Food Handlers Study Sheet مناولي الطعام الامن

ملاحظات تذكيرية

من دائرة الصحة في مقاطعة لانكستر - لنكولن

تحضير طعام ذات جودة عالية يتطلب عناية فائقة من وقت استلام الأكل الى وقت تقديم الطعام للضيوف. إتباع هذه الاجرائات يسهم في حفظ أمان الطعام. دراسة هذه المعلومات سوف تعد العاملون في مجال الطعام لإمتحان حصص مناولي الطعام.

الأمراض الناتجة عن الطعام

تلوث الطعام أو تكاثر الباكتريا في الطعام يتسبب في الأمراض الناتجة عن الطعام. اتبع القواعد الآتية لمنع تلوث الطعام و نمو البكتيريا.

الطعام المعرض للمخاطر

الحليب أو المنتجات اللبنية و لحم البقر و الدواجن و السمك و البيض أو منتجات البيض و لحم الخنزير و لحم الضان أو الخروف و السمك الصدفي و الخضار المطبوخ و أطعمة بروتين الصويا و الكرنب الصغير و البطيخ المقطع و الأرز المطبوخ والثوم في الزيت.
هذه الأطعمة تدعم النمو السريع للكائنات الحية المجهرية إذا حفظت بين ٤١ و ١٣٥ درجة فهرنهايتية.

مرحلة التسليم

١. تقديم الأطعمة بسرعة خلال عملية التسليم.
٢. افحص درجة حرارة الطعام.

مرحلة التخزين

١. حافظ على درجات حرارة مناسبة وموحدة في البرادات (٤١درجة فهرنهايتية أو أقل).
٢. حول المخزونات – استخدم اول تاريخ للخزن واول تاريخ للتسليم.
٣. استخدم أوعية مناسبة للتخزين.
٤. التاشير على جميع أوعية الطعام ، او كتابة المحتويات و التاريخ عليها.
٥.يحفظ الطعام و أوعية الطعام ٦ بوصات فوق الأرضية.

مرحلة ما قبل التحضير

١. غسل اليدين و جميع أدوات الطعام قبل و بعد الطهي.
٢. عدم استخدام الأدوات التي لامست الأطعمة الميالة للمخاطرأكثر من مرة واحدة بدون غسلها و تطهيرها.
٣. استخدم طرق تذويب سليمة: الثلاجة أوالميكرويف أو تحت مياه جاريه باردة أوالتذويب أثناء الطهي.
٤. قلل من الوقت اللذي يتعرض فيه الطعام إلى درجات حرارة الخطر ، بين ٤١ و ١٣٥ درجة فهرنهايتية.

درجات حرارة الطهي لمدة ١٥ ثانية أو أكثر

١. ١٦٥ درجة فهرناتية (٩,٧٣ درجة مئوية) – الدواجن ، السمك المحشي ، اللحوم المحشية ، المعكرونة المحشية ، أو حشوة تحتوي علىاللحم.
٢,١٥٥ درجة فهرناتية (٦٨ درجة مئوية) – لحم بقر مفروم أو لحم خنزير مفروم ، سمك مقطع أو لحوم مقطعة ، لحوم محقونة ، السجق ،
٣. ١٤٥ درجة فهرناتية (٦٣ درجة مئوية) – البيض المطبوخ الجاهز للطلب ، سمك ، سطح شريحة اللحم (الستيك).

ملاحظة: عند طهو جميع أنواع الأطعمة أعلاه بالميكرويف ارفع درجة الحرارة إلى ١٦٥ درجة فهرنهايتية لمدة ١٥ ثانية. غطي الوعاء و دره ، و أمزج المحتويات خلال نصف دورة الطهي. بعد إتمام تسخين الطعام تحقق من درجة الحرارة ، و قدم الطعام بعد دقيقتين.

مرحلة التبريد

١. برّد الطعام من ١٣٥ إلى ٧٠ درجة فهرنهايتية أو أقل في خلال أقل من ساعتين. ثما برّده إلى ٤١ درجة فهرناتية في خلال ٤ ساعات إضافية. استخدم إحدى الوسائل التالية للتبريد.
٢. تقطيع قطع اللحم الكبيرة إلى قطع أصغر.
٣. استخدام ماء بالثلج لتبريد الطعام بسرعة.
٤. المقالي الضحل تسرع عملية التبريد. لا تصب أكثر من بوصتان من الأطعمة السميكة. و لا تصب أكثر من ثلاثة بوصات من الأطعمة الرهيفة كشوربة الدجاج.

تخزين الطعام البارد

١. غطي و أكتب التاريخ و المحتويات.
٢. ضع الأطعمة المطبوخة فوق الأطعمة الغير مطبوخة في الثلاجة.
٣. الطعام الميال للمخاطر المثلج و الجاهز للأكل و اللذي تم إعداده لمدة ٢٤ ساعة أو أكثر يجب كتابة تاريخ الإعداد على وعائه ، و أيضاً يجب أن يأكل في خلال ٧ أيام إذا خزن في درجة حرارة تساوي ٤١ درجة فهرنهايتية أو أقل ، أو في خلال ٤أيام إذا خزن في درجة حرارة تساوي ٤١ درجة فهرنهايتية إلى ٤٥ درجة فهرنهايتية.
٤. الأطعمة التجارية الجاهزة يجب أن تُعلّم بالتاريخ اللذي فتح فيه العلبة.
٥. استخدم أو تخلّص من الطعام في خلال ٤أيام إذا خزن في درجة حرارة بين ٤١ درجة فهرنهايتية و٤٥ درجة فهرنهايتية ، أو في خلال ٧ أيام إذا خزن في درجة حرارة تساوي ٤١ درجة فهرناتية أو أقل. الأغذية المغلفة أو الجاهزة يجب أن تستخدم قبل تاريخ الإنتهاء/الصلاحية.

إعادة تسخين الأطعمة اللتي أعدت سابقاً و بُردت

١. اعيد تسخين الطعام إلى ١٦٥ درجة فهرنهايتية (٩,٧٣ درجة مئوية) في خلال ساعتين.
٢. لا تستخدم نفس أدوات الطعام لإعادة تسخين الطعام أبداً.
٣. لا تمزج الأطعمة الغير مطبوخة مع الطعام المطبوخ أو الأطعمة الجديدة مع الأطعمة القديمة.
٤. لا تعيد استخدام بقايا الطعام أكثر من مرةٍ واحدة.

تحدي العاملون في مجال الطعام

١.حفظ الأطعمة الباردة في درجة حرارة أقل من ٤١ درجة فهرنهايتية.
٢. احفظ الأطعمة الساخنة في درجة حرارة أعلى من ١٣٥ درجة فهرنهايتية.
٣. استخدام قاعدة ال ٢٠ ثانية عند غسل اليدين.
٤. غسل اليدين بعد الأكل و الشراب و التدخين و استخدام الحمام واستخدام الأدوات الوسخة و لمس القمامة و لمس الطعام الني و لمس عضو من أعضاء جسمك و العطس أو السعال.
٥. قياس درجة الحرارة بإستمرار للتقليل من تعريض الطعام لمنطقة الخطر.
٦. إذا مرضت يرجى البقاء في المنزل.
٧. يجب تغطية الجروح و القروح بضمادات و قفازلا يعاد استخدامه أكثر من مرةٍ واحدة.

التطهير

١. اتباع التعليمات المذكورة في ملصقات علب المواد الكيميائية لأجل الاستخدام السليم.
٢. جميع علب المواد الكيميائية يجب أن تكون مؤشرعليها.
٣. تحفظ قطع أقمشة المسح في سائل تطهير بين الاستخدام.
٤. غسالة الصحون الآلية: غسل ، شطف ، دورة الشطف النهائية التي تطهر بمادة كيميائية أو ماء ساخن ١٨٠ درجة فهرنهايتية.
٥. تطهير الصحون يدوياً بمنظف ماء غسيل ساخن و ماء تشطيف ساخن و صافي و سائل تطهير ساخن بتركيز كيميائي صحيح لمدة ٣٠ ثانية أو ماء ساخن – ١٧١ درجة فهرنهايتية لمدة ٣٠ ثانية.
٦.يجب تجفيف جميع الآواني بعد التطهير اليدوي أو الالي بتعريضها للهواء قبل التخزين.
٧. المواد الكيميائية الأكثر شيوعاً في التطهير هي الكلورين و اليود و الامونيوم الرباعية. التركيزات المناسبة لكل من المواد المطهرة تشمل: الكلورين ٥٠ جزء في المليون ، و اليود ٥،١٢ جزء في المليون ، و الامونيوم الرباعية ٢٠٠ جزء في المليون.
٨. استخدام شريحة اختبار التركيز الكيميائي لقياس تركيز المطهر الكيميائي.
٩. فحص درجة حرارة الماء و التركيز الكيميائي باستمرار.
O .اتباع التعليمات في ملصقة العلبة لطريقة استخدام المواد الكيميائية الصحيحة.