



الأكاديمية العربية الدولية
Arab International Academy

الأكاديمية العربية الدولية

المقررات الجامعية



YOUR GUARDS TO SAFE FOOD

الدليل الارشادي لبرنامج التدريب
في اساسيات سلامة الغذاء

أساسيات سلامة الغذاء

دليل متداولي الأغذية

برنامج تدريب المتعاملين بالأغذية



التلوث التبادلي



الطبخ



التنظيف



التبريد



جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية
ABU DHABI FOOD CONTROL AUTHORITY

الدليل الارشادي لبرنامج التدريب
في اساسيات سلامة الغذاء

أساسيات سلامة الغذاء

دليل متداولي الأغذية

برنامج تدريب المتعاملين بالأغذية



التلوث التبادلي



الطبخ



التنظيف



التبريد

المحتويات

- ٥ • مقدمة حول البرنامج التدريبي في اساسيات سلامة الغذاء
- ٦ • اهمية سلامة الغذاء
- ٧ • مصادر الخطر المرتبطة بسلامة الغذاء
- ٨ • مصادر البكتيريا (الملوثات الجرثومية)

- ٩ • غسيل الابدي
- ١٠ • النظافة الشخصية
- ١١ • الملابس الواقية
- ١٢ • مكافحة الافات
- ١٣ • التلوث التبادلي
- ١٤ • استخدام اقمشة التنظيف

- ١٥ • التنظيف والتعقيم
- ١٦ • وسائل تعقيم اخرى
- ١٧ • التنظيف منخفض وعالى الخطورة

- ١٩ • منطقة الخطر

- ٢٠ • طبخ الأغذية السائلة
- ٢١ • طبخ الدجاج
- ٢٢ • طبخ اللحوم الحمراء
- ٢٣ • طبخ الأغذية المختلطة
- ٢٤ • حفظ الأغذية الساخنة واعادة التسخين

- ٢٥ • الحفظ بالتبريد والتجميد
- ٢٦ • تبريد الأغذية الساخنة

التدريب الأساسي لسلامة الأغذية:
دليل التوعية قبل مرحلة التدريب



جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية 2010

جميع الحقوق محفوظة: لا يجوز نسخ أي جزء من المادة المنشورة أو تخزينه في نظام استرجاع أو نقله بأي وسيلة ميكانيكية، التصوير الفوتوغرافي، أو التسجيل أو غير ذلك، دون الحصول على إذن خطى من الناشر.

برنامج التدريب على أساسيات سلامة الغذاء الصادر عن جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية

تم تطوير برنامج التدريب على أساسيات سلامة الغذاء من قبل جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية.

يتطلب البرنامج من كافة المتعاملين بالأغذية في إمارة أبوظبي من اكتساب المعرفة والفهم الكافي الذي سيساهم في ضمان سلامة الغذاء خلال مراحل سلسلة الغذائية

يتضمن البرنامج أربع محاور أساسية تعنى بسلامة الغذاء وهي:

- كيفية جنب التلوث التبادلي
- كيفية الطبخ
- كيفية التنظيف
- كيفية تبريد الأغذية بشكل آمن

برنامج تدريب المتعاملين بالأغذية



التلوث التبادلي



الطبخ



التنظيف



التبريد

تم إعداد هذا الكتيب كمقدمة عن البرنامج التدريبي والذي سيتم تطويره لاحقاً بشكل دورة تدريبية.

في حال وجود أي استفسارات حول سلامة المنتجات أو عمليات الانتاج، يرجى الاتصال مع مفتشي الأغذية المسئول أو بفريق ادارة برنامج التدريب على أساسيات سلامة الغذاء.

تم تصميم هذا الكتيب لتوفير مقدمة أساسية لأهم المعلومات المتعلقة بسلامة الغذاء والتي سيتم تغطيتها بشكل كامل من خلال البرنامج التدريبي

مصادر الخطر المرتبطة بسلامة الغذاء

تنقسم مصادر الخطر الى ثلاثة انواع رئيسية:

١. مصادر الخطر الجرثومية (كالبكتيريا)



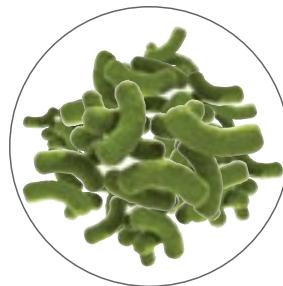
٢. مصادر الخطر الكيميائية (كالمبيدات والمنظفات والبيادات الحشرية)



٣. مصادر الخطر الفيزيائية (كالزجاج المكسور والشعر)



تعتبر مصادر الخطر الجرثومية هي الاكثر اهمية في معظم المنتجات الغذائية (وخاصة في قطاع خدمات تقديم الطعام)، لذا، ضمن هذا الكتيب، سوف يتم التركيز عليها.



البكتيريا عبارة عن كائنات مجهرية صغيرة جدا لا ترى الا بالمجهر. حيث ان بعض انواع من البكتيريا ضارة للانسان وقد تسبب الاصابة بالأمراض المنقوله عن طريق الطعام.

أهمية سلامة الغذاء

تعتبر الأمراض المنقوله عن طريق الطعام من المشاكل الخطيره التي تؤثر على كل دولة في العالم، حيث تؤدي الاصابة بهذه الأمراض الى القيء، الاسهال، والحمى. وفي بعض الأحيان قد تكون ميتة.



قد تصيب الأمراض المنقوله عن طريق الطعام اي شخص. لكن هناك بعض الاشخاص أكثر عرضة للخطر من غيرهم وخاصة الأطفال، كبار السن، الحوامل والمرضى.



من الضروري على متداولي الاغذية أخذ التدابير الالازمة لجعل الطعام آمنا وذلك لحماية المستهلكين من الامراض المنقوله عن طريق الطعام



غسل اليدى



غسل اليدين بالماء
الدافعى



تدليك اليدين
بالصابون لمدة 20
ثانية



غسل اليدين جيدا
بالماء



خفيف اليدين جيدا
باستخدام مناشف
تستخدم لمرة واحدة



البكتيريا



البكتيريا



البكتيريا

مصادر البكتيريا



يمكن للبكتيريا ان تنتقل من خلال اليدين بشكل سهل. لذا يجب غسل اليدى
جيدا وخفيفها خلال مختلف مراحل ومهام العمل. وبالاخص قبل ملامسة
الأغذية الماجاهزة للتقديم وبعد ملامسة الغذاء النوى.

يمكن للبكتيريا ان تدخل الى مناطق تداول الغذاء بشتى الطرق. بما فيها الانسان.
الغذاء، الافادات، الأوساخ والغبار، الفضلات والماء



الملابس الواقية



قبعة (او غطاء الرأس)



معطف/رداء ذو أكمام
طويلة، لون فاتح وسهل
الغسيل

مريول نظيف

حذاء نظيف



النظافة الشخصية



يجب عدم ارتداء أي مجوهرات
أو ساعات يد



يجب تغطية الجروح بشكل كامل
(بلصق طبي مقاوم للماء)



يمنع الموظفون من العمل في مناطق تحرير الغذاء في حال كانوا يعانون اي من الاعراض
الالتية خلال 48 ساعة الماضية:

- الاسهال
- القيء
- المحمى



يجب التبليغ عن اي من الاعراض اعلاه الى المسئول
المعني في المنشأة الغذائية

يحتوي جسم الانسان على العديد من البكتيريا. لذا فان الملابس الواقية تقوم
بحماية مناطق تداول الغذاء من البكتيريا الموجودة على الجلد والشعر والملابس
الخارجية.

يمكن للبكتيريا ان تعلق في المجوهرات وال ساعات و تنتشر من اليدين الى الغذاء.
كما يمكن للموظفين الذي يعانون من امراض او لديهم جروح غير مغطاة ان
يتسببوا في نشر التلوث.



التلوث التبادلي

يمكن للبكتيريا أن تنتشر بسهولة من الغذاء النيء (كاللحم) إلى البدن، السكاكين، الواح التقطيع والمعدات الأخرى (كالثلاجة/المبرد)



يجب غسل الأدوات والمعدات اليدوية بشكل جيد بين عمليات تداول الغذاء



يجب فصل اللحم النيء عن الأغذية الجاهزة للتقطيع (مثل السلطات) خلال مختلف عمليات إعداد وتخزين الطعام.



جاهزة للتقطيع
اللحوم النيء

تخزين اللحوم النيء في ثلاجة منفصلة عن الأغذية الجاهزة للتقطيع إن أمكن. في حال استخدام ثلاجة متعددة الأغراض، فيجب تخزين الأغذية الجاهزة للتقطيع في الأرفف العليا واللحوم النيء في الأرفف السفلية.

يمكن للحوم النيء أن تنقل البكتيريا إلى الطعام المأهول للتقطيع (كالسلطات) في حال لم يتم إبقاءها بشكل منفصل طوال الوقت. يمكن للبكتيريا أن تنتقل عن طريق التلامس بالإيدي، الأواني أو المعدات



مكافحة الافات



دلائل وجود الافات:
وجود بقايا الخلفات، وجود فتحات بالجدران، وجود آثار قضم أو قرض



دلائل وجود الافات:
اكباس بيض الحشرات، وجود جلد الحشرات، وجود اجنحة الحشرات أو أجزاء منها



ان الافات تحمل وتنشر البكتيريا لذا يجب منعها من الدخول لمناطق تداول وتخزين الطعام، على سبيل المثال من خلال فحص شحنات الأغذية الواردة بعناية والتخلص من الفضلات بشكل دوري مستمر



التنظيف والتعقيم

الغسل



التعقيم



التجفيف



تقوم عملية الغسيل بازالة الاوساخ والدهون من المعدات والأسطح وتقلل التعداد البكتيري. في حال اشتملت عملية الغسيل على مرحلة التعقيم، فيمكن عندها القضاء على كل البكتيريا.



استعمال القماش في التنظيف



يعتبر استعمال الأقمشة التي تستخدم لمرة واحدة (مثل الماوس الورقية) الأكثر أماناً لغذاء
خفيف ومسح الأسطح والأواني



يجب أن يتم التخلص الفوري
منها بعد كل استخدام



يمكن لمناشف القماش متعددة الاستخدام (كفوتوط الأطباق) ان تحمل البكتيريا وتعمل على نشرها. يعتبر استعمال الأقمشة التي تستخدم لمرة واحدة (كالملاعيم الورقية) الأكثر أماناً حيث يجب التخلص منها مباشرة بعد الاستخدام



طرق اخرى للتعقيم



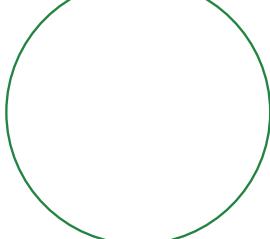
الغسل



التعقيم



التجفيف



تعمل الحرارة على قتل البكتيريا. ولهذا فان استخدام الماء الساخن في عملية غسيل الاطباق والاواني (مثل ماكينة غسل الاطباق). فسيتم القضاء نهائياً على البكتيريا وتعتبر هذه الطريقة احد الوسائل الأخرى للتعقيم.



التنظيف والتعقيم



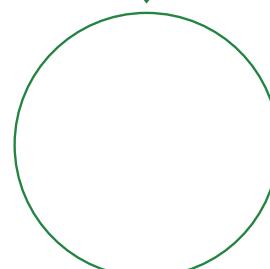
الغسل باستخدام
الماء الدافئ
والصابون



استخدام المعمم
وفقاً للتعليمات
المنصوص عليها



التجفيف
باستخدام محارم
ورقية (أو التجفيف
بالهواء)



ان منتجات التنظيف التي يطلق عليها اسم معقمات، تستطيع قتل جميع البكتيريا اذا تم استخدامها بصورة صحيحة يجب ان تشمل عملية التنظيف على الغسل (ازالة الدهون) والتعقيم لقتل البكتيريا ومن ثم التجفيف



التنظيف منخفض وعالٍ الخطورة

منطقة الخطير



الخطورة المرتفعة

الغسل

التعقيم

التجفيف

الواح التقاطيع السكاكين



الخطورة المنخفضة

الغسل

التجفيف

الاسقف

الجدران

الارضيات

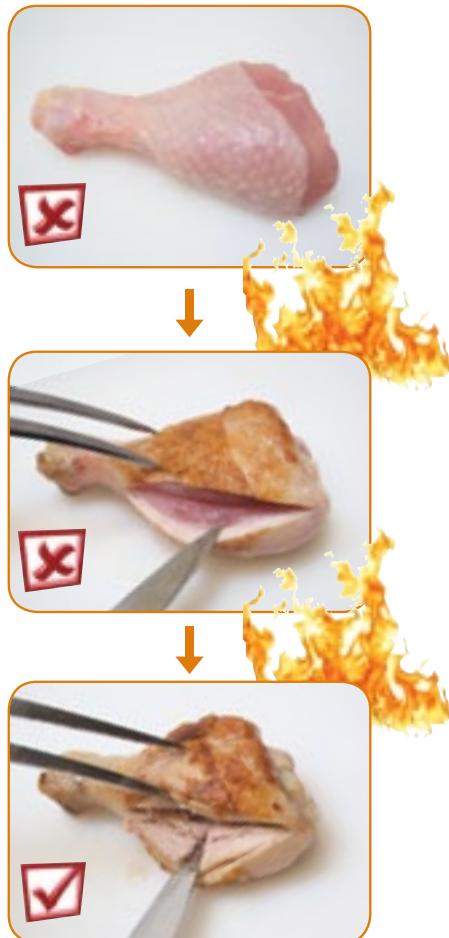
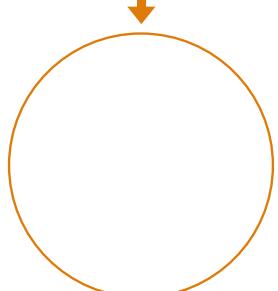


تعتبر بعض المعدات والاسطح عالية الخطورة بسبب ملامستها للفيروسات والبكتيريا
بشكل مباشر لذا يجب تعقيمها لقتل البكتيريا. في حين أن الأسطح والمعدات
منخفضة الخطورة فلا ضرورة لتعقيمها

تنمو البكتيريا بسرعة فائقة في درجات الحرارة الدافئة (منطقة الخطير)
يتوقف نمو البكتيريا تحت درجات الحرارة الباردة
يتم قتل البكتيريا والقضاء عليها تحت درجات الحرارة العالية لذلك يجب ان يحفظ
الغذاء اما باردا او ساخنا



طبخ الدجاج

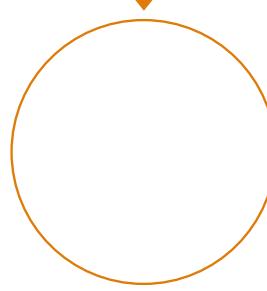


عند طبخ اللحوم من الملاحظ تغير في لون اللحم بما يدل على الوصول إلى درجة حرارة الطبخ الآمن.

يجب أن يتغير لون اللحوم البيضاء (كالدجاج) من اللون الوردي إلى اللون الأبيض من الخارج إلى داخل اللحم.



طبخ الأغذية السائلة

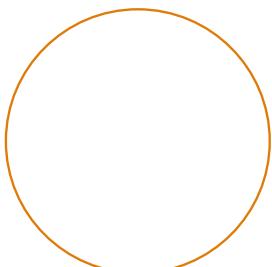
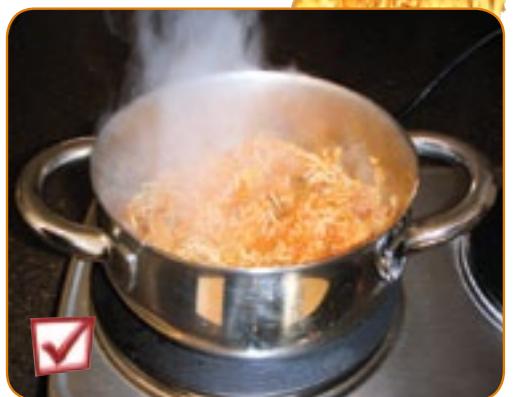


تعمل الحرارة على قتل البكتيريا لذلك إذا تم رفع درجة الحرارة بشكل كافي أثناء الطبخ، فسيتم القضاء بشكل نهائي على البكتيريا.

في حال وصلت الأغذية ذات الطبيعة السائلة إلى مرحلة الغليان بشكل كامل، فهذا يعني أن الغذاء قد وصل إلى درجة حرارة الطبخ الآمن.



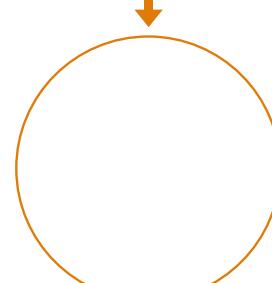
طبخ الأغذية المختلطة



عند طبخ الأغذية المختلطة (مثل البرياني)، فيجب أن تكون ساخنة لدرجة ظهور البخار بشكل كامل لضمان وصولها إلى درجة حرارة الطبخ الآمن.



طبخ اللحوم الحمراء



يجب أن يتغير لون اللحوم الحمراء المقطعة أو المفرومة (مثل الكباب والبرجر) من اللون الأحمر إلى اللون البني من الخارج إلى داخل اللحم.



الحفظ بالبريد والتجميد

يحتاج معظم أنواع الطعام إلى حفظها على درجات حرارة باردة بهدف تقليل نمو البكتيريا.

يجب أن تكون معدات التخزين والعرض قادرة على حفظ الطعام على درجة حرارة أقل من 5 درجات مئوية.

يجب وضع البطاقة الغذائية على الطعام واستهلاكه خلال فترة الصلاحية المحددة.



يمكن تخزين الطعام لفترة أطول عند تجميده على درجة حرارة 18°C - درجة مئوية والتي تكفل إيقاف نمو البكتيريا كلياً.
يجب حفظ الأطعمة في عبوات تمنع دخول الهواء مع وضع البطاقة الغذائية تشمل تاريخ التجميد.

توقف معظم أنواع البكتيريا عن النمو أو انها تنمو ببطء شديد تحت درجة حرارة التبريد.

توقف نمو كافة أنواع البكتيريا تحت درجة حرارة التجميد.



حفظ الطعام الساخن وإعادة التسخين

حفظ الطعام ساخناً:

عند حفظ الأطعمة ساخنة، يجب أن يُحفظ ساخنة ليتم إيقاف نمو البكتيريا.

عند عرض أو تخزين الطعام ساخناً، فيجب أن يتم حفظه على درجة حرارة 63°C درجة مئوية لمدة زمنية لا تزيد عن ساعتين بحد أقصى. في حال عدم امكانية قياس الحرارة، يجب أن يكون الطعام ساخناً بشكل مرئي (تصاعد البخار) للتأكد من سلامته.



إعادة التسخين:

عند إعادة تسخين الطعام، فيجب اجراء التسخين بشكل جيد لقتل البكتيريا بحيث يظهر البخار/الفقاعات بشكل كامل دليلاً على وصول الحرارة إلى درجة حرارة الطبخ الآمن.



موازين قياس الحرارة:

إن استخدام ميزان الحرارة يعتمد على حجم وطبيعة العمل (التصنيع). يتم قياس الحرارة بصورة مستمرة لضمان سلامة كافة الأطعمة المنتجة. في بعض المنتجات الغذائية (كأنشطة خدمات تقديم الطعام) يتم التتحقق من درجة الحرارة في كل مرة يتم فيها إثناء الطبخ أو إعادة التسخين. يستخدم مقياس الحرارة لاثبات أن عملية الطبخ وإعادة التسخين تتم بطريقة آمنة.



عند حفظ الأطعمة ساخنة، يجب أن يُحفظ ساخنة ليتم إيقاف نمو البكتيريا. وعند إعادة التسخين يجب التسخين بدرجة كافية للقضاء على البكتيريا.



تبريد الأغذية الساخنة



- ان افضل طريقة لتبريد الغذاء الساخن هي استخدام معدات التبريد المصممة لهذا الغرض (مثل المبرد السريع).
- تعمل هذه المعدات على تبريد الغذاء خلال 90 دقيقة ما يقلل من الفترة الزمنية التي يتعرض فيها الغذاء لمنطقة الخطأ حيث تنمو البكتيريا.
- في حال عدم استخدام معدات التبريد المتخصصة، فيجب ان يتم تبريد الغذاء بالسرعة الممكنة كلما امكن ذلك بعدة طرق بديلة اخرى تشمل الثلج، الماء البارد، وضع الغذاء في منطقة باردة.



- يجب عدم ترك الغذاء الساخن ليبرد حتى درجة حرارة الغرفة العادية.



عند تخزين الغذاء المطبوخ لاستخدامه لاحقا يجب ان يتم تبريده بأسرع وقت ممكن. تستطيع البكتيريا التكاثر عندما يكون الغذاء في درجة حرارة دافئة.

تفاصيل الاتصال

منسق فريق EFST

شارع دلا - أبوظبي

هاتف: 02 495 4000



الموقع الإلكتروني: www.adfca.ae



البريد الإلكتروني: efst@adfca.ae

