

# 食品安全是 你的職責



## 食品安全指南

Food Safety is Your Business  
A GUIDE FOR FOOD BUSINESSES



**ACT**  
Government  
Health

健康保障服務部  
澳大利亞首都領地政府  
健康指導委員會



# 目錄

<b>免責聲明</b> .....	<b>2</b>
<b>簡介</b> .....	<b>3</b>
這本指南供誰使用？	4
何謂‘安全’食品？	4
<b>食品安全准則與做法</b> .....	<b>6</b>
個人健康和衛生	7
溫度控制	10
使用時間加以控制	14
保護食品免遭污染	15
如何維護食品場所與設備	21
控制蟲害	25
<b>食品安全知識與技能</b> .....	<b>27</b>
食品處理者需要哪些知識與技能？	27
我的員工是否具備食品安全知識與技能？	27
培訓選擇	28
<b>在哪裡可找到更多信息</b> .....	<b>29</b>
<b>術語表</b> .....	<b>30</b>
<b>附錄 1：食品衛生</b> .....	<b>33</b>
<b>附錄 2：知識與技能清單</b> .....	<b>35</b>
<b>附錄 3：培訓記錄</b> .....	<b>41</b>

## 免責聲明

這本《食品安全是你的職責》指南將幫助食品企業管理者和員工瞭解食品安全做法與程序。

食品企業必須遵守首都領地的所有相關法律要求。但這本指南並不包括《2001年食品法》、《2002年食品條例》或《澳大利亞新西蘭食品標準法》的所有要求。因為所提供的信息並不是法律建議，用戶必須自行判斷。任何法律建議都應該由有資格的律師提供。

本指南可能包含錯誤，而且指南中的信息可能會隨時更改。指南中給出的網址和法規鏈接在印刷時是準確的。如果用戶打算以任何方式使用這些鏈接，應該查看官方文件。

首都領地政府對就本指南信息而採取的任何行動不承擔任何責任。首都領地政府對使用本指南而產生的任何損害不負法律責任。首都領地政府不保證本指南中提到的網站中信息的準確性，也不保證非首都領地政府管理的網站的任何信息的準確性。

在第30頁術語表中定義的詞語在正文中首次出現時標記為**桔紅色**。

由首都領地政府健康指導委員會出版。

出版號碼: 12/0796

Health Protection Service

Locked Bag 5005

Weston Creek ACT 2611

電話: (02) 6205 1700 傳真: (02) 6205 1705

電子郵件: [hps@act.gov.au](mailto:hps@act.gov.au)

---

# 簡介

---

所有首都領地出售的食品必須是可以供人安全食用的。為確保食品是安全的，所有**食品處理者**都必須知道如何保持食品安全，而且在任何時候都要在工作中運用食品安全技能。

本指南是為食品處理者製作的，讓他們對以下方面有一個基本的瞭解：

- 個人健康與衛生做法；
- 食品安全做法與程序；
- **溫度控制**；
- 食品**污染**；
- 清潔與消毒；
- 食品製作場所和設備；
- 蟲害控制管理。

在這本指南中，‘食品處理者’指在食品企業工作的任何人，包括管理者、主管和員工。

這本指南是依據《2001年食品法》（《食品法》）《2002年食品條例》（《食品條例》）以及《澳大利亞新西蘭食品標準法》（《食品標準法》）製作的。本指南只是一般性總結，並不包括所有要求。食品企業的管理者應該閱讀《食品法》、《食品條例》和《食品標準法》，確保他們的企業遵守法律的要求。不遵守是一種違法行為。

首都領地政府健康保障服務部監督遵守《食品法》、《食品條例》和《食品標準法》的情況。健康保障服務部與企業攜手合作，在首都領地改善和保持高水平的食品安全水準。

這本指南並未包括對食品場所的設計和建造要求、設備和食品車輛要求等。請聯繫健康保障服務部獲得幫助瞭解這些要求。請查看第29頁的聯絡方式。

---

## 這本指南供誰使用？

---

這本指南供在首都領地製作和出售食品的企業中進行管理和工作的所有人員。

食品企業包括：

- 咖啡館和餐館；
- 外賣店；
- 在自己的場所或顧客場所提供食品的餐飲服務企業；
- 超級市場和小吃店；
- 銷售制好沙津的水果蔬菜店；
- 肉店和禽肉零售店；
- 市場小攤。

---

## 何謂‘安全’食品？

---

‘安全食品’是不會給食用者造成疾病或其他身體傷害的食品。安全食品不包含會導致疾病的**細菌**、毒素（細菌或黴菌中的毒物）、化學品或異物。

**在保存、展示或運輸很容易變為不安全的食品（稱為‘潛在危險食品’）時，你必須確保食品保存在 5°C 或以下這樣冷的溫度，或 60°C 或以上這樣熱的溫度。**保持食品處於冷或熱的狀態以保持食品安全的做法稱為‘**溫度控制**’。

多數包裝食品均標明‘在此日期前最佳’或‘在此日期前使用’。

- ‘在此日期前最佳’指在此之後食品的質量可能變壞。
- ‘在此日期前使用’指食品可能安全食用的最後日期。不得銷售或在烹調中使用已經過了‘在此日期前使用’日期的食品，因為這種過期食品可能導致疾病。

---

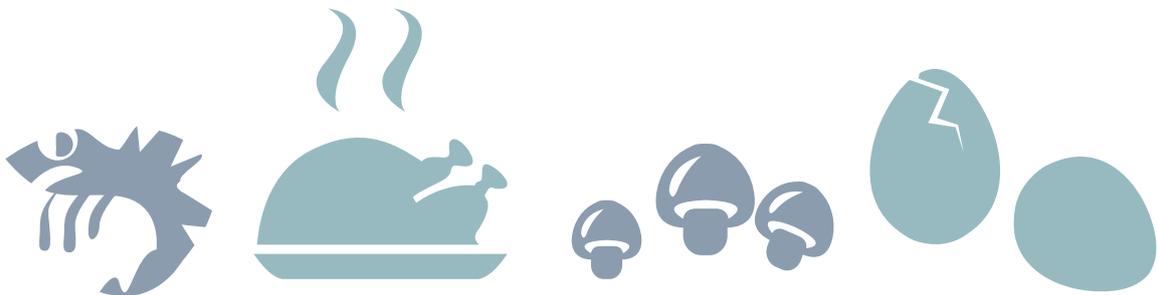
## 不安全食品

---

不能出售的不安全食品包括：

- 損壞、腐爛或陳舊食品；
- 沒有以正確溫度存放的食品；
- 含有異物或化學品的食品；
- 有毒食品（如某些蘑菇）；
- 接觸了蟲害的食品；
- 不符合《食品標準法》的食品，例如破殼或者外殼很髒的雞蛋。

如果你認為食品是不安全的，要將食品扔掉。



# 食品安全準則與做法

所有食品處理者必須具備與工作相關的食品安全技能和知識，而且必須遵守食品安全準則。

為保持食品安全，你必須：

- 正確洗手；
- 遵照良好的個人健康和衛生做法；
- 控制食品的溫度（熱的食品保存在60°C或以上，冷的食品保存在5°C或以下）；
- 保護食品免遭污染；
- 保持食品場所清潔；
- 清潔並**消毒**設備和器具；
- 維持設備良好狀況；
- 保持食品場所的良好狀況，也就是說，一定不能有損壞；
- 保持食品場所沒有蟲害。



---

## 個人健康與衛生

---

人是食物中毒最常見的細菌來源。人體的排泄物、皮膚、鼻子、唾液、切口和瘡口中都存在細菌。人可能會在不知情的情況下攜帶或傳播這些細菌。細菌可以從不乾淨的表面、不乾淨的手、不乾淨的設備和其他食品中傳播到食物上。細菌可能導致**食物中毒**，這可能是很嚴重的疾病，並可能造成死亡。

食品處理者要尤為小心。他們的手可能會直接污染：

- 食品；
- 製作食品的設備；
- 包裝；
- 顧客使用的飲食器具。

---

## 洗手

---

洗手非常重要，必須正確完成。你必須：

- **在指定的洗手盆**中洗手。
- 用溫水、肥皂或其他清潔劑徹底清洗雙手——不要在水盆中洗手。
- 使用一次性紙巾徹底擦乾雙手。

不要在用於清洗設備或食品的水槽中洗手。

食品處理者不能清潔廁所。廁所應該由不處理食品的人完成。

---

## 食品處理者的個人衛生

---

- 在任何你認為手已被污染的情況下洗手並擦乾雙手。
- 防止身體上的任何東西污染食品。
- 不要坐在製作食品的檯面上。
- 不要將個人物品放在檯面上。
- 用防水沙布或一次手套包好裸露的瘡口。定期洗手及更換手套。
- 穿著乾淨的外衣。如果圍裙或其他衣服髒了要進行更換。
- 如果打噴嚏或咳嗽不可避免，要用紙巾蓋住鼻子和嘴巴，並立即將紙巾扔進垃圾桶，然後洗手並擦乾雙手。

- 絕對不要用嘴吹開包裝袋把食品放進去。
- 絕對不要因任何理由在食品上吹氣。
- 不要在食品處理區吐痰、吸煙或使用煙草。
- 只在食品製作區以外吃東西。

---

## 管理者的健康與衛生

---

- 提供洗手設施，配有溫水、肥皂和一次性紙巾，且只能用於洗手。
- 確保洗手盆始終是可以使用的。
- 告知員工健康與衛生責任。
- 告知員工如果出現以下情況，你期望他們做什麼：
  - » 有食物傳播疾病的症狀；
  - » 知道患有食物傳播疾病或攜帶食物傳播疾病病毒；
  - » 割口或瘡口感染。
- 確保所有職員知道和理解他們的個人健康和衛生職責。
- 確保員工遵從個人健康與衛生做法。
- 提供一個與食品分開的地方供員工存放個人物品和衣物。
- 確保職員不在食品區吐痰、吸煙或使用煙草。
- 進行疾病登記，記載員工患病情況。
- 不允許顧客進入食品區。
- 不允許寵物或其他動物進入食品區，但注意，允許**協助性動物**進入客戶可以進入的區域。

---

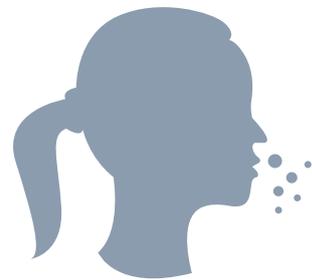
## 應對食物傳播疾病

---

食品處理者如生病則不能工作，應該呆在家裡。如果食品處理者生病，他們可能會污染食品或設備。患腹瀉或嘔吐的人更可能傳播細菌。

如果食品處理者覺得不舒服，應該告訴主管，即使他們不確定原因是什麼。如果他們有腹瀉、嘔吐、發燒或喉嚨痛，就尤為重要。

如果食品處理者皮膚潰瘍、傷口感染、或耳、鼻、眼有分泌物，必須告訴主管。



## 溫度控制

必須確保潛在危險食品的溫度始終得到控制。

可能含有造成食物中毒的細菌並促進細菌生長的食物被稱為‘潛在危險食品’。這些食品的溫度必須加以控制，確保細菌在食品中不會達到危險水平或在食品中形成毒素(毒物)導致食物中毒。

潛在危險食品的例子有：

- 生肉和熟肉；
- 熟食，如斯特拉斯堡香腸、火腿和雞肉卷；
- 乳製品和用奶製品製作的甜點，例如乾酪餅和奶油餡餅；
- 海產品；
- 加工過的水果和蔬菜；
- 煮熟的大米和意大利面；
- 含蛋食品。

造成食物中毒的多數細菌都是在5°C至60°C之間在潛在危險食品中生長。這個溫度範圍被稱為‘**溫度危險區**’。

某些種類的細菌在低溫也會生長，如冰箱或冷房內。為了防止細菌生長到可能導致疾病的水平，儲存在5°C的潛在危險食品不能保存超過7天。

細菌不會在冷凍食品中生長。凍結不會破壞細菌，在食品解凍時細菌將快速生長。應該參考食品生產商在食品標籤上提供的保存建議，這是食品應該如何保存的有用指導。

如果以某種方式改變食品，則本身不是潛在危險食品的食品可能會變為有危險的食品。

例如蛋糊粉，因為太乾燥細菌不會生長而不是潛在危險食品。但是蛋糊粉加入牛奶後很可能變為潛在危險食品。

多數未加工的整個水果和蔬菜不是潛在危險食品，因為造成食物中毒的細菌無法生長。但是，當這些蔬菜和水果切開以後，細菌就可能在切削表面生長，因此加工過的蔬菜和水果應該冷藏。

---

## 溫度控制

---

溫度控制是利用溫度來保護食品的安全，儘量減少細菌滋生。這意味著冷藏食品要在5°C或以下保存，熱的食品要在60°C或以上保存。

如果你製作或銷售潛在危險食品，你必須有溫度計檢查食品的溫度。溫度計必須是食品等級的溫度計，準確率達到正負1°C。溫度計必須有一個探針，可以測量到食品內部的溫度。食品企業必須有溫度計，而且必須在每次使用前進行清潔和消毒。這很重要，因為這樣做可以防止一種食品污染到另一種食品。

---

## 冷藏的潛在危險食品

---

- 定期監測冷房和冰箱的溫度，確保溫度保持在0°C 和 5°C 之間。
- 記錄溫度檢查的結果、日期和時間。
- 隨機檢查食品，確保冷藏食品是5°C或以下，冷凍食品凍得堅硬。
- 不要將潛在危險食品在室溫存放，要冷藏。
- 保持溫度，在不用時將蓋子蓋回去，或關上展示櫃的門。

---

## 熱的潛在危險食品

---

- 定期監測熱展示櫃、熱烤架和雙層蒸鍋，確保食品溫度保持在60°C或以上。
- 記錄溫度檢查結果。
- 攪動液體食品確保溫度一致。
- 自助餐上菜時要蓋好蓋子保持溫度。
- 將食品加熱到60°C或以上然後再放在熱展示櫃裡。

---

## 接收、保存、展示和運輸潛在危險食品

---

在接收潛在危險食品時，只有當食品處於5°C或以下，或60°C 或以上時才能接收。

- 食品到達時測量並記錄食品的溫度。
- 食品離開食品場所時測量並記錄食品的溫度，例如在運送到另一地點前。

---

## 製作和處理潛在危險食品

---

很製作潛在危險食品時細菌可能會生長。監測食品在室溫存放的時間，盡可能縮短時間。

在解凍時細菌可能會在食品中生長。

- 只有在需要時才將潛在危險食品從冰箱中取出來。
- 供應食品或食品製作好後立即放回冰箱裡。
- 用微波爐、冰箱或冷房解凍潛在危險食品。
- 在烹製之前要將食品完全解凍。
- 不要重新冷凍已解凍的或部分解凍的食品。

---

## 烹製潛在危險食品

---

- 烹製食品時，如肉類和雞肉，內部要達到 75°C 或更高。
- 使用探針溫度計檢查內部溫度。
- 整塊的肉，例如烤大塊肉和牛排可以做成半熟。
- 雞肉和肉碎菜肴必須從裡到外都燒熟。

---

## 冷卻煮熟的潛在危險食品

---

冷卻煮熟的潛在危險食品時，必須使食品變涼：

- 從 60°C 到 21°C 不超過 2 小時；
- 從 21°C 到 5°C 不超過 4 小時；

如果煮熟的食品要在變冷後供應給顧客，必須快速地使它變冷，然後在 5°C 或以下保存。

- 允許熱的食物稍微變冷一些（大約 20 分鐘），然後冷藏。
- 檢查燒熟的食品在所要求的時間內冷卻。如果需要更長時間才會冷卻：
  - » 將量較大的燉菜和其他湯水多的菜分成小份，放在淺盤內。
- 將烤肉切成薄片放到淺盤中。

---

## 再次加熱已煮熟並冷卻的潛在危險食品

---

如果重新加熱以前燒熟的冷卻食品，你必將食品重新加熱至 60°C 或以上。

食品必須快速重新加熱，因為細菌可能在重新加熱時生長。

如果重新加熱食品以供應給顧客，或在熱自助餐廳展示，則必須快速加熱到至少 60°C。在供應前將食品保持在 60°C 或更高的溫度。

不要使用雙層蒸鍋重新加熱食品。重新加熱食品，然後再放入雙層蒸鍋中。

- 將食品重新加熱到 60°C 或以上以防止細菌成長。
- 快速重新加熱食品。少量能夠更迅速地加熱。
- 食品只能重新加熱一次。

---

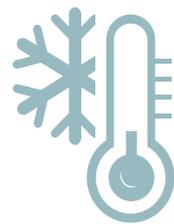
## ⌚ 利用時間加以控制

---

有時，在5°C 以下或60°C以上保存食品可能不可行。比如婚禮自助餐和會議午餐。除非在處理時被污染了，否則食品在短暫的時間裡是安全的。

潛在危險食品在5°C - 60°C這一溫度危險區存放最長時間是 4 個小時。4 小時以後，任何剩餘的食品都必須扔掉。4 小時必須包括食品處在5°C 和 60°C 之間的任何時間，包括處理、製作和加工時間以及處理之後的時間、運輸時間、及自助餐的佈置時間。

如果你想在5°C和60°C之間展示或保存潛在危險食品，而之後要冷藏，則你不能讓食品在5°C和60°C之間的時間超過2小時。



---

# 保護食品免遭污染

---

你必須始終保護食品免遭污染。

**污染食品**指包含細菌、化學品、異物或其他物質使之食用起來不安全的食品。

我們的排泄物、皮膚、鼻子、唾液、切口和瘡口中存在細菌。食品處理者可能在不知道的情況下攜帶和傳播這些細菌。細菌可能導致食物中毒，這可能非常嚴重，甚至可能導致死亡。

細菌可以從不乾淨的表面、不乾淨的手、不乾淨設備和其他食品被傳播到食品中去。生肉和禽肉上也有細菌。細菌可以通過污染的表面和食品處理者傳播到食物上。

像老鼠、蟑螂和其他昆蟲這樣的蟲害會將細菌從周圍環境和不乾淨的表面傳播到食品。

我們的手、嘴或食物可能會將人身上的病毒傳播到食品接觸表面上，造成食物中毒。病毒不會在食品中成長，但是吃下去之後可能導致疾病。病毒可以在食品中、在食品製作表面上存活若干天。

如果不適用於食品的化學品被意外加入食品中，可能會導致受傷、疾病甚至死亡。清潔化學品和食品企業使用的其他化學品不得靠近食品存放。

異物，例如頭髮和昆蟲，可能使食品染上細菌。

其他異物，例如小塊塑料或玻璃，可能導致身體受傷。

---

## 接收生的配料和其他食品供貨

---

你必須只接受免遭污染的食品和在溫度控制之下的食品。

### 接收或購買食品時

- 仔細選擇供應商。從可信任的知名廠商購買食品，例如，在首都領地註冊的食品企業。
- 確保送貨時食品存放在乾淨的容器中，免遭污染。
- 檢查送貨。僅接受在乾淨、無破損的包裝中用乾淨的車輛運送的食品。

- 將送貨安排在食品場所有人能夠對送貨食品進行評估和接收時。
- 確保發票或送貨單上記有供應商的名稱和食品的識別信息。保管好發票。
- 在食品容器上標記送貨日期，以追蹤食品的新鮮度。

## 接收潛在危險食品

- 要求供貨商在送貨時將冷的潛在危險食品的溫度保持在 5°C 或以下。
- 如果你接收熱的潛在危險食品，則要求供應商在送貨時將食品的溫度保持在60°C 或以上。
- 檢查並記錄送貨食品的溫度，拒絕溫度不正確的食品。
- 檢查冷凍食品，確保冷凍食品凍得堅硬，沒有被解凍過和重新凍結的跡象（例如，冰晶、奇形怪狀的包裝或蓋子嚴重不匹配）。
- 收貨以後儘快將所有潛在危險食品以適當的溫度保存。

---

## 食品儲存

你必須以恰當的方式存儲所有食品，保護食品免遭污染。

- 只儲存安全食品。扔掉你認為不安全的任何食品。
- 以正確的溫度保存所有潛在危險食品 (60°C 以上或 5°C以下)。
- 將所有食品保存在食品級的容器中，將蓋子蓋嚴或用塑料膜包好。
- 將生的食品與**即食食品**分開存放。
- 將生的食品放在熟食的下面。
- 不要將食品直接放在地上。
- 冷房或冰櫃中存放的食品要放在容器中，以便有空氣流通。不要過多存放食品或堆放食品。
- 一旦有食品灑出來要立即清理。
- 保護飲食器具和設備，一旦清潔和消毒之後要存放在乾淨的櫃子或儲藏室中。
- 將化學品與食品分開存放在不同的區域。將化學品放在原始容器中。
- 防蟲害的存儲區。
- 確保食品免受蟲害防治造成的污染。

---

## 加工食品

---

加工時只能使用安全的食品。

採取所有必要措施防止食品受到污染。

‘加工’一詞包括清洗、剝碎、切片、烹調、解凍和冷卻食品。

如果你知道或懷疑食品受到污染，則不要使用——扔掉。

食品最可能受污染的時間是在製作過程中和制熟之後。細菌可能會通過以下途徑傳播到食品上，包括：

- 從檯面、器具、衣物、水槽和砧板；
- 從手；
- 從廢物或不乾淨的設備；
- 使用污染的食品，例如外殼肮髒或者破裂的雞蛋；
- 從蟲害，如在食品製作區的蟑螂、蒼蠅或老鼠。

### 加工

- 洗手。
- 僅使用安全的配料。
- 雞蛋應該是乾淨的，外殼沒有破裂，或使用巴氏滅菌的蛋液。
- 使用乾淨、消毒過的砧板和器具。
- 在使用之間清潔並消毒所有物件。
- 不要再次使用一次性用品，例如塑料勺或一次性手套。
- 不要用手指品嚐食品——用乾淨的嘗味勺。
- 將即食食品與生的食品分開存放。
- 蔬菜水果使用前要清洗。
- 洗手盆只能用來洗手——不要用於其他任何目的。
- 不要往容器中“加添”食物——每一批新製作的、或煮熟的食品都要用乾淨的容器。
- 如果你認為你可能以任何方式污染了食品，請通知主管。

---

## 展示食品

---

展示食品時必須保護食品免受污染。

如果展示無包裝食品（例如，沙津吧），則食品可能會被顧客污染。如果供應自助食物，你必須：

- 監督食品的展示；
- 監控食品溫度，確保以正確的溫度展示食品，並將溫度記錄下來；
- 一旦出現污染立即清除任何不安全的食品或器具；
- 每種食品都提供單獨的食用器具；
- 提供防護屏（有時也稱為‘噴嚏屏’）。

將在櫃檯裡展示的食品或顧客能碰到的食品蓋好。例如櫃檯上的蛋糕或糕點。食品必須免遭蟲害、灰塵和汙物污染，防止顧客觸摸或觸摸。

不要將生的食品與即食食品放在相同的櫃子裡展示。

### 展示

- 檢查包裝，去除任何包裝損壞的食品。
- 監督自助餐和其他自助式展示。
- 監控熱的食品，確保溫度保持在60° C或以上。
- 監控冷的食品，確保溫度保持在5° C或以下。
- 如果你認為食品可能被污染了，則要清除該食品。
- 每樣食品要提供單獨的供應器具。
- 不要在展示的容器中補填食品。將容器拿走，換個裝滿的容器。
- 在供應自助餐時提供防護屏或單個的蓋子。
- 將展示的食品蓋上蓋子。
- 保持展示櫃檯和所有設備的清潔與消毒。
- 在供應食品區的旁邊或附近提供洗手池，確保始終提供肥皂和一次性紙巾。

---

## 包裝食品

---

只能使用不會污染食品的包裝材料。

- 包裝食品時包裝物必須是乾淨的，且適合其用途。
- 包裝設備必須是乾淨且維護良好，防止破損污染或潤滑油污染。
- 確保在包裝生食和即食食品之間徹底清潔和消毒真空包裝機。
- 確保包裝適用於其用途（例如，某些容器不適用於微波爐或冷凍）。如果有疑問，請向廠家核實。
- 將包裝物放在乾淨的地方，免遭灰塵、汙物和蟲害污染。將容器底朝上存放，以免灰塵、汙物或異物落入其中。
- 使用正確的食品存儲容器，並清楚地貼好標籤。
- 所有包裝食品都要貼標籤。

---

## 食品運輸

---

車輛在運輸期間必須處於乾淨和正常維修狀態。

所有食品在運輸期間必須防止遭到污染。

- 食品運輸包括將食品運送至咖啡店、餐館和其他零售商，以及送外賣。
- 食品運輸也包括將食品託盤從咖啡店送至本地某辦公室供應午餐。你應該將之視為食品存放區。
- 食品託盤應該完全蓋好。
- 使用隔熱包裝或容器。
- 使用乾淨的、維護良好的運送車輛。
- 熱的食品要保持熱度，即60°C以上。
- 從冷房或冰箱中取出食品裝入車輛。不要將食品留放在裝貨區。
- 冷的食品要在5°C或以下保存。使用冷藏車輛。如果不可能，使用冰塊和隔熱容器或隔熱車輛。
- 記錄溫度檢查結果，確保食品安全（例如，在離開和到達時測量並記錄食品溫度）。

## 保持車輛清潔和良好車況。

- 定期清洗車輛。
- 在清潔時間表上加上清潔運輸車輛，以便員工知道由誰清理車輛，何時清理以及如何清理。
- 檢查車輛的製冷設備是否處於正常運轉狀態中。
- 定期檢查車內溫度。

如果車輛除了運送食品之外還用於其他目的，要確保在運送食品之前清潔車輛，即使食品是有包裝的。



---

# 如何維護食品場所和設備

---

你必須維護食品場所，達到一定的清潔程度標準，沒有堆積食品廢物、可回收利用的材料、汙物、油脂或其他可見的東西，如黴菌。

乾淨的食品場所和設備會減少食品被污染的可能性。乾淨的食品場所會防止蟑螂和老鼠之類的蟲害生存。對於某些器具、餐具、食品接觸表面和某些設備，僅是清潔是不夠的。這些物品還需要消毒，以便更有效地殺滅細菌。

---

## 清潔

---

‘清潔’指所有表面都沒有可見汙物、油脂、灰塵和食品廢物。

清潔的建議步驟是：

- 1. 預清潔：**清掃、擦洗或刮洗食品處理表面，清除食品碎屑或殘留物。
- 2. 清洗：**在有清潔劑的溫水中清洗，洗去油脂和汙物。
- 3. 沖洗：**使用乾淨的水沖洗掉任何汙物和清潔劑殘留。
- 4. 乾燥：**風乾或使用乾淨的布擦乾。

裂縫或破損的瓷磚表面、木頭、掉漆以及裂縫或破損的食品加工表面不能得到有效地清潔。

食品處理者應該：

- 邊工作、邊收拾和清潔，用完後將物品放回到存儲區，將設備放在洗碗機或水槽中；
- 完成一項任務換做下一份工作時，清洗設備，清理檯面；
- 遵照清潔時間表，時間表中要詳細說明清潔哪些東西、何時清潔以及由誰清潔；
- 白天及關門時清空垃圾桶；
- 將垃圾和可回收材料存放在有蓋子的垃圾箱中，遠離食品存儲區，並定期收走。
- 定期清理垃圾桶。

管理者應該：

- 制定清潔時間表，時間表中詳細說明清潔哪些東西、何時清潔、怎樣清潔以及由誰完成清潔工作；
- 確保員工瞭解他們要做的事情，並監督他們有效完成清潔任務；
- 確保清潔時間表上的任務能夠按要求完成；
- 安排定期收垃圾和可回收材料。

邊工作，邊清理。

## 消毒

‘消毒’指在食品接觸表面使用化學品殺死細菌。消毒需要非常熱的水，例如使用商用洗碗機。

飲食器具在使用前要進行清潔和消毒。

清潔和消毒的建議步驟是：

- 1. 預洗：**將所有食品殘渣清理到垃圾桶。
- 2. 清洗：**在有清潔劑的溫水中洗滌，洗去油脂和汙物。浸泡或在必要時使用專門的清潔劑。
- 3. 沖洗：**用乾淨的水沖去汙物和清潔劑殘留。
- 4. 消毒：**用商用洗碗機或化學消毒液。
- 5. 沖洗：**如果使用化學消毒液，要徹底沖洗（如果生產商規定要沖洗）。
- 6. 乾燥：**風乾或使用乾淨的布擦乾。

不要使用裂縫、掉瓷的或破損的飲食器具。所有裂縫、掉瓷或破損的飲食器具都必須扔掉。

必須確保飲食器具處於乾淨和消毒狀態，例如餐具、盤子、杯子和玻璃杯。

### 清潔和消毒飲食器具

- 使用正常工作的洗碗機或玻璃杯清洗機，要是那種製造商或供應商聲明能夠起到清潔和消毒作用的。（洗碗機的消毒作用通常比手洗更有效，因為洗碗機清洗時是用熱水沖洗及/或以高溫烘乾。）

- 確保用熱水沖洗或使用化學消毒劑的玻璃杯清洗機清洗和消毒葡萄灑杯、啤酒杯和酒精飲料杯。
- 如果沒有洗碗機或可消毒的洗碗機，要按生產廠家指示使用商用化學消毒劑或將器具在77°C的熱水中浸泡至少30秒來消毒。要達到消毒效果，水在水龍頭流出的時候需要為80°C。這麼熱的水可能會燙傷員工，因此需要配戴防護手套及使用浸水籃。
- 將所有器具底朝上放在乾淨的區域。
- 將餐具放在乾淨的容器中存放展示，手柄要放在最外面，以便顧客可以拿著手柄取餐具。

## 消毒食品接觸表面

直接與食品接觸的表面，例如砧板和製作檯面，必須在使用之前進行清潔和消毒。這是為了防止生的食品中的細菌或其他來源的細菌污染食物。

接觸即食食品的表面必須清潔和消毒，這些表面包括食品製作檯面和砧板。

用於製備生食、然後再製作熟食的表面在使用之間必須進行清潔和消毒。

食品接觸表面在使用之前應該徹底乾燥。潮濕會增加細菌從一種表面傳播至另一表面的可能性。

- 在配製、使用和保存消毒劑時要始終遵照生產商指示。
- 如果用熱水消毒設備，確保水要很熱。從水龍頭流出來的水要為80°C，接觸到清洗物表面時大約為77°C。這種熱度的水會造成燙傷，因此員工需要配戴防護手套及使用浸水籃。

---

## 如何保持食品場所和設備狀況良好

---

**你必須保證食品場所與設備處於正常工作狀態和良好維修狀態。**

- 食品場所必須是安全的，能夠防止蟲害進入，例如老鼠、鳥類、蟑螂和其他昆蟲。確保門和窗戶能夠關嚴。將牆上、地板和天花板上所有的洞或裂縫都修補好。
- 食品場所必須要防止蟲害生存。
- 如果食品場所中有牆磚損壞、地板表面用壞和其他壞損，要馬上聯繫工人維修或更換。

- 設備，例如冷房、冰箱、爐子、洗碗機、冷熱水系統等，對企業的安全操作是至關重要的。設備要立即維修，以便企業可以持續運營。
- 不要在店鋪營業時讓修理工人在食品製作區工作。因為這會造成灰塵、汙物及脫落的材料污染食品的風險。你可能需要停業一段時間讓工人完成工作。
- 在開業之前要清潔食品製作區和其他受影響的地方。
- 記錄所完成的工作，以便向**公共衛生官員**證明你在維護食品場所，而且也可以在需要時能夠再次聯繫修理工人。
- 食品企業中不需要的材料（例如建築材料或未用的設備）應該從食品場所中移走。因為這些材料可能會為蟲害提供藏身之所而增加清掃工作量。



---

# 控制蟲害

---

必須確保食品場所沒有蟲害。

老鼠、蒼蠅和蟑螂是可能在食品場所大批滋生的最常見的蟲害。蟲害被吸引到廚房和食品存儲區是因為這些地方提供了一個溫暖的棲息地以及食品和水的來源。

老鼠和蟑螂是夜行動物，因此在晚上是最活躍的。昆蟲，包括象甲蟲和甲殼蟲（及其幼蟲），可能會存在於送到你的食品企業的食品中或包裝中。一旦在食品容器中或未受幹擾的地方存活，它們將迅速繁殖。

蟲害的尿液、糞便和蟲體會污染食品 and 食品製作表面。這些細菌可能導致食物中毒。

蟲害可能會導致食品腐敗及浪費。整個害蟲或害蟲身體的一部分也可能會出現在食品中。老鼠會啃咬線纜、電線和容器，也可能對你的食品場所造成大面積高昂的破壞。

檢查你的場所是否有蟲害的跡象，包括：

- 活著或者死去的屍體、卵、幼蟲和蛹；
- 蟑螂和老鼠的糞便；
- 對包裝、食品、電線、木製品、紙板或紙張的損壞。（老鼠的門牙會不斷生長，因此需要不斷啃咬和破壞食品 and 包裝）；
- 在濺出的麵粉中老鼠爪印；
- 發黴氣味——老鼠有一種特殊的氣味；
- 幼蟲結網將食品中的微粒粘在一起，如麵粉；
- 顧客投訴看見蟲害（在食品場所或購物區的另外一個地方）或在購買的食品中發現蟲害。

---

## 你可以做些什麼防止蟲害大量滋生

---

- 聘請蟲害控制公司根除蟲害。
- 對食品場所進行蟲害控制。
- 確保沒有洞或從外面可以進入的地方。
- 安裝自動關閉門，在門周圍裝上擋風條，在入口處裝氣簾，在窗戶上裝沙窗。
- 確保下水道有格柵。
- 清潔廚房、設備和儲藏室的所有區域，清除食品的源頭。

- 在晚上離開前清潔。
- 在關店時將所有垃圾扔在蓋子能夠蓋嚴的垃圾箱中。
- 移走蟲害可以繁殖的地方，例如不需要或者未使用的設備。
- 使用自然手段，例如夾子，殺死小型蟲害。知道如何使用化學品、誘餌和夾子，小心避免污染食品。
- 使用適合於蟲害的特定誘餌容器。
- 不要將誘餌放在其他動物或孩子可以吃到的地方。
- 將所有化學品放在原始容器中，以便保留標籤和說明。
- 安裝紫外（或類似光源）殺蟲器。殺蟲器要遠離食品製作區、爐子上方或其他地方，以免落下的死昆蟲污染食品。



---

# 食品安全知識與技能

---

食品商業管理者必須確保食品處理者和主管具備與工作相關的食品安全技能與知識。

公共衛生官員在對你的食品場所進行**食品安全檢查**時會評估食品處理者的食品安全技能。

---

## 食品處理者需要哪些技能和知識？

---

食品處理者必須知道食品安全的一般準則，並具備實施安全食品做法的能力。

食品處理者所需的技能和知識取決於他們的工作，在大多數情況下，本指南中應該已有說明。食品處理者還需要一些與他們責任有關的特定知識和技能，例如，接收送貨、保存食品、烹製和溫度監控等。

主管也需要掌握這些技能與知識。

確保新員工在開始工作之前即具備一般性的技能和知識，這是一種很好的做法。

---

## 我的員工是否具備食品安全技能與知識？

---

通過觀察他們工作，檢查食品處理者是否在執行食品安全做法。例如，觀察他們是否只使用洗手池用於洗手而非其他目的，例如洗器具。如果做法是錯誤的，則要培訓他們正確的做法。

在檢查所具備的知識時可能會更困難些，因為食品處理者可能會因若干理由而進行錯誤操作。食品處理者：

- 可能不知道這樣做是錯誤的；
- 可能忘記了；或
- 可能知道如何做是正確的，但是認為這對企業而言並不重要。

檢查食品處理者是否知道和懂得為什麼正確的做法是必要的。

問食品處理者一些問題，檢查他們的食品安全知識。附錄2中的清單對你可能會有幫助。你可能需要特別制定清單以適合於你企業特定的食品操作。

你可以將本指南中的清單打印或複製給每位員工。與他們討論結果並就任何行動達成一致。如果你認為某位食品處理者需要更多技能或知識，則要安排培訓。

保管好清單，記錄所採取的行動，並向公共衛生官員證明你履行了法律責任。

---

## 培訓選擇

---

如果你企業的食品處理者需要更多培訓或更新培訓：

- 可以讓某位員工指導或培訓食品處理者。
- 你可能聘請一位有正式資格的員工，該員工的資格可以是從堪培拉技術學院或其他註冊培訓機構獲得的有關食品安全、監督食品安全或類似工作的資格證書。另外，你也可以讓一位沒有正式資格但具備相關技能和知識的員工去教會其他員工。
- 可以讓某個員工參加培訓，然後再在企業內培訓其他人。
- 你可以安排讓某個員工參加有關食品安全的課程以及如何培訓他人的課程。
- 註冊培訓機構可以為你的企業特別安排現場或本地課程。
- 有一些機構可以提供現場培訓。

欲瞭解有關首都領地培訓的信息：

- 在線搜索或在黃頁上查找培訓機構；
- 聯繫堪培拉技術學院。

附錄3提供了一個紀錄表的範例，用於記錄你和你的員工所開展的培訓活動。

---

# 在哪裡可找到更多信息

---

## 健康保障服務部

如果你需要更多信息瞭解如何確保你的企業做到食品安全，請聯繫健康保障服務部：

電話： (02) 6205 1700

傳真： (02) 6205 1705

電子郵件： [hps@act.gov.au](mailto:hps@act.gov.au)

我們的辦公室位於Howard Florey Centenary House, 25 Mulley Street, Holder。

你可以訪問[www.health.act.gov.au/foodsafety](http://www.health.act.gov.au/foodsafety)瞭解更多信息。你可以向健康保障服務部索要食品安全資源，包括海報和信息說明，也可以上網查看。

## 食品法律和條例

可以從[www.legislation.act.gov.au](http://www.legislation.act.gov.au)下載法律和條例。

## 澳大利亞新西蘭食品標準

食品安全信息也可以從澳大利亞新西蘭食品標準(FSANZ)網站上[www.foodstandards.gov.au](http://www.foodstandards.gov.au)下載。該網站包括《食品標準法》、《食品安全標準》、信息說明和一些翻譯信息。

另外一個有用的參考是《澳大利亞食品安全：食品安全標準指南》，網址是：  
<http://www.foodstandards.gov.au/scienceandeducation/publications>。

---

# 術語表

---

## 協助性動物

導盲犬、聽力輔助狗或其他經過訓練協助殘障人士的動物。

## 細菌

太小而肉眼看不見的活的有機體。在這本指南中，‘細菌’這個詞用於替代微型有機體、病毒、真菌和寄生蟲。

## 污染

當某物進入食品或食品發生變化使之不能作為食品安全食用時。

## 被污染的食品

被污染的食品指含有生物介質的食品，例如細菌或病毒、或化學劑、異物或使食品不能安全食用、或影響其作為食品的適宜性的物質。

## 交叉污染

指食品被另外一種食品的細菌污染了，要麼直接通過另外一種食品污染，要麼通過食品處理者的手、檯面或設備表面污染。例如，如果在砧板上切生雞肉，接著再切沙津蔬菜，則沙津就會被雞肉中的細菌污染，可能導致食物中毒。

## 指定洗手池

指專為個人洗手使用的洗手盆。食品企業一定要有一個與清洗食品和設備分開的水池用於洗手。指定洗手池應該有溫水、肥皂或其他合適的洗手液及一次性紙巾。

## 食品處理者

在食品企業工作的任何人。他們可能處理食品或觸膜可能接觸食品的表面（例如餐具、盤子和碗）。

## 食品處理活動

處理包裝食品 and/或 未包裝食品的任何活動。

## 食物中毒

由飲食造成的疾病或其他病症：

- 沒有以正確的溫度存放食品；
- 受到食物傳播病菌或病毒污染的食品；
- 食品中含有食物傳播病菌所產生的毒素；
- 因不當存儲而在其中產生了毒素的食品（例如，沒有在黑暗中存儲的土豆可能會出現茄城毒素）；
- 本身有毒的食品部分（例如大黃葉）。

## 食品安全檢查

公共衛生官員在進行食品安全檢驗時會查看食品企業的所有區域。例如，他們將：

- » 檢查食品場所的清潔程度和狀況；
- » 確保提供並使用指定洗手池；
- » 觀察食品存儲方式；
- » 觀察食品處理過程；
- » 測量冰箱和冷房的溫度；
- » 檢查熱的食品的溫度；
- » 評估食品處理者在食品安全方面的技能和知識；
- » 查看清潔時間表；
- » 要求查看蟲害控制證據。

## 潛在危險食品

可能含有造成食物中毒的細菌並促使細菌生長的食品被稱為‘潛在危險食品’。對這些食品的溫度必須加以控制，確保細菌在食物中不會達到危險水平或在食物中形成毒素（毒物）而可能造成食物中毒。

## 公共衛生官員

負責執行《2001年食品法》或《1997年公共健康法》的官員。公共衛生官員是由首都領地政府健康指導委員會健康保障服務部聘用的。他們攜帶有照片的證件。

公共衛生官員對食品企業進行檢查，向食品企業提出建議，就針對食品企業的投訴做出反應，並調查可疑食物傳播疾病個案。

## 即食食品

以購買時的狀態食用的食品，不需要進一步烹調、清洗或加工。

## 溫度控制

即利用溫度減少細菌生長，保護食品安全。通常，這意味著將潛在危險食品保存在5°C以下或60°C以上。

## 溫度危險區

指5°C和60°C之間的溫度範圍。多數造成食物中毒的細菌都是在這個溫度範圍中生長。

## 消毒

在食品接觸表面使用化學品殺死細菌。用很燙的水來消毒，如商用洗碗機。

---

# 附錄 1: 食品衛生

---

## 洗手

洗手非常重要。以下情況下必須洗手：

- 在觸摸食品、食品設備或食品製作表面之前；
- 在戴上一次性手套觸摸食品之前。在通常會洗手的情況下更換手套；
- 清理顧客使用過的餐具後；
- 碰或抓臉、頭髮、鼻子、皮膚後；
- 使用廁所後；
- 抽煙後；
- 處理垃圾後；
- 清潔工作後。

洗手時你必須：

- 在指定的洗手池中洗手。不要用洗設備或食品的水槽。
- 使用肥皂或其他清潔劑在溫水沖洗下洗手——不要使用水盆洗手。
- 使用一次性紙巾擦乾雙手。

為防止污染食品：

- 避免配戴首飾，或穿著鈕扣或口袋鬆動的衣服，以免有東西會掉進食物中。
- 不要坐在製作檯面上或把個人物品放在檯面上。
- 穿著乾淨的外衣。
- 到達工作場所後更換乾淨的防護衣服。
- 如果圍裙或其他衣服髒了要更換，防止食品玷污。
- 用防水沙布包好曝露的或者感染了瘡口。配戴一次性手套也是一個使包紮防水的辦法。
- 在通常會洗手的情況下更換手套。
- 只在食品製作區以外吃東西。
- 不要在無防護的食品上或食品製作表面上打噴嚏、擤鼻涕或咳嗽。

- 如果打噴嚏或咳嗽不可避免，要用紙巾蓋住鼻子和嘴巴，並立即將紙巾放進垃圾桶，然後洗手並擦乾雙手。
- 絕對不要用嘴吹開包裝袋，把食物放進去。
- 絕對不要因任何理由在食品上吹氣。
- 不要在食品處理區域吐痰或抽煙。
- 吸完煙回去工作之前要洗手。
- 在任何你認為可能會污染食品的情況下隨時洗手並擦乾雙手。
- 將頭髮系於腦後和/或用帽子或發網包起。



## 附錄 2: 技能與知識清單

這些清單包括一般性技能和知識。你可以做些更改以適應個別食品處理者的情況。將更改內容加到清單的空白處即可。

員工姓名..... 簽名.....

職位..... 日期.....

### 保護食品免受污染

技能	是/否
盡可能少地接觸食品和器具	
將生的食品與即食食品分開存放	
將食品放在適當的食物容器中保存	
使用乾淨並消毒過的砧板和器具製作即食食品	
檢查食品送貨，查看是否有包裝破損或其他損壞的跡象	
在展示時（或在三明治吧），不同的食品要使用不同的器具	
不要用圍裙或髒抹布擦手、器具或檯面	
處理食品前要洗手	
知識	是/否
列出污染來源（與企業相關的）	
舉出食品如何被污染的例子	
解釋如何保護開放展示的食品免遭污染	
說明如何在冷房裡存儲食品避免污染	

## 溫度控制

技能	是/否
送貨時檢查潛在危險食品的溫度	
知道正確的溫度應該是多少	
溫度超出限制時要予以糾正	
立即正確地將冷凍的潛在危險食品放在冰箱或冷房中	
快速正確地儲存熱的潛在危險食品	
快速正確地儲存冷凍食品	
在溫度要求範圍內烹煮潛在危險食品	
在溫度要求範圍內冷卻潛在危險食品	
在溫度要求範圍內重新加熱潛在危險食品	
按指定頻率監控冰箱和冷房的溫度	
冰箱或冷房溫度超過限制時要予以糾正	
正確使用探針溫度計監控食品溫度，並在溫度超出限制時予以糾正	
確保製作的食品只有在需要時才從冰箱或冷房中取出，用完之後馬上放回去	
如果食品在控制溫度以外存放或展示，則要監控食品保存或展示的時間	
如果員工是主管：他們要糾正沒有遵照上述任何做法的員工，解釋控制時間/溫度的必要性	

知識	是/否
說明企業所使用的哪些食品是潛在危險食品	
解釋為什麼潛在危險食品必須在 5°C 或以下，或 60°C 或以上保存	
說明冷卻之前已經煮熟的潛在危險食品所要求的時間和溫度	
解釋你是怎樣重新加熱之前已經燒熟的食品以保持其熱度	
解釋為什麼需要探針溫度計監測溫度	
說明你怎樣確保大塊的肉，例如轉動烤肉和火雞能夠熟透	
解釋潛在危險食品可以在自助餐的環境溫度中擺放多久	

## 個人健康與衛生

技能	是/否
每天/每班穿著乾淨的制服或者防護衣服，弄髒時要更換	
在提供的櫃子或儲物間中存放個人物品	
保持頭髮整潔，系在腦後，並配戴包頭巾（如要求）	
不配戴不適當的珠寶	
根據需要洗手並擦乾雙手，例如，在開始為客戶服務之前，在進入廚房時，在擤鼻子及處理垃圾之後	
在製作食品時不要嚼口香糖或吃東西	
不要在食品上咳嗽或打噴嚏	
在感到不舒服或有任何食物中毒症狀時要報告	
用防水紗布或繃帶包好割口和瘡口	
在適當的情況下配戴一次性手套	
正確使用及在適當的情況下使用一次性手套	
知識	是/否
解釋為什麼必須穿戴防護衣服（或制服）	
描述食物中毒的症狀	
解釋食品處理者如果在工作中覺得不舒服該怎樣做	
解釋為什麼製作食品時不准抽煙和吃東西	
說明一定要洗手和擦乾雙手的情況	

## 食品場所、設備和車輛的清潔、消毒和維護

技能	是/否
保持工作區乾淨整潔	
正確遵照清潔時間表（或指示）	
根據指示使用化學製品和清潔材料	
只使用乾淨、消毒過的設備和器具	
將垃圾放在指定垃圾桶中	
知識	是/否
解釋為什麼清潔很重要	
解釋清潔與消毒之間的區別	
說明哪些設備必須消毒	

## 保持食品場所沒有蟲害

技能	是/否
檢查食品場所是否有蟲害	
正確使用化學噴劑，根據需要安放夾子和誘餌	
報告蟲害跡象、損壞的裝備或其他需要注意的維護問題	
知識	是/否
說明建築物中有老鼠、蟑螂和其他蟲害的表現	
解釋顧客攜帶動物進入食品場所的規定	





