

**SÁCH CHỈ DẪN CHO NHÂN VIÊN
VẬN CHUYỂN, TÍCH TRỮ VÀ SỬA SOẠN ...
THỰC PHẨM**

**VỆ SINH VÀ VIỆC GIỮ GÌN TRONG LÀNH CHO
THỰC PHẨM**

**GUIDE DU MANIPULATEUR D'ALIMENTS
HYGIÈNE ET SALUBRITÉ ALIMENTAIRES**

Ville de Montréal

Service Environnement, voirie et réseaux
Direction de l'environnement
Inspection des aliments

827, boul. Crémazie Est, bureau 301
Montréal (Québec) H2M 2T8

I – HYGIÈNE ET SALUBRITÉ ALIMENTAIRES SUR LE TERRITOIRE DE LA COMMUNAUTÉ URBAINE DE MONTRÉAL (CUM)

VỆ SINH VÀ GIỮ GÌN SẠCH SẼ THỰC PHẨM TRÊN ĐỊA PHẬN CỦA CỘNG ĐỒNG THỊ TRẤN MONTRÉAL (gọi tắt là CUM)

Trong địa phận Communauté Urbaine de Montréal (viết tắt là CUM), đồ ăn thức uống không những phải tôn trọng luật lệ và điều lệ của chính phủ liên bang và tỉnh Québec, mà còn phải tôn trọng điều lệ chuyên biệt của CUM.

CUM gồm có 29 thị trấn với tổng số dân hơn 1,7 triệu người, bao gồm đủ loại sắc tộc. Sở Thanh Tra Thực Phẩm, Nha Bảo Vệ Môi Sinh của CUM (**La direction de l'inspection des aliments du service de l'environnement**) có nhiệm vụ kiểm soát vệ sinh và phương cách giữ gìn sạch sẽ đồ ăn và thực phẩm của hơn 12600 cơ sở buôn bán thực phẩm. Phần nửa những cửa hàng này là tiệm ăn uống.

II – PROTECTION DU CONSOMMATEUR BẢO VỆ NGƯỜI TIÊU THỤ

Thành phần ban giám đốc Sở Thanh Tra Thực Phẩm của CUM gồm một nhóm chuyên gia về canh nông, thú y, vi trùng học, hoá học, phòng thí nghiệm và khoảng năm mươi thanh tra. Nhiệm vụ của những nhân viên này là bảo vệ người tiêu thụ; họ kiểm soát vệ sinh và phương cách giữ gìn sạch sẽ qua các giai đoạn sửa soạn, biến chế, tích trữ, vận chuyển thực phẩm.

Các thanh tra hàng ngày đi kiểm soát bất cứ lúc nào các quán ăn, hàng cá, thịt, bệnh viện... và ngay cả những xe-bán-đồ-ăn lưu động (cantine), máy-bán-đồ-ăn tự động, xe vận tải thực phẩm. Hàng năm họ đi thanh tra khoảng 60000 lần, như vậy mỗi cửa hàng sẽ bị thanh tra khoảng 5 lần một năm.

Sau mỗi lần thanh tra, viên thanh tra sẽ thông báo cho người trách nhiệm của cơ sở thương mại những khuyến cáo của họ. Nếu có phạm luật, thanh tra sẽ làm biên bản bắt buộc quý vị phải sửa sai trong một thời hạn ấn định. Nếu không chịu thi hành những sửa sai này, hoặc nếu những điều phạm luật quá trầm trọng, người phạm luật sẽ bị truy tố trước toà án và bị phạt vạ. Trong trường hợp có nguy hiểm cấp bách cho người tiêu thụ, giám đốc Sở Thanh Tra có quyền cấm cửa hàng hoạt động, hoặc có trường hợp niêm phong cơ sở thương mại.

III – GUIDE DU MANIPULATEUR D'ALIMENTS

CHỈ DẪN THỰC HÀNH CHO VIỆC VẬN CHUYỂN, TÍCH TRỮ VÀ SỬA SOẠN THỰC PHẨM

Tài liệu này dành cho các nhân viên phụ trách về vận chuyển, tích trữ hoặc sửa soạn thực phẩm. Đó là những nguyên tắc tổng quát về vệ sinh mà các nhân

viên các cửa hàng phải áp dụng để thực phẩm được cung cấp trong lành không nguy hại cho người tiêu thụ.

A – TOXI-INFECTIONS ALIMENTAIRES TRÚNG ĐỘC VÌ THỰC PHẨM

Bị trúng độc vì thực phẩm (empoisonnements), hay trúng thực, là vì không tiêu hoá được thực phẩm đã bị nhiễm trùng hay nhiễm độc.

Sinh trùng gây bệnh hay nguy hại cho sức khoẻ chỉ tương trưng một phần nhỏ của những vi sinh vật mà mắt người thường không thấy được. Chúng là những vi trùng, vi khuẩn, men, mốc, ký sinh trùng ở trong mọi môi trường: đất, không khí, phân, hệ thống tiêu hoá súc vật, thực phẩm sống, tay, áo quần, nước mũi, nước bọt.

Vi trùng sinh sôi nảy nở, nhưng chúng không tự di động được. Vì thế cho nên nguồn gốc lây nhiễm là do những phần tử bên ngoài đến tiếp xúc với thực phẩm. Tay, bàn, thớt, dụng cụ nấu ăn, là một vài thí dụ điển hình những nguồn gốc lây nhiễm.

Không như ta thường nghĩ, sự có mặt của sinh trùng trong thực phẩm không nhất thiết làm đổi dạng hay đổi mùi vị thực phẩm. Chỉ có những phân tích trong phòng thí nghiệm mới xác nhận được sự có mặt của sinh trùng gây bệnh trong thực phẩm. Lý do là chúng quá nhỏ, quá li ti, phải có 500 triệu con vi trùng mới phủ hết mặt một con tem bưu điện.

Đa số sinh trùng không có hại mà có khi lại hữu dụng, người ta dùng sinh trùng để chế tạo sữa chua (yoyourt), pho-mát, dòi. Tuy nhiên, có một số nhỏ sinh trùng lại nguy hiểm, gây bệnh tật, và có thể gây thiệt hại đến tính mạng. Người ta ước lượng khoảng 95 phần trăm trường hợp trúng độc vì thực phẩm bị gây ra bởi một thiểu số của những loại sinh trùng này.

Khi bị trúng thực, người bệnh buồn nôn, ói mửa, đau thắt bụng, và tiêu chảy. Trẻ em và người lớn tuổi hay dễ bị trúng độc vì thực phẩm.

B – QUALITÉ ET INNOCUITÉ DES ALIMENTS = ÉCONOMIES THỰC PHẨM TRONG LÀNH VÀ CÓ PHẨM LƯỢNG CAO = TIẾT KIỆM

Theo thống kê của Canada, khoảng 70 phần trăm trường hợp trúng thực gây ra bởi những cửa hàng buôn bán lẻ hay do việc bày dọn thực phẩm. Mỗi năm, hàng ngàn trường hợp trúng thực hầu như là hậu quả của việc vận chuyển, tích trữ và sửa soạn thực phẩm không đúng cách.

Thế nên điều rất quan trọng là chúng ta phải áp dụng những phương cách làm việc đúng vệ sinh để phòng ngừa vi trùng sinh sôi nảy nở trong thực phẩm.

Chúng không những gây bệnh tật, mà lại còn làm hư thối thực phẩm: bánh mì lên mốc, sữa lên men hôi, thịt nhầy nhớt...

Tôn trọng những điều lệ vệ sinh và giữ gìn sạch sẽ thực phẩm không những có ích cho quý vị trong việc giữ được phẩm chất, giữ mặt hàng tốt, tích trữ thực phẩm được lâu, mà còn giúp cho quý vị được tiết kiệm, thêm huê lợi, và cửa hàng quý vị lại có tiếng tốt.

C – CONSERVATION DES ALIMENTS TÍCH TRỮ THỰC PHẨM

Nếu thực phẩm chứa nhiều vi trùng sẽ gây ra trúng độc vì thực phẩm cho người tiêu thụ. Trong những nguyên nhân, thì nguyên nhân THỜI GIAN - NHIỆT ĐỘ (**Temps - Temperature**) đứng đầu số. Thật vậy, đa số nhiễm độc vì thực phẩm gây ra bởi một kiểm soát sai lạc về nhiệt độ.

Vi trùng sinh sống, điều tiết, sinh sôi nảy nở nhanh chóng trong các thực phẩm ẩm và ẩm ướt. Ở nhiệt độ từ 35°C (95°F) đến 45°C (113°F), số vi trùng tăng gấp hai trong vòng 15 phút. Cứ theo nhịp này thì 100 con vi trùng sẽ sinh thành một triệu con vi trùng trong vòng ba tiếng rưỡi đồng hồ. Vi trùng lại sinh sôi nảy nở nhanh chóng trong những môi trường ít ất-xít hay không chứa ất-xít như trứng, sữa, thịt.

D – ALIMENTS POTENTIELLEMENT DANGEREUX THỰC PHẨM DỄ GÂY NGUY HẠI

Thực phẩm dễ gây nguy hại là những thực phẩm trong đó vi trùng sinh sôi nảy nở nhanh chóng, nếu không được giữ gìn ở những nhiệt độ thoả đáng, có nghĩa là nóng hơn 60°C (140°F), hay lạnh hơn 4°C (40°F).

E – ALIMENTS PARTICULIÈREMENT VULNÉRABLES À LA CONTAMINATION BACTÉRIENNE THỰC PHẨM DỄ BỊ LÂY NHIỄM BỞI VI TRÙNG

Thực phẩm dễ bị lây nhiễm bởi vi trùng :

- Thịt, thịt gà, thịt vịt, sống hay nấu chín (ngoại trừ đôi khô);
- Thức ăn hay xà-lách có chứa thịt, cá, đồ biển;
- Cá, đồ biển, còn sống hay nấu chín;
- Nước xốt, mayonnaise;
- Sữa, thức ăn tạo từ sữa, trứng sống hay nấu chín;
- Bánh flan, chè, kem đánh, kem để làm bánh ngọt;
- Rau cải nấu chín;

(micro-onde). KHÔNG BAO GIỜ làm tan đá thực phẩm ở nhiệt độ bình-thường-trong-nhà, bởi vì mặt ngoài của thực phẩm sau khi hết đông lạnh sẽ là nơi thuận tiện cho việc sinh sôi nảy nở của các vi trùng.

- Làm tan đá và lau rửa thường xuyên tủ lạnh và tủ đông lạnh sẽ tránh được mùi hôi trong tủ, và còn ngừa được trực trặc máy móc.

H – MANIPULATION DES ALIMENTS

VẬN CHUYỂN, TÍCH TRỮ VÀ SỬA SOẠN THỰC PHẨM

Muốn tránh thực phẩm bị hư, điều tối cần là phải hạn chế những lây nhiễm, bằng cách giữ gìn sạch sẽ những gì có tiếp xúc với thực phẩm. Những điều phải làm sau đây sẽ ngăn cản vi trùng sinh sôi nảy nở :

- Bảo vệ thực phẩm bằng cách dùng vật liệu bao bọc đã có được kiểm nhận như màng nhựa mỏng trong suốt, nắp đậy. Các đồ đậy phải được lau chùi, rửa dễ dàng. Không bao giờ đặt những đồ dùng đựng thức ăn ngay trên mặt đất, hoặc sàn nhà.
- Quý vị phải chắc chắn là thịt hay thực phẩm chế tạo từ thịt ra, mà quý vị tích trữ hay dùng, phải được cung cấp từ những cơ sở có giấy phép và được kiểm nhận. Thịt phải được cung cấp bởi những cơ sở tôn trọng luật lệ và điều lệ hiện hành.
 - Cửa hàng bán lẻ (dépanneurs, cửa hàng thịt, cửa hàng tạp hoá, cửa hàng phân phối) : Thịt phải được cung cấp bởi một cơ sở kiểm nhận của Canada, kiểm nhận của Québec (approuvé Canada, approuvé Québec) hay có giấy phép bán sỉ C1.
 - Tiệm ăn : Thịt phải được cung cấp bởi một cơ sở kiểm nhận của Canada, kiểm nhận của Québec có giấy phép bán sỉ C1, hay được cung cấp từ một cửa hàng bán lẻ.
- Bảo vệ thực phẩm tránh nguồn gốc lây nhiễm như nháy mũi, ho, xuyên. Tránh đụng chạm, cầm, bốc những muống, nĩa, và dụng cụ dùng cho thực phẩm.
- Rửa thật sạch, và sát trùng kỹ lưỡng những dụng cụ như dao, giá, muống, nĩa, chén, đĩa, thớt, mặt bàn, sau mỗi lần xử dụng để sửa soạn thực phẩm sống (thịt, rau); hoặc trước khi sửa soạn thực phẩm đã được nấu chín hay dọn ăn. Nếu làm đúng như vậy, sẽ tránh được việc nhiễm trùng từ loại thực phẩm này sang loại thực phẩm khác.
- Giữ gìn và sửa soạn thực phẩm còn sống hay đã nấu chín ở hai nơi hoàn toàn riêng biệt nhau.
- Thực phẩm mua trước và tích trữ trước phải được đem ra dùng trước, mua sau và tích trữ sau sẽ dùng sau.

- Vứt bỏ thực phẩm hư thối.
- Vứt bỏ những đồ hộp thực phẩm méo mó, phồng to, hoặc chảy xì khi khai. Nếu khai đồ hộp mà thực phẩm có mùi hôi hay không có vẻ bình thường thì phải vứt đi. Tuyệt đối không nên nếm thử. Khi đã khai đồ hộp rồi, phải lấy thực phẩm ra đựng ở trong một dụng-cụ-chứa-đựng khác, không được để lại trong hộp vì hộp sẽ rỉ sét và làm thay đổi phẩm chất của thực phẩm.

I – HYGIÈNE PERSONNELLE VỆ SINH CÁ NHÂN

Vệ sinh và sức khoẻ của nhân viên là rất quan trọng khi sửa soạn đồ ăn uống. Ai cũng có thể mang những mầm mống bệnh tật làm lây nhiễm cho thực phẩm. Những điều phòng ngừa sau đây phải được tôn trọng đúng mức để tránh làm ô nhiễm thực phẩm.

J – PRÉCAUTIONS À PRENDRE NHỮNG PHÒNG NGỪA PHẢI THI HÀNH

Rửa, lau tay kỹ lưỡng :

- Trước khi làm việc,
- Sau khi đi đại tiện hay tiểu tiện,
- Trước khi cầm bốc, chuyển vận thực phẩm,
- Sau khi chuyễn tay thực phẩm còn sống (gà, vịt),
- Sau khi ăn uống, sau khi hút thuốc,
- Sau khi ho, hỉ mũi, nháy mũi,
- Mỗi lần tay bị dơ bẩn,

Quản lý phải cung cấp cho nhân viên xà phòng, thuốc sát trùng, nước nóng, giấy lau tay, hoặc máy-thổi-không-khí-nóng làm khô tay, để cho nhân viên thường xuyên lau rửa và làm khô tay của họ.

Găng tay ni-lông dùng để chuyễn tay thực phẩm phải được thay, hoặc được rửa sạch và sát trùng mỗi ngày một lần.

- Mặc áo quần làm việc sạch sẽ, mang mũ chụp tóc hoặc lưới bao tóc. Mang vải bao bọc râu cằm, râu mép nếu nhân viên có râu.
- Tránh việc chuyễn tay thực phẩm nếu bị cảm, cúm, tiêu chảy hay ói mửa.
- Những vết thương tích, trầy, đứt, phỏng, trầy lở phải được giữ sạch sẽ và băng kín.

K – INSTALLATIONS, ÉQUIPEMENTS ET ENTRETIEN

CÁCH ĐẶT ĐỂ VÀ BẢO TRÌ DỤNG CỤ, MÁY MÓC

Giữ gìn sạch sẽ nơi làm việc cũng quan trọng như giữ vệ sinh cá nhân, để tránh làm lây nhiễm thực phẩm :

– Dụng cụ, máy móc, mặt bàn, đồ dùng nấu nướng phải được rửa và sát trùng ít nhất mỗi ngày một lần, hay thường xuyên hơn nếu thấy cần thiết, nhất là sau khi dùng cho thực phẩm sống. Dùng chất tẩy rửa thôi cũng chưa đủ để ngăn cản sự lây truyền và sự sinh sôi nảy nở của vi trùng.

Khi chùi rửa phải theo đúng phương cách sau đây :

- Rửa trước bằng nước nóng để rửa sạch thức ăn còn dính lại;
- Rửa bằng nước tẩy rửa (détergent) rồi tráng lại bằng nước nóng;
- Khử trùng theo một trong hai cách thức sau đây :

▲ Ngâm trong nước nóng có nhiệt độ ít nhất là 82°C (180°F) trong vòng một phút đồng hồ (chén, muỗng, nĩa...);

▲ Ngâm vào, hoặc tưới với nước tẩy rửa những dụng cụ có dung lượng lớn.

- Để khô trong không khí.

Nên nhớ là chỉ khử trùng dụng cụ sau khi đã chùi rửa kỹ lưỡng, vì chất khử trùng (désinfectant) không có hiệu nghiệm nếu dụng cụ còn dính chất bẩn. Các sản phẩm dùng vào việc lau rửa phải được kiểm nhận là được dùng cho thực phẩm, và phải được dùng đúng theo phương thức chỉ định bởi các hãng sản xuất.

- Nùi giẻ chỉ được dùng để chùi mặt bàn, rồi sau đó phải được ngâm vào nước khử trùng để dùng cho lần tới.

– Không nên dùng những dụng cụ bằng gỗ, như thớt gỗ, muỗng gỗ vì khó rửa sạch.

– Phòng ốc, dụng cụ, máy móc để sửa soạn thực phẩm chỉ được dùng chuyên biệt cho công việc này mà thôi. Chúng phải được thực hiện bằng vật liệu nhẵn, cứng, không độc, và dễ lau rửa. Những máy móc phải được tháo mở để dàng từng bộ phận để có thể được lau rửa sạch toàn bộ.

– Dùng nùi giẻ hay bàn chải làm bằng nhựa ni-lông. Các dụng cụ này nếu bằng kim loại dễ làm lây nhiễm thực phẩm.

– Các hoá chất dùng để khử trùng, chùi, rửa, và các hoá chất độc phải được để ở nơi hoàn toàn cách biệt với nơi tích trữ hay sửa soạn thực phẩm. Những hoá chất này có thể làm nhiễm độc thực phẩm và gây nên hậu quả là người ăn bị trúng độc.

– Một điều tối hệ trọng nữa là quý vị phải có một chương trình kiểm soát và tiêu diệt các côn trùng, các loại gặm nhấm như chuột, hay các con vật nguy hại khác. Sự có mặt của những sinh vật này chứng tỏ là cửa hàng hay cơ sở làm ăn của quý vị không được sạch sẽ, vệ sinh. Cửa chính và cửa sổ phải được đóng kín và

có mạng lưới. Những ống cống thải nước dơ bẩn phải có đồ ngăn chặn chuột bò vào, và phải có đồ chặn thịt mỡ vụn rơi xuống cống (trappe sanitaire).

– Rác, thực phẩm hư, thừa thãi, phải được để trữ trong đồ chứa sạch sẽ, bịt kín, và để ở một nơi riêng biệt để côn trùng hay thú vật không thể xâm nhập. Điều quan trọng là sở rác phải đem những rác rưởi, đồ thải ra, hai lần một tuần, hoặc là thường xuyên hơn nếu thấy cần thiết.

IV – HYGIÈNE ET SALUBRITÉ ALIMENTAIRES : UNE PRÉOCCUPATION CONSTANTE VỆ SINH VÀ TRONG LÀNH CỦA THỰC PHẨM : MỘT QUAN TÂM THƯỜNG TRỰC

Vệ sinh và sự trong lành của thực phẩm phải là một quan tâm thường xuyên của những người có trách nhiệm trong việc vận chuyển, tích trữ và sửa soạn thực phẩm tại các cơ sở cung cấp thực phẩm.

Các nhân viên phải luôn ghi nhớ rằng cách thức làm việc của họ có liên hệ trực tiếp đến sức khoẻ của người tiêu thụ. Chỉ một lần lầm lạc nhỏ của họ có thể gây nguy hại trầm trọng cho người tiêu thụ.

Các vị quản lý phải chắc chắn là những nhân viên có nhiệm vụ sửa soạn thực phẩm phải áp dụng đúng cách tất cả những đòi hỏi hay khuyến cáo trong tài liệu chỉ dẫn này.

Ban giám đốc của Sở Thanh Tra Thực Phẩm luôn luôn lưu tâm đến việc giáo dục, và khiến những vị có trách nhiệm của cơ sở hay cửa hàng phải quan tâm đến việc tôn trọng luật lệ khi chuyển vận, tích trữ hay sửa soạn thực phẩm. Hằng năm, Sở Thanh Tra Thực Phẩm có khoảng 50 khoá giảng huấn về vệ sinh cho các công tác nêu trên địa phận của CUM.

Nếu quý vị muốn tìm hiểu thêm,
xin điện thoại đến Sở Thanh Tra Thực Phẩm.
**La Direction de l'inspection des aliments
du Service de l'environnement de C.U.M**
số điện thoại (514) 280-4300

CANH T. NGUYEN

Kỹ-sư trưởng

Nha Bảo vệ Môi Sinh CUM

có mạng lưới. Những ống cống thải nước dơ bẩn phải có đồ ngăn chặn chuột bò vào, và phải có đồ chặn thịt mỡ vụn vật rơi xuống cống (trappe sanitaire).

– Rác, thực phẩm hư, thừa thãi, phải được để trữ trong đồ chứa sạch sẽ, bịt kín, và để ở một nơi riêng biệt để côn trùng hay thú vật không thể xâm nhập. Điều quan trọng là sở rác phải đem những rác rưởi, đồ thải ra, hai lần một tuần, hoặc là thường xuyên hơn nếu thấy cần thiết.

IV – HYGIÈNE ET SALUBRITÉ ALIMENTAIRES : UNE PRÉOCCUPATION CONSTANTE VỆ SINH VÀ TRONG LÀNH CỦA THỰC PHẨM : MỘT QUAN TÂM THƯỜNG TRỰC

Vệ sinh và sự trong lành của thực phẩm phải là một quan tâm thường xuyên của những người có trách nhiệm trong việc vận chuyển, tích trữ và sửa soạn thực phẩm tại các cơ sở cung cấp thực phẩm.

Các nhân viên phải luôn ghi nhớ rằng cách thức làm việc của họ có liên hệ trực tiếp đến sức khoẻ của người tiêu thụ. Chỉ một lần lầm lạc nhỏ của họ có thể gây nguy hại trầm trọng cho người tiêu thụ.

Các vị quản lý phải chắc chắn là những nhân viên có nhiệm vụ sửa soạn thực phẩm phải áp dụng đúng cách tất cả những đòi hỏi hay khuyến cáo trong tài liệu chỉ dẫn này.

Ban giám đốc của Sở Thanh Tra Thực Phẩm luôn luôn lưu tâm đến việc giáo dục, và khiến những vị có trách nhiệm của cơ sở hay cửa hàng phải quan tâm đến việc tôn trọng luật lệ khi chuyển vận, tích trữ hay sửa soạn thực phẩm. Hằng năm, Sở Thanh Tra Thực Phẩm có khoảng 50 khoá giảng huấn về vệ sinh cho các công tác nêu trên địa phận của CUM.

Nếu quý vị muốn tìm hiểu thêm,
xin điện thoại đến Sở Thanh Tra Thực Phẩm.
**La Direction de l'inspection des aliments
du Service de l'environnement de C.U.M**
số điện thoại (514) 280-4300

CANH T. NGUYEN

Kỹ-sư trưởng
Nha Bảo vệ Môi Sinh CUM