

Số: 87 /TTYT

Quận 7, ngày 17 tháng 03 năm 2023

V/v khuyến cáo quy tắc vàng
trong chế biến thức ăn tránh ngộ
độc thực phẩm tại các cơ sở giáo
dục trên địa bàn

Kính gửi: Phòng Giáo dục và Đào tạo Quận 7

Căn cứ Kế hoạch số 780/KH-BCĐLNATTPQ ngày 28 tháng 02 năm 2023 của Ủy ban nhân dân Quận 7 về công tác đảm bảo an toàn thực phẩm năm 2023.

Thời tiết nắng nóng là điều kiện thuận lợi cho các vi sinh vật trong thực phẩm phát triển mạnh. Vì vậy, nhiều người đã sử dụng các thức ăn để lâu bên ngoài, không được bảo quản tốt dẫn đến tình trạng ngộ độc thực phẩm.

Trung tâm Y tế Quận 7 khuyến cáo đến các cơ sở giáo dục trên địa bàn cần thực hiện đúng các quy tắc vàng trong chế biến thức ăn nhằm giảm thiểu nguy cơ ngộ độc và mắc các bệnh về đường tiêu hóa gây tổn hại sức khỏe đến các em học sinh, cụ thể như sau:

- Chọn thực phẩm an toàn. Chọn thực phẩm tươi. Rau, quả ăn sống phải được ngâm và rửa kỹ bằng nước sạch.
- Quả nên gọt vỏ trước khi ăn. Thực phẩm đông lạnh để tan đá, rồi làm đông đá lại là kém an toàn.
- Nấu chín kỹ thức ăn. Nấu chín kỹ hoàn toàn thức ăn là bảo đảm nhiệt độ trung tâm thực phẩm phải đạt tới trên 70°C.
- Ăn ngay sau khi nấu. Hãy ăn ngay sau khi vừa nấu xong vì thức ăn càng để lâu thì càng nguy hiểm.
- Bảo quản cẩn thận các thức ăn đã nấu chín. Muốn giữ thức ăn quá 5 tiếng đồng hồ, cần phải giữ liên tục nóng trên 60°C hoặc lạnh dưới 10°C. Thức ăn cho trẻ nhỏ không nên dùng lại.
- Nấu lại thức ăn thật kỹ. Các thức ăn chín dùng lại sau 5 tiếng và nhất thiết phải được đun kỹ lại.
- Tránh ô nhiễm chéo giữa thức ăn chín và sống với bề mặt bẩn. Thức ăn đã được nấu chín có thể bị nhiễm mầm bệnh do tiếp xúc trực tiếp với thức ăn sống hoặc gián tiếp với các bề mặt bẩn (như dùng chung dao, thớt để chế biến thực phẩm sống và chín).
- Rửa tay sạch trước khi chế biến thức ăn và sau mỗi lần gián đoạn để làm việc khác. Nếu bạn bị nhiễm trùng ở bàn tay, hãy băng kỹ và kín vết thương nhiễm trùng đó trước khi chế biến thức ăn.

- Giữ sạch các bề mặt chế biến thức ăn. Do thức ăn dễ bị nhiễm khuẩn, bất kỳ bề mặt nào dùng để chế biến thức ăn cũng phải được giữ sạch. Khăn lau bát đĩa cần phải được luộc nước sôi và thay thường xuyên trước khi sử dụng lại.

- Che đậy thực phẩm để tránh côn trùng và các động vật khác. Che đậy giữ thực phẩm trong hộp kín, chạn, tủ kính, lồng bàn... Đó là cách bảo vệ tốt nhất. Khăn đã dùng che đậy thức ăn chín phải được giặt sạch lại.

- Sử dụng nguồn nước sạch an toàn. Nước sạch là nước không màu, mùi, vị lạ và không chứa mầm bệnh.

- Hãy đun sôi trước khi làm đá uống. Đặc biệt cẩn thận với nguồn nước dùng nấu thức ăn cho trẻ nhỏ.

Trân trọng./.

Nơi nhận: 

- Như trên;
- BGĐ TTYT;
- Lưu: VT, ATTP, KHNH.

KT. GIÁM ĐỐC
PHÓ GIÁM ĐỐC





Phó Giám đốc

