

## 餐饮业卫生规范

德国每年由于食品中的微生物，特别是细菌、病毒或寄生虫而导致的病例已超出 10 万例。而据专家估计，实际的数字还要高出许多。提供餐饮服务的人员必须具备高度责任感。食品必须安全卫生，质量无可挑剔。为此在日常工作中，厨房工作人员务必重视清洁和卫生。这包括个人身体和手部卫生、食物的妥善处理以及厨房和整个公司内的清洁卫生。厨房日常工作中需要注意的事项，我们将通过如下餐饮业工作人员卫生规范进行简洁说明。



餐饮业工作人员必须注意个人身体卫生、食物的妥善处理以及工作场所的清洁卫生。

### 个人卫生

#### 保持身体清洁

人体的肌肤上、尤其是头皮上存活着大量微生物。而在清洗干净的身体上微生物很难繁殖。因此个人卫生就显得尤为重要。定期清洗头发可以防止给微生物提供养分的头屑滋生。

#### 剪短指甲并保持清洁，不得染指甲

留长的指甲内尤其容易滋生微生物。因此应尽量剪短指甲。因为涂染指甲油后不易辨认脏垢，且指甲油可能会脱落，因此厨房工作人员禁止涂抹指甲油。

#### 严格区分私人衣物和工作服

穿着私人衣物可能会将微生物带入厨房。因此必须穿着合理且干净的工作服。工作服必须在更衣间内和您的私人衣物分开保存。

#### 每日使用清洁的衣物和抹布

衣物和抹布上存活大量的会污染食物的微生物。因此需要每日更换工作服和厨房内使用的抹布。布料必须明亮且耐高温煮洗。

## 在厨房区域内佩戴工作帽

人的头皮会定期更新从而产生头屑。而且每人每天都会掉落一定数量的头发。食品中落进头屑和头发令人作呕且极不卫生，因为其中含有大量的微生物。因此在工作时务必佩戴工作帽。长发应束在脑后。

## 工作之前: 取下手上饰品和手表

由于出汗，手上佩戴的首饰和手表下而潮湿，导致这些部位微生物大量繁殖。另外，首饰还有碍于双手和前臂的彻底清洁。因此工作前请取下您的首饰。工作当中同样不应佩戴耳环和项链。

## 定期彻底清洗双手并消毒

我们的双手随时随地都在接触病原体。使用肥皂和温水彻底清洗双手，然后再使用一次性纸巾擦拭，可以避免将病原体转移到食物中。请在指定的洗手池内清洗双手。严禁在用来清洁食物和餐具的水槽内洗手。请在工作开始前仔细清洗双手，并且在工作和操作过程当中也需定期清洗双手。至少在加工生食，特别是生肉、禽肉和蛋类食物以及如厕之后，必须清洗双手并进行消毒。请注意遵守企业内部的个人卫生行为规范。

## 不得面对食品咳嗽、打喷嚏

即便是健康人的鼻腔和呼吸道内同样存活着大量可能会导致食物中毒的细菌。为了避免细菌以及其可能携带的病毒通过细小水滴污染菜肴，请在咳嗽或打喷嚏时将头偏离食物。咳嗽和打喷嚏可用臂弯遮挡，并使用纸巾擦拭鼻子。随后丢掉纸巾，彻底清洁双手并消毒。

## 防水包扎开放性伤口

开放性伤口无论如何都不得接触食物，因为其中含有的细菌可能会导致食物中毒。您必须使用防水创可贴、干净的绷带和橡胶指套或橡胶手套防护伤口。对此我们建议使用彩色材料，因为丢失时很容易识别。

## 严禁吸烟

在厨房工作区域内严禁吸烟，烟灰和烟头都可能污染菜肴，不仅有害健康，而且令人作呕。

## 如出现反复腹泻和呕吐的疾病和症状，需立即报告厨房管理层

如果员工患有可通过食物传播的疾病或传染病，或者只要出现可传播类疾病的症状，在存在可能传播病原体的情况下，该员工不得处理食物，也不得进入厨房区域。特别是腹泻、伤口化脓以及严重的感冒和咳嗽等疾病，病原体通过食物传播的可能性极大 – 即便已十分注意卫生。因此必须即时通知厨房管理层。

## 从肝炎或腹泻等传染病疫区旅行归来而没有接种疫苗，或在休假期间患过类似疾病，请通知厨房管理层

感染肝病病毒的人员，在首发病症出现前 7 至 14 天便已感染病毒。腹泻人员恢复健康之后，患者仍会排泄病原体。通过个人防护措施，例如手部卫生和消毒的严格规范或者指定一个单独的卫生间，可以避免病原体的传播。因此需要通知厨房管理层。

## 食品卫生

**对所有进货食品都要进行验收检查，仅能接受质量合格的食品**

如果食品的包装出现污染或损坏，可能会将有害微生物和害虫带入库房。从而污染库房内存放的食品。因此在验货时务必检查供应货物的包装和质量。

**确保冷冻食品的冷藏过程没有间断**

未充分冷却的食品可能会变质。因此进货时应检查食品是否经过合理冷却。这对于肉禽蛋类和奶制品类尤其重要。

**分离清洁性和非清洁性工作**

不清洁的、也就是被微生物污染的食品或工具会将微生物传播到干净清洁的食物当中 – 无论是在加工过程中还是在保存过程

中。因此请使用不同的容器对生食和熟食分别进行存放，并将其完全覆盖住。使用过的餐具也可能已经感染细菌。因此需要对食品供应和餐具回收工序在时间上或空间上区分开来。切勿使用没有经过仔细彻底清洗的同一个厨房用具同时对生食和熟食进行加工处理。

**冷藏并迅速食用易变质食物**

很多微生物即使在室温下也繁殖极其迅速。而某些微生物即使在冷藏过程中也可以繁殖，不过是速度稍减。因此请严格按照规定的冷藏要求冷藏并迅速食用易变质食物。食品外包装上注明的保质期以及存放条件也须严格遵守执行。



加工食品过程中，务必遵守工作卫生行为规范。



## 对食品进行快速加工处理

在厨房加工过程中，食品会慢慢受到环境温度的影响而升温。因此请首先对易变质食物即时进行加工处理，从而降低微生物繁殖的风险。

## 加工熟食材前进行中间冷却

在对食品进行细切和加工过程中，例如土豆以及与其他食材混合时，微生物会污染菜肴。如果食品温热，细菌将繁殖的尤其迅速。因此对熟食材需要快速加工或将其中间冷却。

## 始终覆盖菜肴

保存食品时请将其覆盖，以防止微生物通过空气污染菜肴。适合用于覆盖的材料有盖子、干净的餐具或食品薄膜。

## 大块的禽肉以及完整的家禽在加工前须彻底解冻

和细薄的禽肉相比，大块的烤肉和禽肉以及完整的家禽更难解冻。如果食物核心尚处冷冻状态，那么食物在规定的烹饪时间内和温度下就不一定能熟透。这导致不能完全杀死微生物，使它们在温度冷却后再次繁殖。

## 请将禽肉解冻时产生的液体完全倒掉。

解冻液内一般都含有微生物，可能会污染食物，甚至让食物产生毒性。因此切勿让其接触到其他食物。最好能使用一次性纸巾将解冻液吸净擦干净，然后立刻清洗双手以及所有接触解冻液的表面和物件，并进行消毒。

## 正确品尝

品尝时需注意个人唾液不得污染菜肴。因为每个人的口腔内都存活着大量微生物。因此请使用干净的勺子取用一小份菜肴装在小碗内，或直接放在您要用来品尝的调羹上，从而保证菜肴清洁卫生。

## 不得裸手接触调制完成的菜肴以及餐具内表面

双手含有大量微生物。如果直接裸手接触，可能会污染菜肴以及餐具。请在调配和混合不需要再进行加热的菜肴时佩戴干净的手套。不得裸手接触餐具内表面。

## 充分加热菜肴

通过加热可以杀死大部分微生物。需要注意的是，将食物在 72 摄氏度的高温下加热两分钟 – 不仅仅是食物表面，还有食物的内部。这也同样适用于先经过冷却再加热的菜肴。安全起见，可以使用温度计测量食物核心的温度。

## 供应熟食时：

将熟食温度保持在 65 摄氏度以上。在 15 至 55 摄氏度的温度范围内，细菌繁殖尤其迅速。制作完毕准备配送的热菜，温度不得低于 65 摄氏度。热度保持时间不得超过三小时。

## 尽快冷却食物

出于安全考虑，应该在两个小时之内将食物从 65 摄氏度冷却至 10 摄氏度，以避免细菌繁殖。可以使用小的容器分装菜肴进行冷却。因为总量越小，冷却速度越快。

## 厨房卫生

### 保持厨房整洁

厨房工作不需要的物件不得进入厨房。因为脏污和微生物可能会通过它们污染食物。请将空的容器，例如用来装运果蔬或奶制品等食品的容器或者空罐头盒等，立即从厨房区域中清除。

### 保持厨房、仓库和工具清洁

在不干净的区域内和受污染的工具上微生物繁殖尤为迅速。如果保持工作区域、机器和工具干净整洁，细菌将缺少养料，从而不能繁殖。因此在使用机器和工具后请立即使用热水和清洁剂将其清洁。

### 不断清洁工作区域 – 使用干净的抹布，最好是一次性清洁纸巾

干燥后的食物残余以及脏污极难清洁。在那里会形成肉眼难以辨认的细菌群。因此，每个工作流程结束后，都需要彻底清洁工作区域。受污染的、经常使用的抹布含有大量微生物，在用其清洁时可能会传播至工作表面或工具上。因此请每日使用干净的抹布或者使用后马上扔掉的一次性纸巾。

### 不要将冷藏室填的太满

如果冷藏室填充过满，冷却能力会受到影响而下降。内部温度从而上升，微生物也因此更易繁殖。因此需要保持充足的冷却能力。注意不要一次性冷却过多食品。

### 不得任意调整温度和清洁时间

残余在清洁后的餐具上面的食物残渣不仅很令人反胃，还为微生物的滋生提供养料。即便时间紧迫，也必须严格遵守洗碗机规定的清洁时间。另外，也需注意对水的温度和洗涤剂用量的要求。如此方能保证最佳的洗涤效果。

### 在厨房外保存清洁剂和消毒剂

清洁剂、消毒剂以及驱虫剂可能会污染食物。这些物品不得与食物发生接触，因此必须保存在厨房以外的区域。意外的误食这些可能导致腐蚀或中毒。

## 版权声明

### 出版发行

aid infodienst e. V.

**联邦消费者保护、食品与农业部**

Heilsbachstraße 16

D-53123 Bonn

**电话:** +49 228 8499-0

aid@aid.de

www.aid.de

**文件下载:** 1678

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

---

Bundesinstitut für Risikobewertung

**德国联邦风险评估研究所**

Postfach 12 69 42

D-10609 Berlin

**电话:** +49 30 18412-0

**传真:** +49 30 18412-4970

bfr@bfr.bund.de

www.bfr.bund.de

**更多信息请参见 aid 刊物 1323 食品卫生**