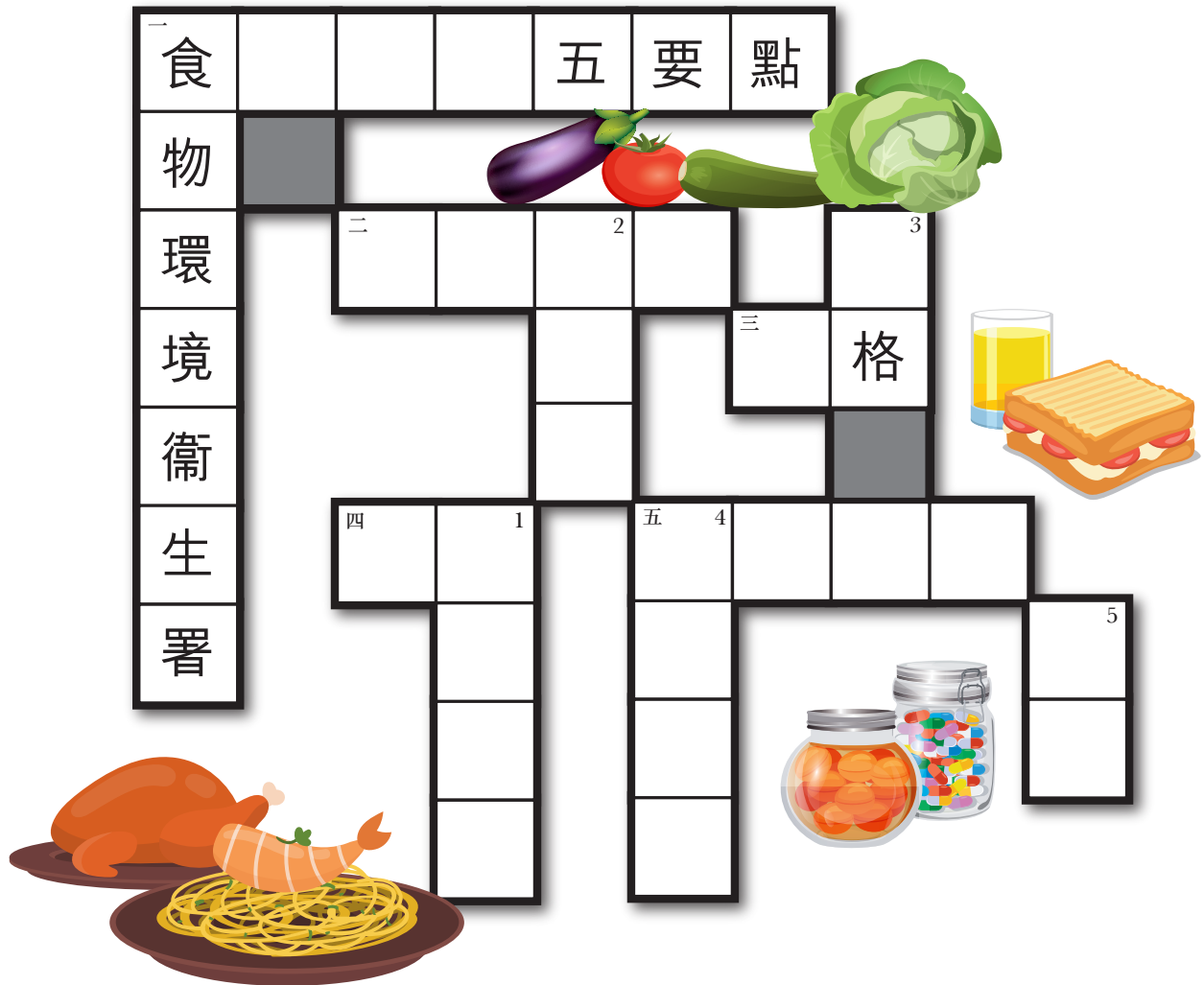




「食物安全知多少」填字遊戲

"Know More About Food Safety" Crossword Puzzle Game



遊戲問題

橫

- 一 要有效地預防由食物傳播的疾病，我們應遵從****五要點
- 二 食物安全五要點的第二個重點是****
- 三 生的食物應放在雪櫃的哪一格 (**)
- 四 食物煮熟後應立即**
- 五 進食剩餘食物前，應****至滾燙

直

- 1 不要選購已超逾****的食物
- 2 每次使用用具和工作枱後，用熱水及***清洗
- 3 即食或經煮熟的食物應放在雪櫃的哪一格 (**)
- 4 使用微波爐煮食，應蓋好食物，在烹煮期間取出攪動，確保食物****
- 5 剩餘食物要盡快**並放進雪櫃

食物安全五要點

因進食含致病微生物或有毒化學物的人，一般會有肚痛、嘔吐和腹瀉的情況。
所以我們應遵從「食物安全五要點」以減低由食物傳播的疾病：

1 精明選擇

選購新鮮和衛生的食物，並細閱食物標籤，不要選購已超逾食用限期的食物。

此日期或之前食用
Use-by date
28-4-2022
日DD 月MM 年YY

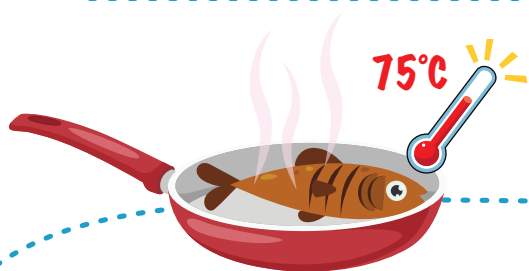


2 保持清潔

處理食物前和進食前都要清潔雙手。
保持廚房清潔，在每次使用用具和工作枱後，用熱水及清潔劑清洗。垃圾桶要蓋好，並每日最少清倒一次。

3 生熟分開

用不同的用具分開處理生的食物和即食食物（如水果）。在雪櫃內以有蓋容器貯存食物，把即食或經煮熟的食物放在上格，生的肉類及海產放在下格以避免交叉污染。



4 煮熟食物

確保食物中心溫度達到最少75°C，煮熟的肉類及肉汁不應呈紅色。使用微波爐煮食，應蓋好食物，在烹煮期間取出攪動，確保食物徹底煮熟。

5 安全溫度

食物煮熟後應立即進食，不應置於室溫超過兩小時。剩餘的食物要盡快冷卻並放進雪櫃。進食剩餘食物前，應徹底翻熱至滾燙。

