

# 制定食物安全計劃

(以「食物安全重點控制」系統為本的計劃)

## 目錄

I.	導言	1
II.	何謂食物安全計劃	2
III.	如何制定食物安全計劃	2
	第一階段：規劃	
	第二階段：    製作流程圖	
	第三階段：計劃詳情	
	3a 列出各種危害	
	3b 制定預防措施	
	3c 釐定監控標準	
	3d 監察控制點	
	3e 制訂矯正程序	
	3f 保存紀錄	
	3g 檢查及檢討	
	危害分析及控制實例	
IV.	食物安全計劃的其他基本要求	15
	A. 清潔及消毒	
	B. 個人衛生	
	C. 防治蟲鼠	
	D. 廢物處理	
	E. 訓練	
	F. 對顧客投訴的處理	
	<b>附錄</b>	20
	1. 常見引致食物中毒的原因	
	2. 各類危害的例子	
	3. 危害控制工作表	
	4. 危害控制工作表	
	5. 採購紀錄表	
	6. 收取冷藏食品紀錄表	
	7. 收取冰鮮食品紀錄表	
	8. 收取乾貨紀錄表	
	9. 溫度紀錄表	
	10. 修正行動紀錄表	
	11. 清潔工作紀錄表	
	12. 防置蟲鼠紀錄表	
	13. 員工訓練紀錄	
	14. 顧客投訴紀錄	
	15. 管理人員自行檢查清單	

## I. 導言

每年都有一些食物中毒事故，是由食用了受污染食物所引起的。大部分的事故，都是因食物從業員以不恰當的方式處理、配製或貯存食物造成的(附錄 1)。為了控制食物安全問題及防物業(包括餐飲業)均應根據「食物安全重點控制」系統的原則，擬備本身的食物安全計劃。

止食

「食物安全重點控制」系統是仰賴應用良好的措施有系統地來防止食物安全問題的出現。防止問題出現有兩個要素：(1)預測可能出現的問題及(2)擬訂預防良策。防止問題出現是積極主動而非被動的策略。

世界各地許多食物製造公司已採用「食物安全重點控制」系統。然而，要餐飲業採用「傳統的」「食物安全重點控制」系統是有困難的。因為餐飲業沒有製造食物的標準方法、專門知識發展「食物安全重點控制」系統，以及提供的食品種類繁多。本文件所載述的，是一個根據「食物安全重點控制」系統原則擬訂的計劃，以協助餐飲業的管理人員，推行以「食物安全重點控制」系統本的食物安全

## II. 何謂食物安全計劃？

食物安全計劃旨在找出及控制生產食品過程中的危害，以確保食物安全。有關危害可能會在食物的選購、貯存、配製、包裝、運送或銷售等程序中發生。

下文概述制定食物安全計劃所涉及的階段，開列餐飲業製備食物的一般步驟和潛在危害，概述普遍適用於飲食業的危害控制措施，以及建議應何時及如何執行這些措施。文中亦就確定及監察其他控制點提出意見。

## III. 如何制定食物安全計劃？

下文你逐步解釋如何制定食物安全計劃制定、記錄及監察本身的食物安全計劃。

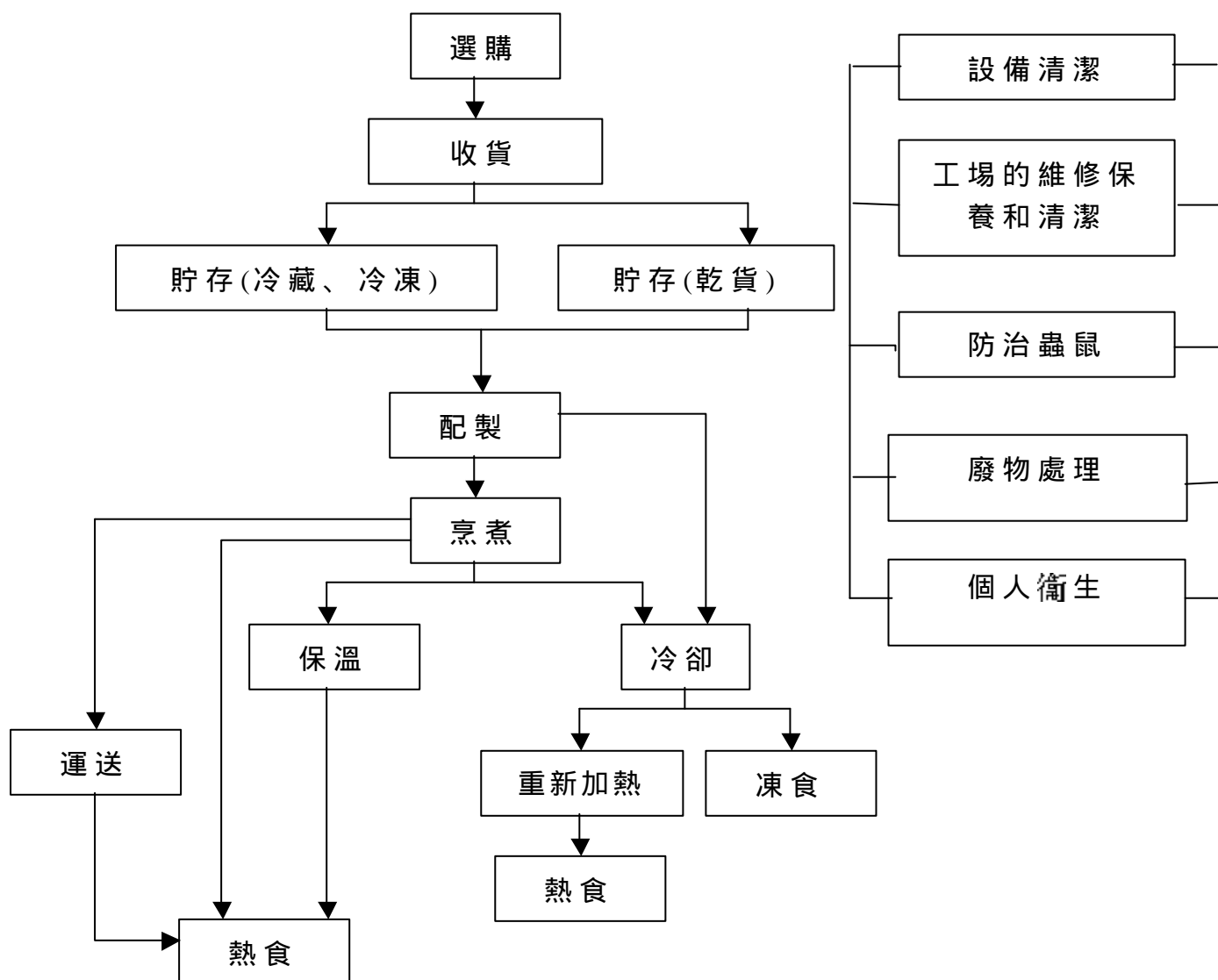
### 第一階段 規劃

在制定食物安全計劃前，務須進行初步規劃和準備。你須委任一名統籌員，負責制定食物安全計劃，並須給予足夠的權力和資源。你亦應提醒員工，推行食物安全計劃會帶來的一些改變。若每個員工都知道他們在計劃中的角色，並答應全力投入，食物安全計劃便可發揮作用。

減少員工的憂慮，食物安全計劃應在起初只在食物製備工序的第一步(即選購原料)推行食物安全計劃，確保第一步妥善運作後，才繼續進行下一步。

## 第二階段 製作流程圖

應繪製一張流程圖，顯示由選購食物原料至食物可供食用的每個步驟，不同的經營方式會有不同的流程圖。下圖是經營餐飲業的一般工序流程圖，工序中每個步驟（例如選購、收貨等）都可被視為控制點，用來控制危害，以確保食物安全。



### 第三階段 計劃詳情

#### 3a 列出各種危害

危害是任何會危及食品安全的來源或成因(附錄 2)。利用你擬訂的工作流程圖，找出與各個步驟有關的危害。

下面列舉了一些危害的例子：

- I. 有害微生物污染了食物原料
- II. 有害微生物在處理食物過程中滋生及繁殖
- III. 烹煮過程未能消滅有害微生物或毒素
- IV. 食物含有毒化學物
- V. 食物內藏外來物體〔例如金屬〕

據資料顯示，在上述各種危害中，最常見引致食物中毒事故的是有害微生物或其所產生的毒素。

#### 3b 制定控制措施

在確定有關的危害後，列出可加以預防的各項控制方法或措施。

下面列舉了一些預防措施的例子：

- I. 光顧信譽良好的供應商
- II. 和供應商訂明產品規格
- III. 妥善冷藏或冷凍食物
- IV. 洗手及保持良好的個人衛生
- V. 採用正確的烹煮方法
- VI. 進行有效的清潔計劃
- VII. 定期檢查及調校儀器(例如溫度計)。

#### 3c 釐定監控標準

為工序中每個步驟所列出的危害，建立其控制方法的監控標準。一般常見的監控標準有時間、溫度及酸度等。

下面列舉了一些監控標準的例子：

- I. 食物須保存在 4°C (或以下) 或 63°C (或以上)
- II. 食物須烹煮至 75°C 或以上
- III. 把煮熟的食物冷卻時，須在 6 小時內把食物溫度降至 4°C (在 2 小時內把食物溫度由 63°C 降至 20°C，再在隨後的 4 小時內由 20°C 降至 4°C)

### 3d 監察控制點

監察所有控制點，確保控制點的運作在所設立的標準範圍內。若察覺問題發生，應立即採取矯正行動，以確保食物安全。應盡量採用簡單的監察方法，例如：

- I. 量度溫度和計算時間
- II. 查看食用日期和存貨是否按購入的先後日期使用
- III. 查看用具和工作範圍表面的清潔情況
- IV. 查驗購入的食物材料

應就控制及監察食物安全的程序制定簡易清晰的工作指引，以便員工遵從。有關指引須包括：

- I. 有甚需要
- II. 如何監察？
- III. 何時進行監察？
- IV. 在哪裏進行監察？
- V. 誰人負責監察？

### 3e 制訂矯正程序

假如監察結果顯示控制食物安全的措施偏離標準時，便須採取矯正行動，例如：

- I. 如烹煮食物的溫度不足，應再加熱食物，直至
- II. 如冷凍器的溫度高於 4°C，應調校冷凍器的溫度或進行維修
- III. 如用具不潔，應再次清洗

### **3f 保存紀錄(例如冷藏庫的溫度紀錄)**

把各控制點的監察結果記錄下來，有助監察所採用的控制措施是否足夠及有效。危害控制工作表(載有適用於經營餐飲業的資料)的樣本載於附錄 3 至附錄 14。

### **3g 檢查及檢討**

為證實你的食物安全計劃是否有效，你須定期(例如每月一次)進行有系統的檢查工作。食物安全計劃表，以供參考。這份清單有助你決定哪些工作程序需要採取矯正行動。此外，由於你的工作程序或所製造的食品或會有變，因此你亦須最少每年檢討食物安全計劃一次，以確保你的計劃仍然是恰當的。

## 危害分析及控制的實例

下面列舉的例子，概括分析了餐飲業工作流程圖內各個步驟的危害及其控制的內容。

步驟：選購原料

危害	<ul style="list-style-type: none"><li>• 原料被下列物質污染<ul style="list-style-type: none"><li>— 病菌</li><li>— 毒素</li><li>— 殺蟲劑等化學物</li><li>— 玻璃、金屬等</li></ul></li></ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"><li>• 可靠的貨物來源</li><li>• 訂明運送貨物時的溫度</li><li>• 訂明產品規格</li><li>• 選購較安全的原材料</li></ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"><li>• 向認可而信譽良好的供應商購入食品</li><li>• 訂明食品品質及安全標準，包括運送時的溫度(冷凍食物的溫度須保持在 4°C 或以下，冷藏食物的溫度須保持在 -18°C 以下)</li></ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"><li>• 查核供應商的監察紀錄，以證實供應商遵守優良製造規範</li><li>• 視察供應商的工場</li><li>• 顧客對供應商投訴紀錄</li></ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"><li>• 避免光顧不合格的供應商</li></ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"><li>• 存備認可供應商的紀錄</li><li>• 採購紀錄 (附錄 5)</li></ul>

## 步驟：收取食物原料

收貨時，必須檢查食物原料或材料。可應視乎材料可能對健康構成危害的程度來釐定檢查的次數。

危害	<ul style="list-style-type: none"><li>在運送途中，產品可能受病菌污染及病菌會繼續繁殖</li><li>包裝損壞和受異物污染</li></ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"><li>檢查或標示產品的（食用 / 收貨）日期及溫度</li><li>檢查食物狀況</li><li>盡快貯存冷凍及冷藏食物</li><li>檢查包裝</li><li>檢查送貨車輛及司機</li></ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"><li>食用日期<ul style="list-style-type: none"><li>「此日期前食用」日期</li><li>「此日期前最佳」日期</li></ul></li><li>溫度<ul style="list-style-type: none"><li>冷凍食物須保持在 4°C 或以下</li><li>冷藏食物必須完全在凍結狀態</li></ul></li><li>立即貯存冷藏及冷凍食物（例如 10 分鐘內）</li><li>沒有腐壞的跡象（例如氣味、色澤等）</li><li>包裝完好，沒有可見的異物</li><li>清潔的送貨車輛</li></ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"><li>檢查食用日期</li><li>量度冷凍及冷藏食物的溫度</li><li>目視收貨及貯存程序</li><li>目視食物的一般狀況</li><li>目視包裝及原材料有否受異物污染</li><li>目視送貨車輛的衛生情況</li></ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"><li>通知供應商</li><li>拒絕收貨</li><li>改善收貨程序，盡快貯存冷凍及冷藏食物</li></ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"><li>來貨紀錄（附錄 6,7 及 8）</li></ul>

### 步驟：貯存乾貨

貯存乾貨包括貯存某類水果 / 蔬菜、穀類、調味品和罐頭或瓶裝食物等。

危害	<ul style="list-style-type: none"><li>• 病菌繁殖</li><li>• 交叉污染</li></ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"><li>• 避免食品存放的時間過長</li><li>• 遮蓋 / 包裹食物，並分開存放不同種類食物</li><li>• 確保包裝完好</li><li>• 防治蟲鼠</li><li>• 確保清潔 / 衛生</li></ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"><li>• 所有食物標明（食用 / 收貨）日期</li><li>• 先入先出的輪流存放法</li><li>• 遮蓋所有食物及分開存放不同種類食物</li><li>• 包裝完好，沒有可見的異物</li><li>• 貯存範圍已有足夠防止蟲鼠侵害的措施</li><li>• 保持貯存範圍乾爽清潔</li></ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"><li>• 檢查日期編號</li><li>• 目視貯存狀況</li><li>• 目視食物的一般情況</li><li>• 檢查防治蟲鼠紀錄</li><li>• 檢查清潔紀錄</li></ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"><li>• 標明食物的（食用 / 收貨）日期</li><li>• 棄掉超越食用日期的食品</li><li>• 包裹 / 遮蓋食物及重組貯物間隔</li><li>• 聘用防治蟲鼠公司</li><li>• 清潔貯存範圍</li></ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"><li>• 防治蟲鼠紀錄（附錄 12）</li><li>• 清潔紀錄（附錄 11）</li></ul>

步驟：冷凍貯存

危害	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 病菌繁殖和生</li> <li>• 交叉污染(例如熟的食物被生的食物污染)</li> </ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 貯存冷凍食物於溫度適當的冰箱內</li> <li>• 妥善擺放食物，讓冷空氣流通</li> <li>• 避免食品存放的時間過長</li> <li>• 切勿使用已變壞的食物</li> <li>• 遮蓋所有食物，並分開存放不同種類食物（例如熟的食物存放在冷櫃上格，而生的食物則放在下格）</li> <li>• 清潔貯存範圍</li> </ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 貯存溫度C或以下</li> <li>• 不應存放過多食物，保持貯存環境空氣流通</li> <li>• 所有食物標明（食用／收貨）日期</li> <li>• 採用先入先出的輪流存放法</li> <li>• 遮蓋所有食物及分開存放不同種類食物</li> <li>• 清潔貯存範圍</li> </ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 每天量度貯存溫度兩次</li> <li>• 檢查日期編號</li> <li>• 目視食物貯存情況</li> <li>• 檢查清潔紀錄</li> </ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 調校貯存溫度或維修冰箱</li> <li>• 標明食物的（食用／收貨）日期</li> <li>• 棄掉超逾食用日期的食品</li> <li>• 遮蓋食物及重組貯物間隔</li> <li>• 清潔貯存範圍</li> </ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 冰箱溫度紀錄表（附錄9）</li> </ul>

步驟：冷藏貯存

危害	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 病菌會在溶解了的食物內滋生</li> </ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 貯存冷藏食物於溫度適當的冷藏庫內</li> <li>• 妥善擺放食物，讓冷空氣流通</li> </ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 貯存庫溫8°C或以下</li> <li>• 不應存放過多食物，保持貯存環境空氣流通</li> </ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 檢查溫度</li> <li>• 目視食物貯存情況</li> </ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 調校貯存溫度或修理冷藏庫</li> <li>• 重組貯物間隔</li> </ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 冷藏庫溫度紀錄表 (附錄 9)</li> </ul>

步驟：配製

危害	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 病菌繁殖和生</li> <li>• 交叉污染</li> </ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 徹底洗淨所有水果及蔬菜</li> <li>• 限制冷凍食物從冰箱取出後擺放的時間</li> <li>• 冷藏食物通過以下方式解凍： <ul style="list-style-type: none"> <li>— 放入冰箱解凍</li> <li>— 食物經防水包裝，置於流動的清涼自來水中</li> </ul> </li> <li>• 用不同的用具及砧板來處理生和熟的食物</li> </ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 水果及蔬菜均清潔</li> <li>• 已解凍及易腐壞的冷凍原料不可擺放在4°C或以上超過2小時</li> <li>• 冷藏食物在烹煮前必須充分解凍</li> <li>• 用適當的方法（例如不同顏色）來區別處理生和熟食物的用具及砧板</li> </ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 目視檢查</li> <li>• 定時量度解凍溫度</li> </ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 再次清洗水果及蔬菜</li> <li>• 如在4°C或以上時超過2小時，便須棄掉</li> <li>• 讓食物以較長的時間解凍</li> <li>• 用不同顏色來區別處理生和熟食物的用具及砧板</li> </ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 矯正行動紀錄表(如採取有關行動)(附錄 10)</li> </ul>

步驟：烹煮

危害	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 病菌在未全熟的部份繼續生存</li> <li>• 細菌孢子繼續生存</li> </ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 徹底煮熟食物</li> </ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 食物中心部份<math>75^{\circ}\text{C}</math>或以上</li> </ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 檢查食物溫度</li> <li>• 目視 <ul style="list-style-type: none"> <li>— 湯類、醬汁等最少烹煮 5 分鐘</li> <li>— 免治肉類內</li> <li>— 家禽的肉汁清澈</li> <li>— 魚肉可用叉子切開</li> </ul> </li> </ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 繼續烹煮至所需的溫度</li> </ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 溫度紀錄表</li> </ul>

步驟：冷卻

危害	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 病菌繁殖和生</li> <li>• 交叉污染</li> </ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 使用適當的方法，迅速冷卻食物</li> <li>• 冷卻後立即遮蓋食物</li> <li>• 使用清潔的容器</li> </ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 容器的高度少於 5 厘米 / 2 吋</li> <li>• 在 6 小時內冷卻至 <math>4^{\circ}\text{C}</math> 或以下（在 2 小時內由 <math>63^{\circ}\text{C}</math> 冷卻至 <math>20^{\circ}\text{C}</math>，其後 4 小時內冷卻至 <math>4^{\circ}\text{C}</math>）</li> <li>• 食物有蓋或已被包裹</li> <li>• 容器是清潔</li> </ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 定時檢查冷卻的時間及食物的溫度</li> <li>• 目視容器是否已蓋好及清潔</li> </ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 以下列方法加快冷卻食物： <ul style="list-style-type: none"> <li>— 使用較淺的容器或分成多個小部分</li> <li>— 把容器浸於冰水中</li> <li>— 經常攪拌</li> </ul> </li> <li>• 如在 6 小時內，食物不能冷卻至 <math>4^{\circ}\text{C}</math> 或以下，便須把食物棄掉</li> <li>• 立刻蓋好食物</li> <li>• 盛載食物前，須清洗和消毒容器</li> </ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 溫度紀錄表</li> </ul>

步驟：重新加熱

危害	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 病菌繼續生存</li> <li>• 細菌孢子生長</li> </ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 徹底加熱食物</li> </ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 食物中心部分<math>^{\circ}\text{C}</math>或以上</li> </ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 檢查食物溫度</li> </ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 再次加熱，直至達至正確的溫度</li> </ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 溫度紀錄表</li> </ul>

步驟：保溫

危害	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 病菌繁殖和生</li> <li>• 交叉污染</li> </ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 使用隔熱容器或採用適當的保溫系統</li> <li>• 立即遮蓋容器</li> </ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 保持在 <math>63^{\circ}\text{C}</math> 或以上</li> <li>• 蓋好容器</li> </ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 定時檢查保溫容器內的食物溫度</li> <li>• 目視容器</li> </ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 調校或改良保溫系統，使其可達到可接受的溫度</li> <li>• 如食物降至 <math>63^{\circ}\text{C}</math> 以下超過 2 小時，便須棄掉食物</li> <li>• 蓋好容器</li> </ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 溫度紀錄表</li> </ul>

步驟：運送

危害	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 病 菌 繁 殖 和 生</li> <li>• 交叉污染</li> </ul>
預防措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 使用隔熱容器，以減少熱量流失</li> <li>• 運送者有足夠的衛生常識</li> <li>• 使用清潔的車輛</li> </ul>
監控標準	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 熱的食物保持在 63°C 或以上</li> <li>• 冷凍食物保持 4°C 或以下</li> <li>• 運送者曾接受有關個人衛生的培訓</li> <li>• 清潔的車輛</li> </ul>
監察措施	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 定時檢查食物溫度</li> <li>• 目視車輛</li> <li>• 觀察運送者的工作</li> </ul>
矯正行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 調校溫度或改良運送方法，使其可達到可接受的溫度</li> <li>• 如熱的食物保持在 63°C 以下超過 2 小時，便須把食物棄掉</li> <li>• 如冷凍食物保持在 4°C 以上超過 2 小時，便須把食物棄掉</li> <li>• 清潔和維修運送車輛</li> <li>• 運 送 者 提 供 再</li> </ul>
紀錄	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 溫度紀錄表</li> <li>• 車輛檢查表</li> <li>• 員工培訓紀錄 (附錄 13)</li> </ul>

## IV. 食物安全計劃的其他基本要求

食物安全計劃應包括一些基本工作，以便能更廣泛地控制危害，下文列舉這些工作的例子。

### A. 清潔及消毒

有效的清潔和消毒，可消除食物殘渣及污垢，從而減少食物受污染及引致食物中毒事故的機會。因此，在你的食物安全計劃內，必須制定、施行及管理一套清潔計劃，確保以有系統的方式定期進行清潔。一項策劃周詳的清潔計劃應包括下列項目：

- (a) 清潔的範圍及設備
- (b) 每個項目所需的清潔次數
- (c) 所規定的程序
- (d) 使用的設備及方法
- (e) 使用的化學品或系統
- (f) 負責的員工

一項簡化清潔計劃

項目	清潔次數	工具及化學品	方法	負責人
<u>結構</u> 地板	每天完工或 有需要時	掃帚、濕拖把、 畚箕、洗滌劑及 消毒劑	1. 掃地 2. 用洗滌劑拖地 3. 用畚箕撮去餘下污 物 4. 用清水徹底沖洗 5. 用拖把拖乾地板的 水	
牆、窗及天花 板	每周一次或 有需要時	濕布、畚箕、洗 滌劑	1. 清除乾的污物 2. 用水沖洗 3. 用洗滌劑清洗 4. 用水沖洗 5. 風乾	
<u>接觸食物的 表面</u> 工作臺、洗滌 槽等	每次用後	乾淨布、洗滌劑 及消毒劑	1. 清除食物殘渣及污 物 2. 用水沖洗 3. 用洗滌劑清洗 4. 用水沖洗 5. 用消毒劑清洗 6. 風乾	
<u>工具</u> 食具、砧板、 刀及其他煮 食用具	每次用後	乾淨布、刷、洗 滌劑及消毒劑	1. 清除食物殘渣及污 物 2. 用水沖洗 3. 用洗滌劑清洗 4. 用水沖洗 5. 用消毒劑清洗 6. 風乾	
雪櫃、冷藏櫃 及貯物地方	每周一次或 有需要時	乾淨布、刷、洗 滌劑及消毒劑	1. 清除食物殘渣及污 物 2. 用水沖洗 3. 用洗滌劑清洗 4. 用消毒劑清洗 5. 風乾	
<u>手接觸的表面</u> 門柄、抽屜、 旋鈕	每天	濕布、洗滌劑	1. 清除污物 2. 用洗滌劑清洗 3. 用濕布洗 4. 用紙巾抹乾 / 風乾	

## B. 個人衛生

要確保食物安全，實有賴良好的個人衛生。健康人士的皮膚及鼻子亦可能帶有引致疾病的細菌。因此，所有食物從業員必須保持良好的個人衛生和清潔習慣，以免將引致食物中毒的細菌傳至食物。所有食物從業員均須留意下列各點。

- 每次開始工作時，制服、圍裙(或衣服)均是清潔的
- 載髮罩(帽或髮網)
- 保持指甲短和清潔
- 配製食物期間，避免觸摸鼻子、口、頭髮及皮膚
- 切勿在處理食物的範圍內吸煙
- 切勿向著食物咳嗽或打噴嚏；咳嗽或打噴嚏後須洗手
- 避免使用手帕，改用即棄紙巾
- 擤鼻子後須洗手
- 處理及配製食物時避免穿戴飾物
- 避免使用味道濃烈的香水 / 鬚後水
- 切勿在處理食物的範圍外穿著制服
- 用鮮色和防水的繃帶完全遮蓋手或手臂的傷口
- 如雙手有傷口，應戴上即棄手套。定時更換手套和繃帶
- 從業員如患有腸胃炎或感冒等疾病均不應處理食物
- 患病時應停止工作，並向經理報告

下列情況前必須洗手：

- 開始工作
- 處理食物及食具

下列情況後必須洗手：

- 如廁
- 處理生的食物
- 咳嗽、打噴嚏、飲食或吸煙
- 舔手指
- 每次休息
- 觸及丘疹或傷口
- 處理廢物
- 執行清潔職務
- 更換沾污了的衣服
- 觸及耳朵、鼻子、頭髮、口或其他外露的身體部分
- 處理動物
- 任何其他不合衛生的做法

洗手須知：

- 用水洗濯雙手
- 使用肥皂或洗滌劑，擦出泡沫
- 洗擦雙手不少於 20 秒(有需要時使用指甲刷)
- 用水徹底沖洗肥皂或洗滌劑
- 用紙巾或乾手機弄乾雙手—— 不要用制服或布抹手

### C. 防治蟲鼠

蟲鼠會污染食物，引致食物中毒，故應訂定防治蟲鼠計劃，以消滅蟲鼠及防止蟲鼠侵擾你的工場。防治蟲鼠計劃應能防止蟲鼠進入或匿藏於你的工場和取得食物，並能消滅或杜絕任何藏身於工場中的蟲鼠。

#### 防治蟲鼠措施(防止蟲鼠進入及匿藏於工場)

- 把各種裝置、牆身或地板上的罅隙封密
- 對外的門戶須經常保持關閉
- 直接朝向食物配製地方的窗戶須安裝罩網(網孔不得大於 2 平方毫米)，以防止昆蟲進入
- 通風管道和地面上的溝渠須蓋好
- 須妥善存放廢物及定期清倒，並且把廢物蓋好
- 定期視察工場內外(例如每星期一次)，看看是否有蟲鼠的痕跡
- 檢查購入的食物和供應品，看看是否有蟲鼠的痕跡
- 妥善存放食物和供應品：
  - 把上述物品蓋好
  - 把上述物品貯存在離地面最少 15 厘米/6 吋和離牆最少 15 厘米/6 吋的地方
  - 把上述物品貯存在濕度低的地方(濕度最好低於 50%)
- 採用「先入先出」的方法
- 把易惹蟲鼠匿藏的紙盒、報紙等移走
- 如濺瀉食物，應馬上清理
- 保持廁所清潔衛生
- 把垃圾存放在密封膠袋和蓋密的垃圾桶內

#### 滅蟲鼠措施

- 在有蟲鼠出沒的地方使用適當的方法(例如捕鼠器)來捕捉、消滅蟲鼠
- 在使用滅蟲器捕捉和殺滅飛蟲時，應確保滅蟲器不在食物配製或貯存地方的上空或 3 米範圍以內
- 不可在接近食物的地方噴射滅蟲劑
- 如有需要聘請專業的防治蟲鼠公司
- 防治蟲鼠監察紀錄表的樣本載於附錄 12

#### D. 廢物處理

廢物是指任何不宜再使用且擬棄置的食物、食物材料、包裝物料等。由於廢物有污染食物的危險，所以必須小心處理。

- 應在食物配製室的工作範圍四周放置廢物桶，並應放置在方便員工工作的位置
- 廢物桶應與其他貯物箱有明顯區別
- 食物配製室內的廢物桶如需經常使用及有定期清倒，便無須加蓋
- 應劃定地方以存放有待清倒的廢物
- 從食物配製室把食物殘渣移走以待清倒時，須把食物殘渣放置在密封的廢物貯存桶內
- 須在廢物桶及廢物貯存桶內放置膠袋以隔開廢物
- 廢物桶及廢物貯存桶須在滿載廢物時清倒或定時清倒
- 廢物桶須每天清潔及消毒，並須在晚上倒置放在離地的位置直至翌日，讓廢物桶內的水份排乾

#### E. 訓練

食物從業員提供訓練，食物如何會受污染，以及如何透過適當的食物處理程序以預防食物中毒。

- 各商號應擬定訓練計劃，以確定每名員工所需接受的訓練
- 應記錄每名員工已完成的訓練
- 應定期檢討訓練的需要，並根據員工的職責、現有技能、經驗和以往曾接受的訓練，來計劃員工所需接受的訓練
- 員工訓練紀錄的樣本載於附錄 13

#### F. 對顧客投訴的處理

顧客的投訴，有助反映食物製造過程中可能出現的問題。故此，商號應小心處理顧客的投訴，有需要時，可以因應問題，在食物安全計劃作出相應的調整，防止危害發生。

- 訂定處理投訴的程序
- 把顧客的所有投訴記錄在案
- 記錄所有細節，包括投訴日期、投訴人資料、原因、所作回應及修正行動
- 顧客投訴紀錄表的樣本載於附錄 14

## 常見引致食物中毒的原因

1. 食物未經徹底煮熟
2. 長時間存放食物在 4°C 至 63°C 間
3. 冷卻的時間太長
4. 翻熱的溫度不足
5. 烹煮前，冷藏肉類未經徹底解凍
6. 過早配製食物及把食物存放在室溫內
7. 食物來源不安全
8. 使用剩餘的食物
9. 交叉污染
10. 處理食物的工作人員是腸道傳染病患者或帶菌者

## 各類危害的例子

危害是任何會危及食品安全的來源或物理性：

### 生物性

- 李斯特菌
- 沙門氏菌
- 空腸彎曲菌
- 埃希氏大腸桿菌 O157:H7
- 諾瓦克病毒

### 化學性

- 殺蟲劑
- 毒素(魚類)
- 黴菌毒素
- 致敏原

### 物理性

- 玻璃
- 金屬
- 石頭

危害控制工作表

處理食物流程圖

A large empty rectangular box with a black border, intended for a food handling flowchart. The text '處理食物流程圖' is located at the top left corner of this box.

危害控制工作表

步驟	
危害	
預防措施	
監控標準	
監察措施	
矯正行動	
紀錄	



















員工訓練紀錄

姓名：	
職位：	
過往曾接受的訓練 (1) 類別： 日期： 提供訓練機構： (2) 類別： 日期： 提供訓練機構： (3) 類別： 日期： 提供訓練機構： (4) 類別： 日期： 提供訓練機構：	
需要的額外訓練：	

顧客投訴紀錄

投訴日期：	
投訴人姓名：	
投訴人電話號碼：	
投訴方法	口頭 / 書面
接獲投訴職員：	
處理投訴職員：	
投訴原因：	
調查結果：	
矯正行動：	
投訴人回應：	不滿意 / 滿意

食物安全計劃  
管理人員自行檢查清單

負責檢查人員 \_\_\_\_\_ 日期 \_\_\_\_\_

個人衛生

標準	是	否	備註	更正日期
員工穿著正確服裝				
處理食物人員戴上髮罩				
指甲短、沒有塗指甲油及保持清潔				
所載飾物只限手錶和簡單的戒指				
在適當時候更換手套				
在處理食物前，已完全覆蓋手上的潰瘍及繃帶				
設有足夠的洗手和乾手設施				
按照正確的洗手程序經常洗手				
員工只在工作範圍以外的指定地方吸煙				
員工只在工作範圍以外的指定地方飲食或嚼食香口膠				
員工咳嗽或打噴嚏時，有採取適當行動，避免飛沫四濺				
員工咳嗽 / 擤鼻子時，有使用即棄紙巾，並在用後棄置有關紙巾				
嚴禁受感染人士接觸食物				
記錄員工的患病情況				

## 食具和用具

標準	是	否	備註	更正日期
所有細小用具及食具，包括砧板，在每次使用前後均已清潔				
風乾細小用具及食具				
接觸食物的表面是清潔的				
接觸食物的表面在使用前後均已清潔和消毒				
溫度計在使用前後均已清潔和消毒				
開罐頭器是清潔的				
抽屜和架子是清潔的				
存放細小用具時，都有將用具倒轉、蓋好或用其他保護方法，以免這些用具受塵封或污染				

## 清潔和消毒

標準	是	否	備註	更正日期
妥當安排三步洗滌槽作清洗、沖洗和消毒用具之用				
訂定清潔廚房用具和地方的程序				
使用氯氣測試包或溫度計檢查消毒沖洗程序				
如用熱力消毒，應把用具放在水溫達 82°C 的熱水內 30 秒				
如使用化學品消毒，須確保稀釋度正確				
清潔用的化學品存放				
讓食具風乾				
抹布在使用期間，須存放在消毒溶液內				
妥存放已瀟和食具				

### 廢物處理

標準	是	否	備註	更正日期
有足夠的垃圾桶				
把垃圾桶清洗及消毒				
在有需要時清倒垃圾桶				
把箱盒、廢紙等雜物移離工作地點				
垃圾存放地點已採取防治蟲鼠措施				
在食物製造地方外面辟設適當地方存放掃帚、拖把及其它潔淨用具				

### 防治蟲鼠

標準	是	否	備註	更正日期
在打開的門窗上安裝隔網，且保持隔網維修妥善				
已推行防治蟲鼠計劃				
沒有蟲鼠的痕跡				

### 食物製造

步驟	監控標準	是	否	備註	矯正日期
收貨	收貨後，立即檢查送來的食物及物料				
	迅速把所有食物及物料送往適當的貯存範圍				
	收貨範圍清潔，沒有食物碎屑、箱子或其他垃圾				
	冷凍及冷藏食品運來時的溫度是正確的				
	食品由認可供應商供應				

步驟	監控標準	是	否	備註	矯正日期
貯存乾貨	貯存範圍乾爽及空氣流通				
	所有食物及紙制物料貯存時均遠離地面				
	所有食物標明名稱及(食用/收貨)日期				
	採用先入先出的方法				
	並無貯存凸出或爆裂的罐頭貨品				
	已開箱的散裝食物貯存在有密封蓋子的容器內				
	保護食物不受污染				
	所有表面及地面是清潔的				
	化學品及清潔物料的存放地方均遠離食物及其它與食物有關的物料				
冷貯存	溫度計在適當位置及準確無誤				
	保持適當的溫度： 冰箱 4°C 或以下及冷藏庫 -18°C 或以下				
	所有食物遠離地面貯存				
	設備清潔				
	妥善擺放食物，讓冷空氣流通				
	熟的食物存放在生的食物之上				
	遵行適當的冷卻程序				
	所有食物均適當地包裹、附加標籤和標明日期				
	採用先入先出的方法				

步驟	監控標準	是	否	備註	矯正日期
處理食物	在冰箱中或在流動的冷自來水中解凍冷藏食物				
	食物沒有在 4°C 至 63°C 間擺放超過 2 小時				
	採用適當的方法試味				
	保護食物免受污染				
	以清潔的用具、戴上清潔手套的雙手或清潔的雙手處理食物				
	使用食具時，避免觸及與食物直接接觸的部分				
	可再用的毛巾只用於消毒用具表面，並非用於抹乾雙手、食具、地面等				
保溫	設備清潔				
	食物在保溫前加熱至 75°C 或以上				
	食物保溫的°C 或以上				
	保護食物免受污染				
運送	運送的容器及手推車有定期清潔和消毒				
	運送時保持適當的溫度：冷凍食物 4°C 或以下及熱的食物 63°C 以上				
	遮蓋運送食物的手推車及容器				
	運送車輛清潔				

若需要更詳盡資料，可前往：

九龍旺角花園街 123 號 A 花園街市政大廈八字樓

傳達資源小組

或

致電：2787 1229 查詢

食物環境衛生署查詢熱線：2868 0000

食物環境衛生署風險傳達組編 6/2000