

رعایت اصول بهداشتی برای جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی:

- رعایت بهداشت فردی:

افرادی که در کار تهیه و توزیع مواد غذایی هستند از جمله کارکنان بوفه های مدارس باید در زمینه رعایت اصول بهداشت فردی آموزش ببینند. انواع آلودگیهای میکروبی، باکتریایی و انگلی از طرق مختلف و در اثر تماس با دست، ترشحات حلق و بینی و حتی لباس افرادی که تهیه و توزیع مواد غذایی را به عهده دارند به مصرف کننده منتقل می شود.

بنابراین در آموزش نکات ذیل باید تاکید شود:

- 1- پوشیدن لباس تمیز در محل کار
- 2- دور کردن زیور آلات از خود
- 3- پوشاندن موی سر
- 4- پوشاندن بینی و دهان هنگام عطسه و سرفه
- 5- باند پیچی کردن خراش ها و زخم های روی انگشتان
- 6- شستن کامل دست ها با آب و صابون قبل از تهیه غذا و بعد از اجابت مزاج
- 7- کوتاه نگهداشتن ناخن ها

رعایت بهداشت غذا:

برای سالم بودن غذا نکات ذیل باید رعایت شود:

خوب پختن غذا:

پخت کامل غذا موجب از بین رفتن میکروارگانیسم های بیماریزا که ممکن است در مراحل مختلف تهیه و آماده سازی وارد غذا شده، رشد و تکثیر یابند، می شود. زمانی پخت غذا کامل است که همه قسمت های آن حداقل 70 درجه سانتی گراد حرارت دیده باشد.

داغ یا سرد نگه داشتن غذا:

برای اینکه غذا سالم بماند باید به صورت کاملاً داغ (درجه حرارت 70 درجه سانتیگراد و بالاتر) و یا کاملاً سرد (درجه حرارت زیر 10 درجه سانتیگراد یعنی در یخچال) نگهداری شود.

رعایت بهداشت آشپزخانه:

در محلی که برای تهیه و آماده سازی غذا استفاده می شود باید تمام اصول بهداشتی به منظور پیشگیری از انتقال بیماریهای ناشی از غذای آلوده رعایت شود. این محل ممکن است آشپزخانه منازل، رستورانها، اغذیه فروشی ها و بوفه های مدارس باشد.

تکات ذیل در این محل ها باید رعایت شوند.

- تمیز نگهداشتن محوطه آشپزخانه و بوفه مدارس از جمله شستشو و نظافت کف دیوارها
- تمیز نگهداشتن تخته و سطوحی که برای خرد کردن سبزی ها و مواد غذایی از آنها استفاده میشود.
- به منظور جلوگیری از آلودگی مواد غذایی باید دقت شود که تمام سطوح مورد استفاده برای تهیه و آماده سازی غذا بطور مرتب کاملاً شسته شده و تمیز باشند.

نکته:

مراقبین بهداشت مدارس و سایر مسئولین مدرسه باید ضمن نظارت بر کار بوفه های مدارس انواع ساندویچ ها تهیه و عرضه می شوند به مسئول بوفه تذکر دهند که سطوح مورد استفاده باید هر روز کاملاً تمیز شوند. همچنین مسئولین مدرسه باید از سلامتی کامل فردی که در بوفه ساندویچ تهیه می کنند مطلع باشند.

عوض کردن و یا شستن مرتب پارچه ها و حوله هایی که در آشپزخانه و بوفه مدرسه استفاده می شود برای جلوگیری از انتقال آلودگی ها حائز اهمیت است.