

الأكاديمية العربية الدولية



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 البكتريا (الملوثات الجرثومية)
- ٩ • غسيل الايدي
- ١٠ • النظافة الشخصية
- ١١ • الملابس الواقية
- ١٢ • مكافحة الافات
- ١٣ • التلوث التبادلي
- ١٤ • استخدام اقمشة التنظيف
- ١٦ • التنظيف والتعقيم
- ١٧ • وسائل تعقيم اخرى
- ١٨ • التنظيف منخفض وعالي 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 خطي 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 السلسلة الغذائية يتضمن البرنامج أربع محاور أساسية تعنى بسلامة الغذاء وهي:

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

برنامج تدريب المتعاملين بالأغذية



التلوث التبادلي



الطبخ



التنظيف



التبريد

تم اعداد هذا الكتيب كمقدمة عن البرنامج التدريبي والذي سيتم تطويره لاحقا بشكل دورة تدريبية.

في حال وجود أي استفسارات حول سلامة المنتجات او عمليات الانتاج. يرجى الاتصال مع مفتش الاغذية المسئول أو بفريق ادارة برنامج التدريب على أساسيات سلامة الغذاء.

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

أهمية سلامة الغذاء

تعتبر الأمراض المنقولة عن طريق الغذاء من المشاكل الخطيرة التي تؤثر على كل دولة في العالم. حيث تؤدي الإصابة بهذه الأمراض إلى القيء، الاسهال، والحمى، وفي بعض الأحيان قد تكون مميتة.



قد تصيب الأمراض المنقولة عن طريق الغذاء أي شخص. لكن هناك بعض الأشخاص أكثر عرضة للخطر من غيرهم وخاصة الأطفال، كبار السن، الحوامل والمرضى.

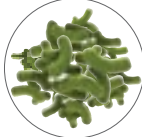


من الضروري على متداولي الأغذية أخذ التدابير اللازمة لجعل الغذاء آمناً وذلك لحماية المستهلكين من الأمراض المنقولة عن طريق الغذاء

مصادر الخطر المرتبطة بسلامة الغذاء

تنقسم مصادر الخطر إلى ثلاثة أنواع رئيسية:

١. مصادر الخطر الجرثومية (كالبكتيريا)



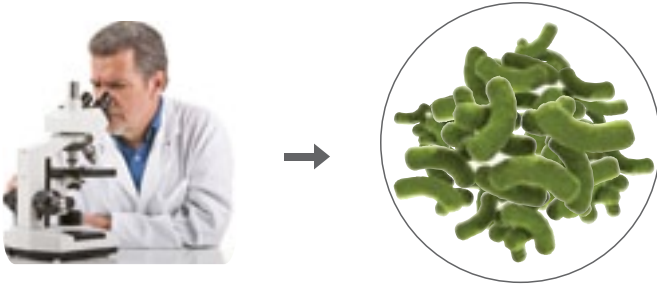
٢. مصادر الخطر الكيميائية (كالمخلفات والمبيدات الحشرية)



٣. مصادر الخطر الفيزيائية (كالزجاج المكسور والشعر)



تعتبر مصادر الخطر الجرثومية هي الأكثر أهمية في معظم المنشآت الغذائية (وخاصة في قطاع خدمات تقديم الغذاء). لذا، ضمن هذا الكتيب، سوف يتم التركيز عليها.



البكتيريا عبارة عن كائنات مجهرية صغيرة جداً لا ترى إلا بالمجهر. حيث أن بعض أنواع من البكتيريا ضارة للإنسان وقد تسبب الإصابة بالأمراض المنقولة عن طريق الغذاء.



غسل الايدي



غسل اليدين بالماء
الدافئ



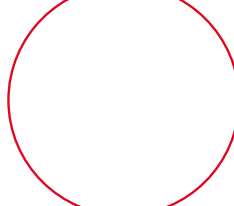
تدليك اليدين
بالصابون لمدة 20
ثانية



غسل اليدين جيدا
بالماء



جفيف اليدين جيدا
باستخدام مناشف
تستخدم لمرة واحدة



يمكن للبكتيريا ان تنتقل من خلال اليدين بشكل سهل. لذا يجب غسل الأيدي
جيدا وجفيفها خلال مختلف مراحل ومهام العمل. وبالأخص قبل ملامسة
الأغذية الجاهزة للتقديم وبعد ملامسة الغذاء النيئ.

مصادر البكتيريا



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



الملابس الواقية



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



النظافة الشخصية



يمكن للبكتيريا ان تعلق في المجوهرات والساعات وتنتشر من اليدين الى الغذاء. كما يمكن للموظفين الذي يعانون من امراض او لديهم جروح غير مغطاه ان يتسببوا في نشر التلوث.



التلوث التبادلي

يمكن للبكتيريا أن تنتشر بسهولة من الغذاء النيئ (كاللحوم) الى اليدين، السكاكين، الواح التقطيع والمعدات الاخرى (كالثلاجة/المبرد)



يجب غسل الادوات والمعدات اليدوية بشكل جيد بين عمليات تداول الغذاء



يجب فصل اللحم النيئ عن الأغذية الجاهزة للتقديم (مثل السلطات) خلال مختلف عمليات اعداد وتخزين الغذاء.



جاهزة للتقديم

للحوم النيئة

تخزين اللحوم النيئة في ثلاجة منفصلة عن الأغذية الجاهزة للتقديم ان امكن.
في حال استخدام ثلاجة متعددة الاغراض، فيجب تخزين الاغذية الجاهزة للتقديم في الارفف العليا واللحوم النيئة في الارفف السفلى.

يمكن للحوم النيئة أن تنقل البكتيريا الى الغذاء الجاهز للتقديم (كالسلطات) في حال لم يتم ابقائها بشكل منفصل طوال الوقت.
يمكن للبكتيريا ان تنتقل عن طريق التلامس بالأيدي، الاواني أو المعدات



مكافحة الافات



دلائل وجود الافات:
وجود بقايا الخلفات، وجود فتحات بالجدران، وجود اثار قضم او قرض

دلائل وجود الافات:
اكياس بيض الحشرات، وجود جلد الحشرات، وجود اجنحة الحشرات او اجزاء منها



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



التنظيف والتعقيم

الغسل



التعقيم



التجفيف



تقوم عملية الغسيل بإزالة الأوساخ 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 المحارم الورقية) الأكثر أمانا لغايات جفاف ومسح الأسطح والأواني



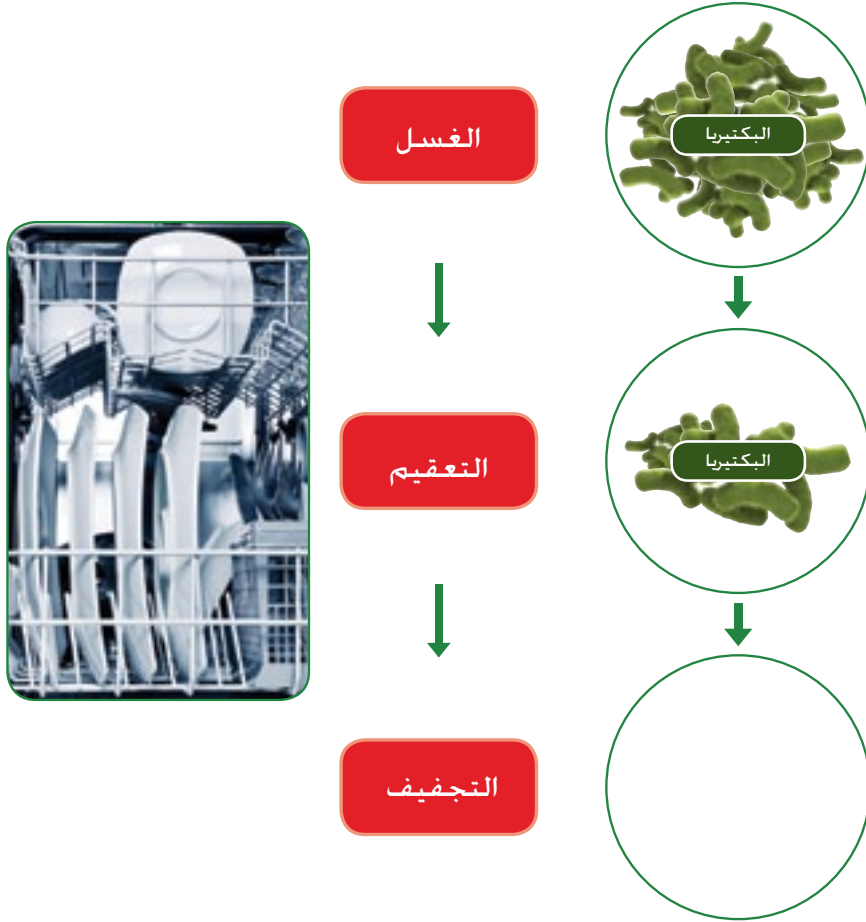
يجب ان يتم التخلص الفوري منها بعد كل استخدام



يمكن لمناشف القماش متعددة الاستخدام (كفوط الاطباق) ان تحمل البكتيريا وتعمل على نشرها. يعتبر استعمال الأقمشة التي تستخدم لمرة واحدة (كالمحارم الورقية) الأكثر أمانا حيث يجب التخلص منها مباشرة بعد الاستخدام



طرق اخرى للتعقيم



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



التنظيف والتعقيم



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



التنظيف منخفض وعالي الخطورة

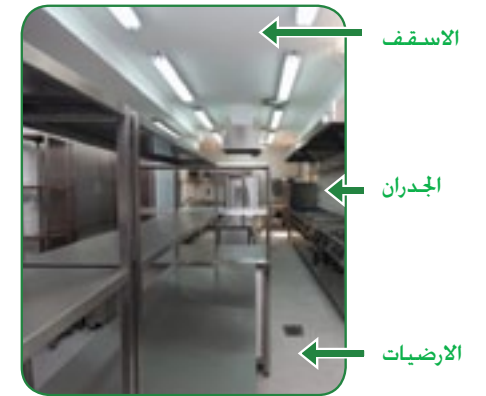
منطقة الخطر



الخطورة المرتفعة



الخطورة المنخفضة

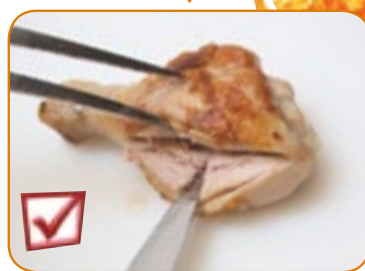
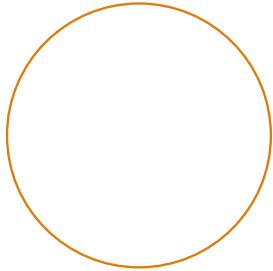


تنمو البكتيريا بسرعة فائقة في درجات الحرارة الدافئة (منطقة الخطر)
يتوقف نمو البكتيريا تحت درجات الحرارة الباردة
يتم قتل البكتيريا والقضاء عليها تحت درجات الحرارة العالية لذلك يجب ان يحفظ
الغذاء اما باردا او ساخنا

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



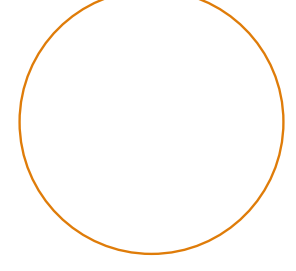
طبخ الدجاج



عند طبخ اللحوم من الملاحظ تغير في لون اللحم بما يدل على الوصول الى درجة حرارة الطبخ الآمن.
يجب ان يتغير لون اللحوم البيضاء (كالدجاج) من اللون الوردي الى اللون الأبيض من الخارج الى داخل اللحم.



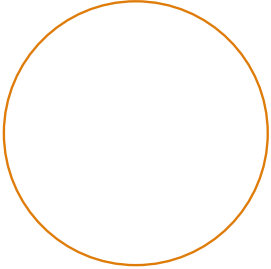
طبخ الأغذية السائلة



تعمل الحرارة على قتل البكتيريا لذلك اذا تم رفع درجة الحرارة بشكل كافى اثناء الطبخ. فسيتم القضاء بشكل نهائي على البكتيريا.
في حال وصلت الأغذية ذات الطبيعة السائلة الى مرحلة الغليان بشكل كامل. فهذا يعني ان الغذاء قد وصل الى درجة حرارة الطبخ الآمن.



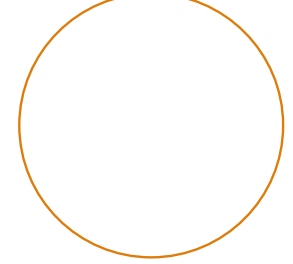
طبخ الأغذية المختلفة



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



طبخ اللحوم الحمراء



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



الحفظ بالتبريد والتجميد

تحتاج معظم انواع الغذاء الى حفظها على درجات حرارة باردة بهدف تقليل نمو البكتيريا.



يجب ان تكون معدات التخزين والعرض قادرة على حفظ الغذاء على درجة حرارة اقل من 5° درجات مئوية.



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



يمكن تخزين الغذاء لفترة اطول عند تجميده على درجة حرارة 18°- درجة مئوية والتي تكفل ايقاف نمو البكتيريا كلياً. يجب حفظ الاغذية في عبوات تمنع دخول الهواء مع وضع البطاقة الغذائية تشمل تاريخ التجميد.

تتوقف معظم انواع البكتيريا عن التكاثر أو انها تنمو ببطء شديد تحت درجة حرارة التبريد. يتوقف نمو كافة انواع البكتيريا تحت درجة حرارة التجميد.



حفظ الغذاء الساخن واعادة التسخين

حفظ الغذاء ساخناً:



عند حفظ الأغذية ساخنة، يجب ان تحفظ ساخنة ليتم ايقاف نمو البكتيريا. عند عرض أو تخزين الغذاء ساخناً، فيجب ان يتم حفظه على درجة حرارة 63° درجة مئوية لمدة زمنية لا تزيد عن ساعتين بحد أقصى. في حال عدم امكانية قياس الحرارة، يجب ان يكون الغذاء ساخناً بشكل مرئي (تصاعد البخار) للتأكد من سلامته.

اعادة التسخين:



عند اعادة تسخين الغذاء، فيجب اجراء التسخين بشكل جيد لقتل البكتيريا بحيث يظهر البخار/الفقااعات بشكل كامل دليلاً على وصول الحرارة الى درجة حرارة الطبخ الآمن.

موازين قياس الحرارة:



ان استخدام ميزان الحرارة يعتمد على حجم وطبيعة العمل (التصنيع) يتم قياس الحرارة بصورة مستمرة لضمان سلامة كافة الأغذية المنتجة. في بعض المنشآت الغذائية (كأنشطة خدمات تقديم الغذاء) يتم التحقق من درجة الحرارة في كل مرة يتم فيها اثناء الطبخ أو اعادة التسخين. يستخدم مقياس الحرارة لاثبات ان عملية الطبخ واعادة التسخين تتم بطريقة آمنة.

عند حفظ الأغذية ساخنة، يجب ان تحفظ ساخنة ليتم ايقاف نمو البكتيريا وعند اعادة 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 مما يقلل من الفترة الزمنية التي يتعرض فيها الغذاء لمنطقة الخطر 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 تحت درجة حرارة الغرفة العادية.

تحت درجة حرارة الغرفة



درجة حرارة اقل من 5° درجات مئوية.



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 دلمـا- أبوظبـي

هاتف: 02 495 4000

الموقع الإلكتروني: www.adfca.ae

البريد الإلكتروني: efst@adfca.ae

