باشند.
۷. زباله‌دان‌های درب‌دار به تعداد کافی و در محل‌های مناسب قرار داده شوند.
۸. محل غذاخوری باید دارای تهویه مناسب مجهز به وسایل گرمایشی و سرمایشی، متناسب با فصل باشد.
۹. محل غذاخوری باید دارای روشنایی کافی باشد و منابع روشنایی، پاکیزه و تمیز نگهداری شوند.
۱۰. در مسیر ورود کارکنان به محل غذاخوری به تعداد کافی دستشویی مجهز بهداشت آب گرم، سرد و صابون تهیه و امکانات لازم جهت خشک کردن دست و صورت فراهم گردد.
۱۱. کارکنانی که با مواد عفونی و سمی سروکار دارند باید قبل از ورود به محل غذاخوری لباس کار خود را تعویض نمایند.
۱۲. درب و پنجره‌های محل غذاخوری مجهز به توری باشد و درب‌های محل غذاخوری مجهز به فنریا درب بند اتوماتیک باشند.

شرایط و ضوابط بهداشتی انبار مواد غذایی

۱. انبار مواد غذایی باید در محل مناسب احداث شود .

۲. سطح فضای انبار باید متناسب با نوع و میزان مواد مورد ذخیره باشد .

۳. انبار باید دارای قفسه بندی مناسب بوده و مواد طوری چیده شوند که خطر سقوط نداشته باشند و مزاحمتی برای عبور و مرور افراد ایجاد ننماید .

۴. دیوارها و سقف و کف انبار باید از مصالح مقاوم ساخته شده باشند و صاف ، بدون ترک خوردگی و قابل نظافت باشند.

۵. دیوارهای جانبی انبار از سطح زمین به ارتفاع ۸۰ سانتی متر از بتون و مصالح مقاوم ساخته شوند تا مانع ورود جوندگان به داخل انبار گردند. (ضد موش (rat Proofing))

۶. کلیه درب ها و پنجره های انبار باید سالم ، قابل شستشو و مجهز به توری زنگ نزن باشند .

۷. درب های انبار نبایستی از کف زمین فاصله داشته باشند. پایین درب بایستی به ارتفاع ۲۰ الی ۳۰ سانتی متر با ورق آلومینیوم مجهز گردد تا از نفوذ حیوانات موذی جلوگیری گردد.

۸. انبار باید به هواکش برقی متناسب با فضای آن مجهز باشد. درجه حرارت انباربایستی مرتباً کنترل گردیده به طوریکه در تمام فصول سال متناسب با نوع مواد مورد ذخیره بوده و از تابش مستقیم نور خورشید بر روی مواد غذایی جلوگیری گردد.

۹. مواد غذایی فاسد نشدنی باید در ظروف مناسب و درب دار به ارتفاع ۱۵ تا ۲۰ سانتی متر از کف انبار روی پالتها نگهداری گردند.

۱۰. کارگرانی که در انبار فعالیت می کنند باید مجهز به وسایل فردی مناسب بوده و کارت بهداشتی داشته باشند.

۱۱. از انبار نمودن ظروف خالی و وسایل اسقاطی در داخل انبار باید احتراز شود.

۱۲. نظافت و گندزدایی انبار باید به طور منظم صورت گیرد.

۱۳. ورود افراد متفرقه به انبار مواد غذایی ممنوع میباشد.

۱۴. سیستم انبارداری به نحو مناسب (ثبت، رعایت تاریخ مصرف و تقدم و تأخر کالا و ...) اجرا گردد.

۱۵. موادی نظیر حبوبات و غلات باید در ظروف مقاوم در مقابل رطوبت و نفوذ حشرات نگهداری گردد و امکان برقراری تهویه طبیعی (با استفاده از توری های مناسب) در محل نگهداری آنها وجود داشته باشد.

۱۶. مواد شیمیائی باید به نحو مناسب برچسب گذاری و از مواد غذائی جدا گردند.

شرایط و ضوابط بهداشتی یخچال و سردخانه

۱. یخچال یا سردخانه باید مجهز به دماسنج سالم بوده و درجه حرارت آنها به طور منظم و مرتب کنترل گردد و همچنین سردخانه باید مجهز به زنگ اخبار، چراغ خطر و دستگیره ایمنی باشد و بصورت روزانه کنترل گردد، ضمناً درب سردخانه زیر صفر دو مرحله‌ای باشد.
۲. نظافت و شستشوی داخل یخچال و سردخانه باید مرتباً انجام گیرد.
۳. به منظور جلوگیری از احتمال فساد بر اثر قطع برق باید سردخانه مجهز به برق اضطراری باشد و سیستم برق آن ایمن باشد.
۴. از قرار دادن و تلبار کردن مواد غذایی در کف سردخانه باید خودداری شود. لاشه‌های گوشت باید به چنگ آویزان شود.
۵. از قراردادن مواد غذایی به طور مستقیم و بدون داشتن ظرف مناسب در داخل یخچال و سردخانه جلوگیری شود.
۶. در سردخانه‌ها، یخچالها و فریزرها مواد غذایی هم گروه در یک طبقه و یا در طبقات کنار هم قرار داده شود و از مجاور هم قرار دادن مواد غذایی مختلف نظیر پنیر، گوشت، کره، سبزی، مرغ و ماهی جلوگیری شود.
۷. مواد گوشتی باید در سردخانه‌های مجهز به دماسنج سالم و در دمای زیر صفر بین 18°C تا 25°C (-) نگهداری شوند.
۸. کلیه موادی که در انبار، یخچال و سردخانه نگهداری می‌شوند باید بر روی قفسه‌هایی از جنس زنگ نزن، قابل شستشو و با ارتفاع ۳۰ سانتی متر از کف قرار گیرند.
۹. قبل از قرار دادن سبزیجات و میوه جات در یخچال باید آنها را شستشو و ضد عفونی نمود.
۱۰. قرار دادن مواد غذایی پخته و خام، شسته و نشسته در کنار هم در یخچال ممنوع می‌باشد.
۱۱. برای نگهداری مواد غذایی در سردخانه، از پوشش پلاستیکی که کاملاً سطح ماده غذایی را پوشانده باشد، استفاده گردد.
۱۲. کارگران باید برای ورود به داخل سردخانه از کفش مخصوص سردخانه استفاده نمایند.
۱۳. ورود افراد متفرقه به داخل سردخانه ممنوع می‌باشد.

شرایط و ضوابط بهداشتی حمام / دوش

۱. کف محل دوش ها باید مقاوم ، قابل شستشو بوده و لغزنده نباشد و دارای شیب کافی به سمت کف شوی باشد.
۲. دیوارها تا سقف کاشی ، به رنگ روشن و سقف حمام باید صاف با رنگ روغنی روشن وبدون ترک خوردگی باشد.
۳. مساحت کف محل دوش نباید از ۹۰ سانتی متر در ۱۲۰ سانتی متر کمتر باشد و ارتفاع دیوارهای بین دوشها نباید از ۲ متر کمتر باشد.
۴. حمام و محل دوش باید به طور مرتب تمیز وبا مواد مناسب گند زدایی گردد.
۵. محوطه حمام باید دارای هواکش متناسب با فضای آن باشد .
۶. حمام باید مجهز به سطل زباله درب دار و قابل شستشوباشد.
۷. در صورتی که برای گرم کردن آب از منابع حرارتی غیر مرکزی استفاده می شود این قبیل منابع حرارتی باید در خارج از محوطه حمام ودر محل مناسب قرار داشته باشد .
۸. برای رعایت موازین ایمنی ضروری است در داخل حمام از لامپ ایمنی با حباب شیشه ای استفاده شود و تمام کلید ها و پریز های برق باید خارج از محوطه حمام قرار داده شود.
۹. حمام ها باید دارای محلی مناسب به عنوان رختکن برای تعویض لباس باشند .
۱۰. شستشوی هر نوع البسه در حمام ممنوع می باشد.

شرایط و ضوابط بهداشتی رختکن

در هر بیمارستان باید اتاقی با فضای کافی ، متناسب با تعداد کارگران و قفسه های انفرادی برای تعویض لباس شخصی آنان در نظر گرفته شود .

در اماکنی که علاوه بر کارگران مرد ، کارگران زن نیز مشغول به کار می باشد باید رختکن جداگانه ساخته شود .

شرایط و ضوابط بهداشتی رختکن به شرح ذیل است:

۱ . رختکن باید با فاصله مناسب از محل دوشها قرار گیرد .

۲ . هر قفسه باید به گونه ای ساخته شده باشد که دارای محل نگهداری مجزا برای لباس بیرون ، وسایل حفاظت فردی و سایر وسایل کارگر باشد. قفسه ها باید دارای سقف شیب دار، قابل شستشو و دارای کرکره ثابت ورود و خروج هوا بوده و قفل داشته باشد.

۳ . کف و دیوارهای اتاق رختکن باید صاف ، به رنگ روشن و تمیز باشد.

۴ . اتاق رختکن باید دارای نور کافی بوده و به طور مناسب تهویه شود.

۵ . وجود وسایل خشک کن برای حوله و لباسهای مرطوب در رختکن الزامی است .

۶ . سطل زباله درب دار قابل شستشو به تعداد کافی در رختکن باید در نظر گرفته شود.

۷ . محل رختکن باید به طور منظم پاکیزه و تمیز نگهداری شود.

شرایط و ضوابط بهداشتی توالت

۱. توالت ها باید در فاصله و محل مناسب از ساختمان کارگاه قرار داشته باشد .
۲. دیوارها تا زیر سقف کاشی ، بدون ترک خوردگی ، به رنگ روشن و قابل شستشو باشند
۳. سقف صاف ، بدون ترک خوردگی ، به رنگ روشن و قابل شستشو باشد .
۴. کف مقاوم ، صاف ، قابل شستشو و گند زدایی و ترجیحاً از جنس موزائیک ، سنگ و امثالهم باشد .
۵. کاسه توالت باید به رنگ روشن ، صاف ، بدون ترک خوردگی و قابل شستشو و گند زدایی باشد .
۶. توالت باید مجهز به سیفون باشد .
۷. توالت باید دارای شتر گلو باشد .
۸. حداقل عرض توالت ۸۰ سانتی متر و حداقل طول آن ۱ متر باشد .
۹. توالت باید دارای شیر آب با شلنگ برداشت آب باشد .
۱۰. توالت باید دارای تهویه مناسب و روشنایی کافی باشد .
۱۱. کلیه پنجره ها باید مجهز به توری ضد زنگ باشند .
۱۲. درب توالت باید مجهز به پشت بند درب باشد .
۱۳. شستشو و ضد عفونی توالت ها باید به طور منظم انجام گیرد .
۱۴. هر توالت باید مجهز به سطل زباله درب دار ، زنگ نزن و قابل شستشو باشد .

بهداشت فردی کارکنان آشپزخانه

۱. کارگران آشپزخانه باید قبل از شروع به کار استحمام نمایند .
۲. هر کارگر آشپزخانه باید برای البسه و وسایل نظافت و استحمام خود در بیرون از محوطه پخت و پز، قفسه(ترجیحا" سه طبقه)داشته باشد.
۳. کارگران باید در هنگام کارملبس به روپوش سفید، کلاه سفید و پیشبند باشند.
۴. لباس کار و وسایل نظافت و استحمام باید به تعداد و مقدار کافی در اختیار کارگراشپزخانه قرار گیرد.
۵. لباس کارگرانی که با مواد غذایی سر و کار دارند به طور اختصاصی و مجزا از لباس سایر کارگران و خارج از محوطه آشپزخانه ومحل غذا خوری باید شستشو گردد .
۶. کارگران موظفند بعد از توالت و قبل از شروع به کار دستهای خود را با آب و صابون بشویند.
۷. کارگران آشپزخانه باید رعایت بهداشت فردی را نموده ، ناخن ها وموهای آنان کوتاه وتمیز باشد.
۸. کارکنان در هنگام آماده سازی ، طبخ و توزیع غذا باید از دستکش استفاده نمایند. (دستکش غیرمشکی)
۹. شستن دست در محل ظرفشویی ممنوع می باشد.
۱۰. برای خشک کردن دستها از دستمال کاغذی یا دست خشک کن برقی استفاده شود.
۱۱. کلیه کارگرانی که به تهیه ، پخت و توزیع مواد غذایی سرو کار دارند باید دارای کارت بهداشتی مطابق با ضوابط وزارت بهداشت، درمان وآموزش پزشکی بوده ودر محل کارنگهداری شود.
۱۲. - کلیه متصدیان و کارکنانی که در مراکز تهیه ، تولید ، توزیع ، نگهداری و فروش اشتغال دارند ، موظفند در کلاسهای ویژه بهداشتی شرکت نمایند.

بهداشت مواد غذایی

- ۱- کلیه مواد اولیه غذایی و آماده باید دارای مجوز بهداشتی و پروانه ساخت و ترجیحاً دارای آرم استاندارد باشد و استفاده از مواد فله‌ای ممنوع می‌باشد.
- ۲- گوشت‌های قرمز باید دارای مهر کشتارگاه باشند و گوشت‌های سفید از کشتارگاه‌های مورد تأیید سازمان دامپزشکی تهیه شود در غیر اینصورت استفاده از آنها غیرمجاز می‌باشند.
- ۳- کلیه گوشت‌های مصرفی پس از انتقال به آشپزخانه باید بلافاصله از هر گونه مواد زائد و غیرقابل مصرف پاک شود.
- ۴- مواد غذایی منجمد بعد از ذوب شدن با هوای معمولی باید بلافاصله مصرف شود و از انجماد مجدد آن خودداری کنید.
- ۵- نان در نایلون تمیز یا محافظی مناسب دیگری قرار گیرد تا هنگام حمل به آشپزخانه آلوده نگردد.
- ۶- برای انتقال ماست از ظروف درب‌دار استفاده گردد.
- ۷- یخ مورد استفاده باید از محل‌های مورد تأیید مقامات بهداشتی تهیه شود.
- ۸- مواد گوشتی و سبزیها در سردخانه از یکدیگر مجزا نگهداری شود.
- ۹- با توجه به فساد سریع گوشت چرخ کرده باید این مواد همواره در یخچال و در دمای کمتر از ۴ درجه سانتیگراد و به مدت ۱۲ ساعت نگهداری شود.
- ۱۰- میزان دمای یخچال باید بین ۱ تا ۴ درجه سانتیگراد و حداقل دمای فریزر ۲۴-۱۸ درجه سانتیگراد زیر صفر باشد.
- ۱۱- برای ممانعت از فرسودگی یخچال و فریزرها باید از قرار دادن این وسایل در محیط گرم آشپزخانه جلوگیری نمود.
- ۱۲- جهت سرخ کردن مواد غذایی از روغن مخصوص سرخ‌کرن (*Frying Oil*) و برای بقیه مصارف از روغن مایع استفاده شود.
- ۱۳- استفاده از جوش شیرین در تولید مواد غذایی ممنوع است.
- ۱۴- جهت خرد کردن سبزی و گوشت از تخته‌های جداگانه استفاده گردد و استفاده از چرخ گوشت جهت خرد کردن سبزی ممنوع است.
- ۱۵- قبل از استفاده از کنسرو باید قوطی آن در حرارت غیرمستقیم بمدت ۱۵ دقیقه جوشانده شود.

- ۱۶- استفاده از ابزار مناسب مانند انبرک مخصوص و ... برای برداشتن مواد غذایی الزامیست .
- ۱۷- کلیه مواد غذایی قابل انجماد پروتئینی ، قبل از انتقال از ماشین حمل بار به اماکن موضوع این آئین نامه ، بایستی توسط بازرسین بهداشتی بازرینی شده و مجوز خرید روزانه آنها تأیید گردد.
- ۱۸- هیچگاه از آب سرد یا گرم جهت باز کردن یخ گوشت و فرآورده‌های گوشتی یخ زده استفاده نشود.
- ۱۹- سیخهای کباب پس از انجام کار شستشو ، سمباده یا اسکاج زده و پس از ضدعفونی و آبکشی، بطور عمودی در ظرف مخصوص قرار گیرد.
- ۲۰- از هیچ خوراک مانده‌ای برای وعده‌های بعدی استفاده نشود.
- ۲۱- نمک مصرفی باید از نوع نمک یددار باشد و در ظروف دربسته و دور از نور نگهداری شود. (از بکار بردن سنگ‌های نمکی خودداری شود) و بصورت دوره ای از نمونه های مختلف آزمایش ید بعمل آید .
- ۲۲- میوه و سبزیجات باید سالم و مناسب باشند بطور صحیح شسته و ضدعفونی، نگهداری و توزیع گردند.
- ۲۳- کلیه مواد غذایی نباید بیش از ۲ ساعت در دمای ۶۰-۴ درجه سانتی گراد قرار گیرند.
- ۲۴- از تماس دست، ظروف و سطوح آلوده، حشرات و مواد غذایی خام با غذای پخته جداً خودداری گردد.
- ۲۵- از مصرف هر گونه غذای نیم پخته خودداری گردد.
- ۲۶- کشک مایع پاستوریزه قبل از مصرف ۱۰-۲۰ دقیقه جوشانده شود.
- ۲۷- جهت نگهداری گوشت مورد مصرف برای ۳-۲ روز از بالاترین قسمت یخچال استفاده شود.

تجهیزات، لوازم و ابزار کار

- ۱- جعبه کمک‌های اولیه با وسایل مناسب و کافی در رستوران و آشپزخانه نصب گردد.
- ۲- وسایل اطفاء حریق به تعداد کافی و در محل‌های مناسب نصب گردد و در فواصل زمانی منظم و معین مورد بازرسی قرار گیرند.
- ۳- ظروف باید غیر پلاستیکی و از جنس شیشه‌ای یا استیل ضدزنگ باشد و فاقد هر گونه ترک خوردگی و لب پریدگی باشند.
- ۴- استفاده از ظروف و وسایل غیرمجاز نظیر مواد بازیافتی، چوبی، سربی و مسی (سفید شده یا نشده) طبق دستورالعمل و تشخیص کارشناس ممنوع می‌باشد.
- ۵- استفاده از روزنامه و کاغذهای بازیافتی ممنوع می‌باشد.
- ۶- وسایط حمل و نقل مواد غذایی، بهداشتی و آرایشی باید دارای مجوز بوده و وسیله باید شرایط مناسب جهت حمل و نقل این گونه مواد را داشته باشد.
- ۷- شستشوی ظروف باید توسط دستگاه‌های اتوماتیک کارآمد و یا در ظرفشویی‌های سه مرحله‌ای (شستشو با ماده ظرفشویی، ضدعفونی و آبکشی) صورت پذیرد.
- ۸- ظروف پس از شستشو باید در جا ظرفی مخصوص و بطور عمودی قرار داده شود تا در مجاورت هوا خشک گردد و از به کار بردن دستمال برای خشک کردن ظروف خودداری شود.
- ۹- ابزار و وسایلی که برای پوست کندن، مخلوط کردن و خرد کردن مواد غذایی بکار برده می‌شود نباید درز و شکاف داشته باشند تا از جمع شدن و فساد احتمالی مواد در آنها جلوگیری گردد. همچنین این وسایل باید به آسانی قابل جدا شدن از هم باشند تا بعد از اتمام کار، شستشو و خشک شوند. ضمناً فقط هنگام استفاده مجدد قطعات مونتاژ شوند.
- ۱۰- تخته مخصوص خرد کردن گوشت و سبزی باید بدون درز و ترک خوردگی باشد و پس از هر بار استفاده شستشو شده و سطح آن نمک پاشیده شود.
- ۱۱- مواد شوینده و پاک کننده مصرفی باید استاندارد بوده و دارای پروانه ساخت معتبر باشند.
- ۱۲- چرخ دستی، تریلی و خودروهای مجهز به سردخانه حمل مواد غذایی باید بعد از اتمام کار شستشو شود.
- ۱۳- کلیه یخچالها و فریزرها هفته‌ای یکبار برفک زدایی و با آب گرم و مواد شوینده شستشو داده شوند.
- ۱۴- باید اسفنجهای شستشوی ظروف بعد از پایان کار روزانه، شستشو و ضدعفونی شود.
- ۱۵- برای جاروها، تی و وسایل نظافتی دیگر باید محل مخصوص جهت نگهداری و شستشو در نظر گرفته شود.
- ۱۶- در نصب و استفاده از ابزارها شرایط ایمنی در نظر گرفته شود و در صورت بروز هر گونه حادثه برای کارگران در محیط کاری، مراتب باید به اطلاع مسئول بهداشت برسد تا اقدامات لازم صورت پذیرد.

کنترل حشرات ، جوندگان و حیوانات مزاحم

❁ حفظ و نگهداری مطلوب شرایط بهداشتی محل آشپزخانه، اجتناب از آلوده کردن و دفع مواد زائد در جلوگیری از هر گونه آلودگی بسیار اهمیت دارد.

❁ برنامه موثر و مداوم برای کنترل حشرات ، جوندگان و یا کرم ها در محل آشپزخانه باید تنظیم و بطور منظم به مورد اجرا گذارده شود.

❁ جهت جلوگیری از نفوذ کرم ها و سایر حشرات می توان از مواد شیمیایی که به این منظور در مصالح ساختمانی واحد تولیدی استفاده می شود کمک گرفت.

❁ آشپزخانه و محیط اطراف باید بطور مداوم از نظر وجود آلودگی ناشی از حشرات ، جوندگان و کرم ها توسط افراد آموزش دیده و با برنامه ریزی مناسب مورد بازبینی قرار گیرند.

❁ در صورت وجود آلودگی ، اقدامات ریشه کنی باید انجام گردد. هر گونه عملیات کنترل از قبیل استفاده از روش های شیمیایی ، فیزیکی و بیولوژیکی باید با برنامه ریزی مشخص و زمان بندی شده و فقط تحت نظارت افرادی که اطلاعات کافی از مخاطرات ناشی از استفاده از آن مواد برای سلامتی انسان دارند انجام گیرد. این مخاطرات ممکن است در اثر باقیمانده مواد شیمیایی در تجهیزات و مواد غذایی بوجود آید.

یادآوری : هر گونه عملیات ضد عفونی و مبارزه علیه حشرات ، جوندگان و حیوانات مزاحم باید در مواقعی انجام گیرد که پخت غذا خاتمه یافته است.

❁ استفاده از سموم باید فقط هنگامی که سایر روش های احتیاطی قابل اجرا نباشد صورت گیرد. پیش از استفاده از سموم باید مراقبت های لازم جهت محافظت کلیه مواد غذایی انجام شود و هر نوع ماده اولیه و در صورت امکان آن دسته از وسایلی که امکان انتقال آنها فراهم است، از انبارها و سالن ها تخلیه و پس از کاربرد سموم و پیش از استفاده مجدد از آنها کاملاً شستشو و گند زدایی گردند.

❁ روش کنترل جانوران و حیوانات مزاحم باید مستند شده و مسئول کنترل آن مشخص باشد و تمامی مواد مصرفی (آفت کش ها) و جونده کش ها برای کنترل جانوران مزاحم توسط مراجع ذیصلاح تایید شده باشد.

دستورالعمل نحوه شستشوی تخته های کار

کلیه پرسنل موظف هستند که پس از هر بار استفاده از تخته های گوشت و سبزی آن را به شرح مراحل ذیل شستشو و ضد عفونی نمایند:

۱- برای هر نوع ماده غذایی از یک تخته کار جداگانه استفاده شود.

۲- بلافاصله پس از اتمام کار خرده های باقیمانده مواد غذایی جمع آوری گردد.

۳- تخته کار با استفاده از آب و مایع ظرفشویی و برس مخصوص شستشوداده شود.

۴- سپس از محلول هایژن جهت ضد عفونی استفاده گردد. (بدین صورت که مایع هایژن به مقدار یک پنجم لیوان در ۵ لیتر آب حل گردد و به مدت ۲۰ دقیقه روی تخته باقی بماند)

۵- پس از اتمام مراحل فوق میز کار آب کشی گردد.

۶- لازم به ذکر است که در پایان هر روز پس از اجرای مراحل فوق سطح میز کار با نمک کاملاً پوشانده شود و تا صبح باقی بماند.

۷- شستشوی پایه و سطوح داخلی میز کار می بایست پس از هر بار استفاده صورت پذیرد.

نکات قابل توجه در فریز کردن گوشت

انتخاب گوشت - قدم اول

انتخاب صحیح گوشت قرمز، سفید و ماهی مهم‌ترین نکته برای حفظ کیفیت و ارزش غذایی آن در طول نگهداری در فریزر است. برای انتخاب صحیح، به این نکات دقت کنید:

☆ گوشت انتخاب شده، اعم از قرمز، سفید یا ماهی نباید زیاد به پاک‌کردن نیاز داشته باشد. چربی گوشت قرمز و سفید، باید حداقل باشد. کاهش مدت‌زمان خرید تا فریزکردن باعث می‌شود تا ماده غذایی با کیفیت بهتری وارد فریزر شود. بنابراین ماده غذایی ما نباید زیاد به پاک‌کردن نیاز داشته باشد تا بتوانیم آن را سریع‌تر فریز کنیم.

☆ مواد گوشتی پاک شده، بسته‌بندی شده اما یخ نزده به خرید مواد گوشتی بسته‌بندی نشده ترجیح دارند، هر چند قیمت آن بالاتر باشد. کیفیت مواد غذایی بسته‌بندی شده بالاتر از مواد غذایی بسته‌بندی نشده است.

☆ برای انتخاب انواع گوشت و ماهی باید به دقت به رنگ، بو و وضعیت ظاهری آن توجه کنیم. رنگ گوشت قرمز باید صورتی رنگ یا قرمز کم‌رنگ، بدون کبودی یا رگه‌های بنفش باشد. گوشت سفید هم باید صورتی - سفید باشد و هیچ‌گونه کبودی، زرد شدگی یا تغییر رنگی در آن دیده نشود. شفافیت فلس، چشم و پوست ماهی و سفت بودن گوشت آن، به ویژه در ناحیه شکم نشان‌دهنده سلامت ماهی است. اگر از انواع گوشت‌ها و ماهی بوی ترشیدگی، بوی شبیه به سرکه و بوی تند چربی به مشام برسد، نشان‌دهنده کیفیت نامناسب آن است.

☆ انتخاب گوشت با کیفیت باعث می‌شود کیفیت و ارزش غذایی آن در طول فریزکردن حفظ شود. هنگام پختن نیز مواد غذایی با کیفیت بهتر و سریع‌تر پخته می‌شوند. گوشت قرمز، سفید و ماهی نیاز به آنزیم‌بری ندارند. فریزکردن مواد غذایی گوشتی خود به خود باعث توقف فعالیت آنزیم‌های موجود در آنها شده و از طرفی فریزکردن باعث توقف فعالیت باکتری‌ها، کپک‌ها و

قارچ‌ها می‌شود. پاک کردن، شستن و سپس بسته‌بندی مناسب انواع گوشت و ماهی ۳ نکته مهم نگهداری مناسب مواد گوشتی در فریزر است.

بسته بندی - قدم دوم

☆ بعد از خرید، باید به دقت گوشت را تمیز کنیم. منظور از تمیز کردن، جدا کردن چربی‌های گوشت قرمز، جدا کردن پوست مرغ و درباره ماهی، تمیز کردن شکم و کندن فلس‌های آن است. ☆ مرحله بعدی شست‌وشو است. برای شستن باید از آب نیم گرم و سرد استفاده کرد تا به بافت و کیفیت مواد گوشتی آسیب نرسد.

☆ یک ربع تا ۲۰ دقیقه بعد از شست‌وشو باید صبر کنیم تا آب آنها کاملاً خالی شود (آب ناشی از شستن)

☆ مرحله بعدی تقسیم کردن است. بهتر است ماهی به صورت قطعه نشده و گوشت مرغ و ماهی به اندازه‌ای که در زمان پختن غذا به آن نیاز داریم، قطعه شوند. مثلاً گوشت‌های خورشی باید به همان اندازه مورد نیاز قطعه شوند. بهتر است مرغ به شکل قطعه شده برای کباب و جوجه کباب یا قیمة شده تقسیم نشود.

☆ برای بسته‌بندی، کیسه‌های پلاستیکی ضخیم، یا کیسه‌های ایجاد کننده خلاء استفاده کنیم. کیسه‌های ایجاد کننده خلاء کیسه‌هایی با در زپی هستند که با بستن در آنها هیچ هوایی داخل بسته نمی‌ماند. نبودن هوا باعث می‌شود تا کیفیت و ارزش غذایی ماده بهتر حفظ شود.

☆ اگر در حین بسته‌بندی کیسه به هر دلیل آسیب دید، لازم است آن را عوض کنیم. کیسه فریزر نباید هیچ گونه منفذی داشته باشد.

☆ قطعه‌ها را در هر بسته به تعداد نیاز برای هر بار مصرف بگذاریم؛ چون مواد غذایی فریز شده به هیچ وجه نباید دوباره به فریزر بازگردانده شوند.

☆ به هیچ وجه نباید بسته‌های گوشت قرمز، مرغ یا ماهی‌ای را که از سوپر مارکت‌ها می‌خریم، به همان شکل فریز کنیم. این بسته‌ها مناسب فریز کردن نیستند چون پوشش پلاستیکی روی آنها

بسیار نازک است و این باعث می‌شود تا رطوبت طبیعی ماده غذایی از بین برود. از طرفی مواد غذایی داخل این بسته‌ها شسته شده و بهداشتی نیست و باعث آلوده شدن فریزر می‌شوند و آلودگی آنها به مواد غذایی دیگر هم منتقل می‌شود.

تاریخ بنویسید

دقت در خرید، آماده سازی و بسته‌بندی مواد غذایی گوشتی و غذاهای دریایی به این معنی نیست که می‌توانیم آنها را به صورت نامحدود در فریزر نگه داریم. هر ماده غذایی را مدت مشخصی باید در فریزر نگهداری کرد تا کیفیت و ارزش غذایی آن از بین نرود. به این مدت مشخص، که برای هر ماده غذایی گوشتی متفاوت است، «مدت ماندگاری» می‌گویند. برای هر ماده غذایی فریزری بهترین زمان مصرف، حداکثر تا قبل از رسیدن به نصف زمان مورد نظر برای نگهداری آن در فریزر است. مثلاً مدت ماندگاری انواع ماهی‌های بدون چربی ۴ تا ۶ ماه است؛ که بهترین زمان مصرف آن ۳ ماه پس از تاریخ فریزکردن آن است. پس بهتر است هنگام بسته بندی مواد غذایی، روی آن برچسب تاریخ بچسبانید تا هنگام مصرف بدانید چقدر از زمان فریزکردن آن گذشته است.

دستورالعمل نحوه یخ زدایی مواد پروتئینی

جهت یخ زدایی مواد پروتئینی به روش زیر عمل نمایید:

۱- مواد پروتئینی باید بر اساس تاریخ لیبل بسته ها ، از سردخانه زیر صفر خارج شود. (حداقل ۴۸ ساعت قبل از مصرف)

۲- بسته های مواد پروتئینی را به سردخانه دیفراست منتقل نمایید.

۳- در سردخانه دیفراست یک عدد آبکش بزرگ را روی یک عدد پاتیل قرار دهید.

۴- مواد پروتئینی را به آبکش منتقل نمایید به نحوی که شیرابه حاصل از یخ زدایی از آبکش خارج شده و با ماده پروتئینی در تماس نباشد.

۵- درب آبکش را بپوشانید.

❁ از قرار دادن مواد پروتئینی در آب به منظور یخ زدایی جدا" بپرهیزید.

❁ از یخ زدایی مواد پروتئینی در خارج از محیط سردخانه جدا" خودداری نمایید.

❁ جهت آماده سازی مواد پروتئینی دیفراست شده ، از خارج کردن کل محموله بصورت همزمان از سردخانه خودداری نمایید.

دستورالعمل نحوه انتقال مواد پروتئینی به داخل سردخانه

- ۱- نظارت و تایید محموله های پروتئینی توسط کارشناسان تغذیه
- ۲- تخلیه مواد پروتئینی و توزین آن پس از تایید کارشناس تغذیه
- ۳- انتقال مواد پروتئینی به واحد آماده سازی
- ۴- شستشوی کامل و پاکسازی مواد پروتئینی آماده و تفکیک شده
- ۵- بسته بندی آن در ابعاد کوچک و نازک به نحوی که انجماد و یخ زدایی آن سریعتر صورت گیرد.
- ۶- لیبل گذاری در حضور کارشناسان تغذیه
- ۷- انتقال بسته های تایید شده به سردخانه زیر صفر و نگهداری در محل مناسب

دستورالعمل ضد عفونی کردن چاقوها

۱- پس از اتمام کار کلیه چاقوها را با آب گرم و مایع ظرفشویی شستشو نمایید.

۲- ۴۰ سی سی هایژن را در ۴ لیتر آب حل نمایید.

۳- چاقوها را به مدت ۲۰-۱۵ دقیقه در محلول هایژن قرار بدهید.

۴- بعد از گذشت این زمان ، چاقوها آبکشی و خشک گردد.

۵- پس از طی مراحل ذکر شده چاقوها به مسئول بهداشت تحویل و در یک ظرف دربدار تمیز و خشک جهت استفاده بعدی قرار گیرد.

استفاده از چاقوهای شیاردار و آسیب دیده ممنوع است

دستورالعمل نحوه استفاده از روغن

* جهت سرخ کردن مواد غذایی می بایست الزاما" از روغن مخصوص سرخ کردنی مایع استفاده گردد.

* از روغن مخصوص سرخ کردنی می توان حداکثر ۳-۴ بار با حرارت ملایم (در صورتیکه تغییر رنگ ندهد) استفاده نمود.

* به محض مشاهده تغییر رنگ روغن می بایست از روغن جدید جهت سرخ کردن استفاده نمود.

جهت دور ریختن روغن می بایست به روش زیر عمل نمود:

👉 ابتدا صبر کنید تا روغن خنک شود

👉 سپس روغن را در کیسه های زباله ضخیم تخلیه نموده و کیسه را محکم ببندید

👉 کیسه زباله را به مخزن زباله منتقل نمایید

👉 از تخلیه روغن در راه آنها جدا"خودداری نمایید

دستورالعمل شستشوی ظروف در ظرفشویخانه

- ۱- کلیه باقیمانده های غذایی بشقابها و سینی ها را بطور کامل در سطل زباله مخصوص دربار تخلیه نمایید
- ۲- چربی های باقیمانده در بشقاب ها یا سینی ها را بطور کامل گرفته و از ریختن آن داخل سینک ظرفشویی و یا فاضلاب خودداری نمایید
- ۳- از مایع ظرفشویی و اسکاچ تمیز و مناسب جهت شستن بشقاب و سینی و سایر ظروف استفاده نمایید
- ۴- ظروف شسته شده جهت آبکشی داخل سینک محتوی آب قرار داده شود تا کف آن گرفته شود
- ۵- شستشو و آبکشی نهایی ظروف را داخل سینک محتوی آب تمیز انجام داده سپس به منظور خشک شدن بر روی آبچکان قرار دهید
- ۶- ظروف خشک شده توسط پرسنل مربوطه جهت استفاده به میز نگهداری بشقاب و سینی منتقل گردد

دستور العمل شستشوی دیگ ها و... در اتاق دیگشوی آشپزخانه


۱- محتویات کلیه دیگها و کانتین ها و ...داخل سطل زباله دربار ریخته شده و از ریختن محتویات آنها به داخل راه آب فاضلاب جدا" خودداری گردد.


۲-چربی داخل ظروف بطور کامل گرفته شده و در کیسه زباله جمع آوری شود تا منجر به مسدود شدن فاضلاب نگردد.


۳-کلیه ظروف با اسکاج ضخیم و زبر و مایع ظرفشویی شسته شده به نحوی که هیچ نوع ماده غذایی به ظروف نچسبیده و به طور کامل داخل و اطراف آن تمیز گردد.

۴-در صورت سیاه شدن اطراف دیگها و ... با استفاده از سود بطور کامل شسته و تمیز گردد.


۵-ظروف شسته شده به محل نگهداری آنها منتقل شده و از چیدن ظروف شسته شده روی زمین جدا" خودداری شود.

از قرار دادن هر نوع ماده غذایی داخل اتاق دیگشوی و زیر دیگها و ظروف خودداری گردد. 

استفاده از سیم مخصوص ظرفشویی جهت شستشوی ظروفی مانند: دیگ ، پاتیل و هر گونه ظرف فلزی الزامی است. 

به نظافت کف ، دیوارها ، میزها ، قفسه ها و فاضلاب توجه ویژه گردد. 

دستورالعمل سه مرحله ای سالم سازی سبزیجات

ابتدا سبزیجات و میوه جات را بخوبی پاک کرده و سپس شستشو دهید تا مواد زائد و گل و لای آن برطرف شود. 

۱. سپس سبزی و میوه را در یک ظرف ۵ لیتری ریخته بازاء هر لیتر ۳ تا ۵ قطره مایع ظرفشویی معمولی به آن اضافه کرده و ظرف آن را از آب پر کرده آن قدر بهم بزنید تا تمام سبزی در داخل کفاب قرار گیرد. مدت ۵ دقیقه سبزی و میوه را در کفاب نگهدارید تا تخم انگل ها از آن جدا شوند. (انگل زدایی)

۲. سبزی انگل زدایی شده را از روی کفاب جمع آوری و کفاب را که تخم انگلها در ته آن هستند تخلیه کرده و ظروف و سبزی را مجدداً با آب سالم شستشو دهید تا باقیمانده مایع ظرفشویی از آنها جدا شود.

۳. برای ضد عفونی و از بین بردن میکروبها یک گرم (نصف قاشق چایخوری) پودر پرکلرینرا در ظرف ۵ لیتری پر از آب ریخته کاملاً حل نمایید و سبزی و میوه را به مدت ۵ دقیقه در محلول فوق قرار دهید و یا یک قاشق چایخوری هایژن (بنزو آلکونیوم کلراید) را در یک ظرف آب (در حدود ۴ لیتر) بریزید. سبزی را پس از شستن در آب تمیز مدت ۱۵ دقیقه در محلول آماده شده قرار دهید. (گند زدایی)

۴. سبزی و میوه گند زدایی شده را مجدداً با آب سالم بشویید تا باقیمانده مواد گندزدا از آن جدا شود و سپس مصرف نمایید.

دستورالعمل نحوه بخارپز کردن سبزیجات

✨ جهت بخارپز کردن سبزیجات به روش زیر عمل نمایید:

۱. ابتدا سبزیجات را بر حسب نوع آن ، طی مراحل مختلف اعلام شده ، شسته و ضد عفونی نمایید.

۲. یک پاتیل را تا حدود $\frac{1}{3}$ از آب پر نمایید.

۳. یک عدد آبکش را بصورت وارونه در ته پاتیل قرار دهید بطوریکه از سطح آب داخل پاتیل بالاتر باشد.

۴. سبزیجات آماده شده را درون آبکش ریخته و آن را روی آبکش وارونه قرار دهید به نحوی که سبزیجات با آب در تماس نباشند.

۵. درب پاتیل را بسته و شعله را روشن نمایید تا سبزیجات بر اثر بخار آب پخته شوند.

نکات قابل توجه جهت آماده سازی گوجه فرنگی

۱- گوجه فرنگی ها در خارج از آشپزخانه از صندوقهای چوبی به سبدهای پلاستیکی منتقل شود.

۲- جدا سازی گوجه فرنگی ها ، خارج از محوطه آشپزخانه انجام گردیده و گوجه های خراب و کرم خورده جدا و معدوم گردد.

۳- شستشوی گوجه فرنگی ها بصورت صحیح انجام شده و سپس گوجه فرنگی ها داخل آبکش قرار داده شود.

۴- بر حسب نیاز گوجه فرنگی به قسمت مورد استفاده منتقل گردد.

از چرخ نمودن گوجه فرنگی های کال ، خراب ، آفت زده و صدمه دیده جدا"

خودداری گردد.

نکات قابل توجه جهت آماده سازی سیب زمینی ، هویج و...

- ۱- سیب زمینی یا هویج می بایست بصورت کامل خارج از آشپزخانه شستشو و گل زدایی گردد.
- ۲- سیب زمینی یا هویج به دستگاه پوست کن منتقل شده و بوسیله دستگاه پوست آن جدا گردد.
- ۳- سطل پشت دستگاه پوست کن بعد از استفاده سریعاً تخلیه و بطور کامل شسته شود.
- ۴- قسمت‌های خراب یا سبز سیب زمینی و هویج ، قبل از خرد کردن و یا برش حتماً جدا گردد.
- ۵- جهت بخارپز کردن به قسمت مربوطه ارسال گردد.
- ۶- از قرار دادن سیب زمینی بدون پوست به مدت طولانی در مجاورت هوا و در آب جدا خودداری گردد.

دستور العمل استفاده از دستکش

نوع مصرف	نوع دستکش	زمان تعویض	توضیحات
آماده سازی مواد اولیه مثل شستشوی سبزیجات ، گوجه فرنگی و...	دستکش ظرفشویی	پس از خاتمه کار	دستکش ها را می بایست پس از مصرف با دترجنت و وایتکس شستشو داده جهت خشک شدن در مکان مناسب نگهداری نمایید
تهیه سالاد ، خردکردن خیار شور ، گوجه و پوست کندن پیاز ، چرخ کردن گوشت ، تهیه انواع کباب ، کوبیده ، برگ ، جوجه و...تهیه غذاهایی مثل کوفته و دلمه	دستکش لاتکس ضخیم	در طول انجام کار بدون وقفه و تا قبل از پاره شدن دستکش	در صورت آسیب دیدن دستکش ها تعویض آنها ضروری می باشد. استفاده از دستکش فقط برای تهیه مواد غذایی بوده و هنگام پوشیدن دستکش می بایست از دست زدن به انواع ظروف مخصوص آشپزخانه ، خوردن ، آشامیدن و ... پرهیز گردد. در صورت تغییر نوع کار ، دستکش ها می بایست تعویض گردد.
سرو غذا اعم از برنج ، خورش ، خوراک و دلمه ، کوفته و ... و کلیه کنار غذاها	دستکش لاتکس ضخیم	در طول انجام کار بدون وقفه و تا قبل از پاره شدن دستکش	استفاده از دستکش فقط برای تهیه مواد غذایی بوده و هنگام پوشیدن دستکش می بایست از دست زدن به انواع ظروف مخصوص آشپزخانه ، خوردن ، آشامیدن و... پرهیز گردد.
نظافت کف و سطوح و سایر امور نظافتی	دستکش مشکی نظافتی	پس از خاتمه کار	دستکش ها را می بایست پس از مصرف با دترجنت و وایتکس شستشو داده جهت خشک شدن در مکان مناسب نگهداری نمایید
چیدن وسایل و مواد غذایی در انبار	دستکش یکبار مصرف	هر یک ساعت یکبار	
آماده سازی مرغ ، گوشت خام و ماهی خام	دستکش لاتکس	در طول انجام کار بدون وقفه و تا قبل از پاره شدن دستکش	در صورت آسیب دیدن دستکش ها تعویض آنها ضروری می باشد. استفاده از دستکش فقط برای تهیه مواد غذایی بوده و هنگام پوشیدن دستکش می بایست از دست زدن به انواع ظروف مخصوص آشپزخانه ، خوردن ، آشامیدن و ... پرهیز گردد. در صورت تغییر نوع کار ، دستکش ها می بایست تعویض گردد.

روش های تشخیص ماهی تازه از ماهی فاسد

علائم ظاهری	خصوصیات ماهی تازه	خصوصیات ماهی مانده	خصوصیات ماهی فاسد
جلا	ظاهری درخشانده و شفاف	بدون درخشندگی	فاقد درخشندگی ، کدر و تیره
آبشش	قرمز،روشن،عاری از مواد لزج	بیرنگ،آبشش به راحتی کنده میشود	قهوه ای تیره،مملو از مواد لزج
چشم	شفاف،روشن و درخشان	کدر و فرو رفته	چشم ها کاملا" گود افتاده
سر پوشش آبششی	کاملا برجسته و بسته	باز و بلند شده	کاملا" باز
فلس ها	براق ،محکم به بدن چسبیده	کدر و به راحتی از پوست جدا میشود	نرم و به راحتی کنده میشود
بو	طبیعی و عاری از بوی گندیدگی	بوی زننده	بوی گندیدگی غیر طبیعی
دهان	بسته است	باز است	باز است
دیواره شکمی	محکم و دارای قابلیت ارتجاعی	به حالت خوابیده درآمده	شکم خمیری شکل براحتی پاره میشود
خون	خون محوطه شکم روشن و بدون بو	خون تیره، کمی بوی غیر طبیعی دارد	قهوه ای رنگ با بوی تعفن
غوطه وری	در آب فرو می رود	شناور در آب	پلاسیده،پژمرده،شناور در آب
عضلات	محکم و ارتجاعی،اتصال به استخوان محکم،اثر انگشت روی عضله نمی ماند	عضلات نرم و به آسانی از استخوان جدا می شود،اثر انگشت می ماند	پلاسیده و پژمرده و شل،در اثر فشار انگشت فرورفتگی ایجاد می شود

نکات قابل توجه در نحوه نگهداری صحیح و نظافت یخچال

- ❖ درجه سرمای یخچال را روزانه کنترل کنید تا همواره بین صفر تا ۴ درجه باشد.
- ❖ از قرار دادن مواد غذایی گرم و بیش از حد ظرفیت در داخل یخچال خودداری نمایید.
- ❖ قبل از گذاشتن سبزی و میوه در یخچال آن را تمیز بشویید.
- ❖ میوه جات و سبزی جات کپک زده موجب آلودگی یخچال می شود لذا در صورت مشاهده آنها را خارج نموده و یخچال آلوده را ضد عفونی نمایید.
- ❖ روی غذای خام و نیم پخته را بپوشانید یا آنها را بسته بندی و در قسمت پایین مواد غذایی پخته شده نگهداری نمایید.
- ❖ یخچال و فریزر را نزدیک اجاق گاز یا منبع حرارتی دیگر قرار ندهید.
- ❖ باز ماندن درب یخچال برای مدت طولانی و خرابی لاستیک دور درب یخچال در افزایش دما موثر است.
- ❖ تمیز کردن مرتب کف و سطوح داخلی یخچال با دستمال تمیز و محلول رقیق جوش شیرین توصیه می شود.

روش صحیح نگهداری نان

- ❖ چیدن نان های داغ بر روی هم کپک زدگی را تسریع ، فساد زدگی را تسهیل و ضایعات نان را تشدید می کند.
- ❖ قبل از سرد شدن کامل نان ها ، آنها را دسته نکنید. نان سرد شده را نیز در پلاستیک در بسته بگذارید.
- ❖ حرارت نان باعث کپک زدگی زودرس آن می گردد ، از دسته کردن نان داغ جدا" بپرهیزید.
- ❖ انباشته شدن نان داغ قبل از سرد شدن ، باعث تغییر حالت ظاهری ،بیات شدگی زودرس ، تسریع در کپک زدگی ، تشدید ضایعات و ایجاد بیماری گوارشی می گردد.
- ❖ در برنامه غذایی بیمارستان نان سبوس دار وارد نمایند که ارزش غذایی بیشتری نسبت به نان های سفید و روشن دارد.
- ❖ نان در نایلون تمیز یا محافظ مناسب دیگری قرار گیرد تا هنگام حمل به آشپزخانه آلوده نگردد.

شرایط بهداشتی لازم وسایل و محل جهت تهیه گوشت چرخ کرده

👉 سالن یا اطاق جداگانه با فضای مناسب کار بر حسب میزان گوشت در نظر گرفته شود.

👉 دیوارها حداقل تا ارتفاع ۲ متر قابل شستشو و ضدعفونی باشند.

👉 سالن از لوله کشی آب گرم و سرد بهداشتی و زه کشی مناسب و کف شور برخوردار باشد.

👉 اطاق عملیات بایستی دما مناسب حداکثر 12°C داشته باشد.

👉 سالن عملیات بایستی دارای نور کافی و مناسب باشد.

👉 وسایل مورد استفاده از قبیل چرخ گوشت ، میز کار و... از جنس زنگ نزن (استیل) و قابل شستشو و

ضدعفونی باشند.

👉 هنگام کار بایستی کارگران و... ضوابط بهداشتی را کاملاً رعایت نموده و از روپوش ، کلاه ، دستکش و

ماسک استفاده نمایند.

👉 ارجح است که سالن عملیات مجهز به لامپ U.V باشد.

