

Οδηγός Υγιεινής και Ασφάλειας Τροφίμων για Ιδιωτικούς Βρεφονηπιακούς – Παιδικούς Σταθμούς & Κέντρα Προσχολικής Αγωγής(1^η έκδοση)



Πανελλήνια Ομοσπονδία Συλλόγων Ιδιωτικών Παιδικών Σταθμών



&

**Πανελλήνιος Σύλλογος Ιδιωτικών Παιδικών Σταθμών
Ιδρυτικό μέλος της Π.Ο.Σ.Ι.Π.Σ**



Ιούλιος 2019

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. Εισαγωγή
2. Νομοθεσία
3. Κίνδυνοι Τροφίμων
 - 3.1 Τροφιμογενή νοσήματα
 - 3.2 Είδη τροφιμογενών νοσημάτων
 - 3.3 Επιμολύνσεις τροφίμων
 - 3.3.1 Βιολογικοί κίνδυνοι
 - 3.3.1.1 Τρόφιμα ευπαθή ή ευαλλοίωτα (τρόφιμα υψηλού κινδύνου)
 - 3.3.1.2 Τρόφιμα χαμηλού κινδύνου
 - 3.3.1.3 Διασταυρούμενη επιμόλυνση
 - 3.3.1.4 Ειδικοί κανόνες για την αποφυγή επιμολύνσεων
 - 3.3.2 Φυσικοί κίνδυνοι
 - 3.3.3 Χημικοί κίνδυνοι
 - 3.4 Αλλεργιογόνα
4. Κτιριακές υποδομές και εξοπλισμός
5. Προμήθεια, παραλαβή και αποθήκευση τροφίμων (Α' υλών)
 - 5.1 Προμήθεια, παραλαβή, έλεγχος
 - 5.2 Διαχείριση τροφίμων που παρέχονται από τους γονείς και κηδεμόνες
 - 5.3 Αποθήκευση
 - 5.3.1 Αποθήκευση στην κατάψυξη
 - 5.3.2 Αποθήκευση στην ψύξη
 - 5.3.3 Ξηρά αποθήκευση
 - 5.3.4 Ειδικές επισημάνσεις
 - 5.3.5 Μέτρηση και καταγραφή θερμοκρασιών στο ψυγείο και στην κατάψυξη
6. Προετοιμασία – επεξεργασία των τροφίμων
7. Θερμική επεξεργασία των τροφίμων (μαγείρεμα/ψήσιμο)
8. Σερβίρισμα τροφίμων
9. Υγιεινή Προσωπικού
10. Καθαρισμός και απολύμανση χώρων και εξοπλισμού τροφίμων
11. Καταπολέμηση εντόμων, τρωκτικών και επιβλαβών ζώων
12. Αρχεία τηρούμενα από την επιχείρηση
13. Διαγράμματα ροής των βασικών διαδικασιών, προαπαιτούμενα προγράμματα και σημεία ελέγχου
 - 13.1 Διαγράμματα ροής
 - 13.2 Προαπαιτούμενα προγράμματα
 - 13.3 Σημεία ελέγχου
14. Βιβλιογραφία
15. Παράρτημα: υποδείγματα – Έντυπα ελέγχου

1. Εισαγωγή

“Οι επιχειρήσεις τροφίμων οφείλουν να διασφαλίζουν την παραγωγή υγιεινών και ασφαλών τροφίμων. **Ασφαλές** είναι το τρόφιμο το οποίο μπορεί να καταναλωθεί, χωρίς να προκαλέσει ασθένεια (τροφική δηλητηρίαση) ή άλλη βλάβη στην υγεία του καταναλωτή. Αυτό σημαίνει ότι τα **ασφαλή τρόφιμα** δεν πρέπει να περιέχουν παθογόνους μικροοργανισμούς, επικίνδυνες χημικές ουσίες ή ξένα σώματα. Αντίθετα, **μη ασφαλές** είναι το τρόφιμο το οποίο περιέχει παθογόνους μικροοργανισμούς, επικίνδυνες χημικές ουσίες ή ξένα σώματα και μπορεί να προκαλέσει σοβαρές βλάβες στην υγεία του καταναλωτή”.

Η παράθεση **ασφαλών τροφίμων** και η **προστασία της υγείας** των βρεφών, νηπίων και μικρών παιδιών είναι υποχρέωση **όλων των εργαζομένων – απασχολουμένων** σε Βρεφονηπιακούς – Παιδικούς Σταθμούς & Κέντρα Προσχολικής Αγωγής. Αντιλαμβανόμενοι την ιδιαίτερη βαρύτητα της **ασφάλειας τροφίμων** για τους **καταναλωτές του κλάδου μας** που ανήκουν σε 1 εκ των 5 ευπαθών ομάδων: 1. Ασθενείς και άτομα σε ανάρρωση, 2. Έγκυες, 3. **Βρέφη & Μικρά παιδιά**, 4. Ηλικιωμένοι και 5. Άτομα με ασθενές ανοσοποιητικό σύστημα και λαμβάνοντας υπόψη παράγοντες όπως αλλεργίες, ευπάθεια παιδιών σε ορισμένες τροφές κλπ, προχωρήσαμε στην εκπόνηση του εν λόγω οδηγού.

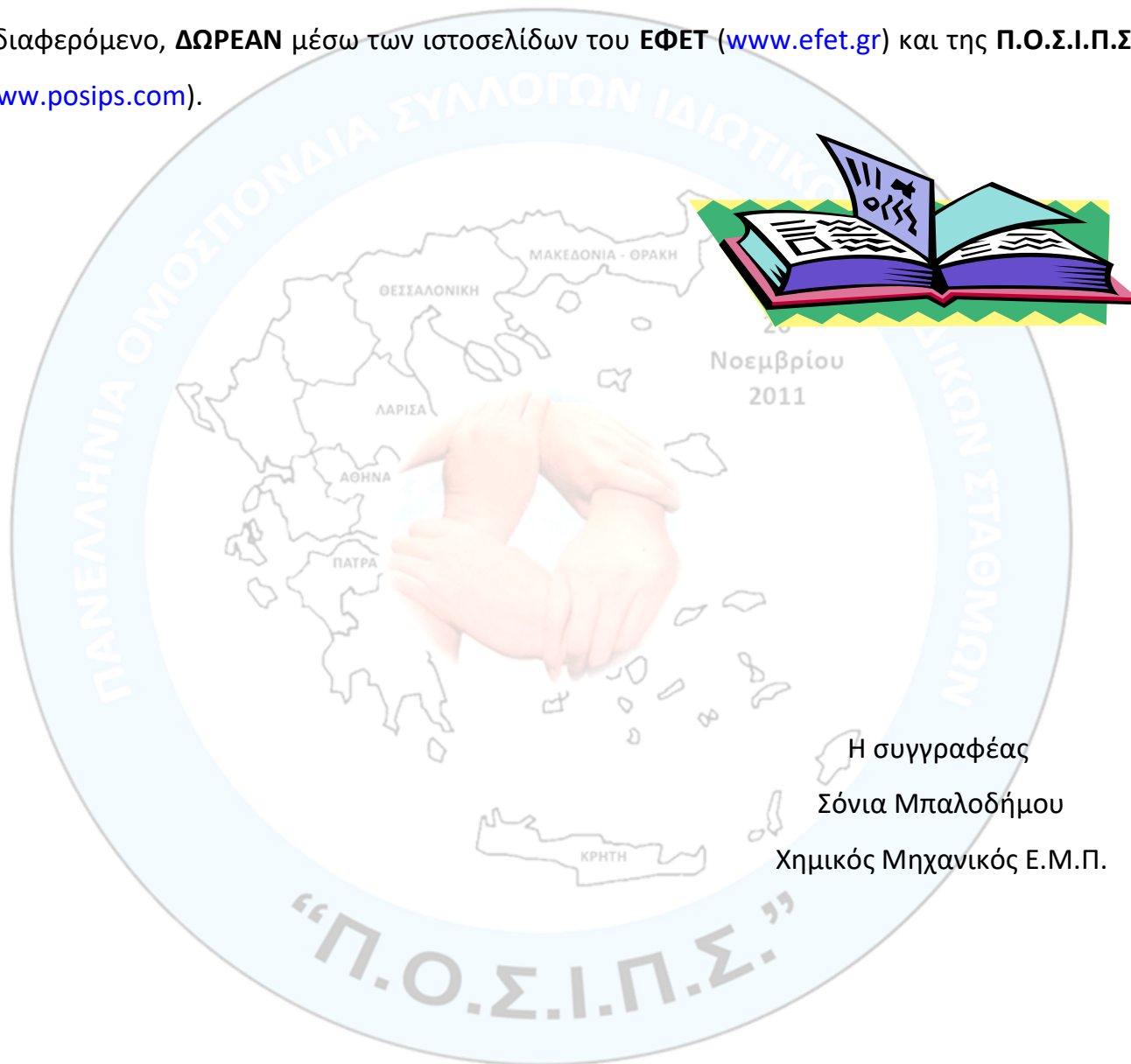
Ο Οδηγός Υγιεινής και Ασφάλειας Τροφίμων για Ιδιωτικούς Βρεφονηπιακούς – Παιδικούς Σταθμούς & Κέντρα Προσχολικής Αγωγής σχεδιάστηκε, αναπτύχθηκε και συντάχθηκε μετά από τη σχετική τοποθέτηση του Ε.Φ.Ε.Τ. 01-03-2016 / Αρ. πρωτ.: 2805, με βάση το σχετικό νομοθετικό πλαίσιο που παρουσιάζεται στην ακόλουθη § 2. Νομοθεσία και περιλαμβάνει όλες τις οδηγίες για τα μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται κατά την παροχή γευμάτων στα βρέφη και μικρά παιδιά, λαμβάνοντας υπόψη τον ευέλικτο τρόπο προσέγγισης όπως αναφέρεται στην ανακοίνωση της ΕΕ 2016/C 278/01.

Στην εκπόνηση του εν λόγω οδηγού, ήταν σημαντική η συνεισφορά μελών του Δ.Σ. του ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΙΔΙΩΤΙΚΩΝ ΠΑΙΔΙΚΩΝ ΣΤΑΘΜΩΝ (**Π.Α.Σ.Ι.Π.Σ.**).

Ο οδηγός αξιολογήθηκε από επιτροπή αξιολόγησης που ορίστηκε με την υπ’αρ. 73/14-03-2017 απόφαση του Δ.Σ. του ΕΦΕΤ.

Τα μέλη της Επιτροπής Αξιολόγησης: Ανθή Κακιού - Γεωπόνος, Ελένη Ζαφειροπούλου - Γεωπόνος, Νικόλαος Ντεμίρης - Γεωπόνος και Γεώργιος Τσαγγρής - Επόπτης Δημόσιας Υγείας. Ο Οδηγός εγκρίθηκε από το Δ.Σ. του **ΕΦΕΤ** με την υπ.αρ. 335/06-09-2019 απόφαση.

Κατόπιν σχετικής απόφασης της **Π.Ο.Σ.Ι.Π.Σ.** 21-12-2017 / Αρ. πρωτ.: 356, ο Οδηγός Υγιεινής και Ασφάλειας Τροφίμων για Ιδιωτικούς Βρεφονηπιακούς – Παιδικούς Σταθμούς & Κέντρα Προσχολικής Αγωγής θα διατίθεται στα μέλη της Π.Ο.Σ.Ι.Π.Σ. αλλά και σε κάθε ενδιαφερόμενο, **ΔΩΡΕΑΝ** μέσω των ιστοσελίδων του **ΕΦΕΤ** (www.efet.gr) και της **Π.Ο.Σ.Ι.Π.Σ.** (www.posips.com).



Η συγγραφέας
Σόνια Μπαλοδήμου
Χημικός Μηχανικός Ε.Μ.Π.

2. Νομοθεσία

- ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ (ΕΚ) αριθ. 178/2002 της 28ης Ιανουαρίου 2002 για τον καθορισμό των γενικών αρχών και απαιτήσεων της νομοθεσίας για τα τρόφιμα, για την ίδρυση της Ευρωπαϊκής Αρχής για την Ασφάλεια των Τροφίμων και τον καθορισμό διαδικασιών σε θέματα ασφαλείας των τροφίμων
- ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ (ΕΚ) αριθ. 852/2004, όπως τροποποιήθηκε και ισχύει ΤΟΥ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟΥ ΚΟΙΝΟΒΟΥΛΙΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ της 29ης Απριλίου 2004 για την υγιεινή των τροφίμων
- ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ (ΕΚ) αριθ. 2073/2005 Περί μικροβιολογικών κριτηρίων για τα τρόφιμα όπως τροποποιήθηκε και ισχύει
- ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ (ΕΕ) αριθ. 1169/2011 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου της 25ης Οκτωβρίου 2011 σχετικά με την παροχή πληροφοριών για τα τρόφιμα στους καταναλωτές, την τροποποίηση των κανονισμών του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου
- ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ (ΕΚ) αριθ. 1935/2004/ΕΚ σχετικά με τα υλικά και αντικείμενα που προορίζονται να έρθουν σε επαφή με τρόφιμα
- Κανονισμός (ΕΕ) 10/2011 της Επιτροπής για τα πλαστικά υλικά και αντικείμενα που προορίζονται να έρθουν σε επαφή με τρόφιμα
- Κώδικας Τροφίμων και Ποτών για τα υλικά που δεν υπάρχει εναρμονισμένη νομοθεσία
- ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ (ΕΕ) αριθ. 609/2013 Για τα τρόφιμα τα οποία προορίζονται για βρέφη και μικρά παιδιά και για τα τρόφιμα που προορίζονται για ειδικούς ιατρικούς σκοπούς, και ως υποκατάστατα του συνόλου του διαιτολογίου για τον έλεγχο του σωματικού βάρους
- Υπ. Αρ. 23/23-01-2014 απόφαση Δ.Σ. ΕΦΕΤ “Κατευθυντήριες οδηγίες για την ευέλικτη εφαρμογή συστήματος αυτοελέγχου βάσει των αρχών του HACCP”
- ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ σχετικά με την εφαρμογή συστημάτων διαχείρισης ασφάλειας τροφίμων, η οποία καλύπτει τα προαπαιτούμενα προγράμματα (PRP) και τις διαδικασίες βάσει των αρχών HACCP, συμπεριλαμβανομένης της διευκόλυνσης/ευελιξίας όσον αφορά την εφαρμογή σε ορισμένες επιχειρήσεις τροφίμων (2016/C 278/01)
- Με αριθμ. Πρωτ. Υ1γ/Γ.Π/οικ 35797/4.4.2012 (ΦΕΚ Β' 1199/11-04-2012) Πιστοποιητικό υγείας εργαζομένων σε επιχειρήσεις υγειονομικού ενδιαφέροντος

- ΥΠΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΟΦΑΣΗ Αριθ. 14708/10-08-2007/ΦΕΚ 1616/Β/17-08-2007 - Όροι, προϋποθέσεις και διαδικασία υλοποίησης υποχρεωτικής εκπαίδευσης και κατάρτισης προσωπικού των επιχειρήσεων τροφίμων και των Ελεγκτικών Αρχών και Φορέων του Επισήμου Ελέγχου Τροφίμων και η τροποποίηση αυτής (ΥΑ 439/21-08-2017)
- Εγκύκλιος ΕΦΕΤ 22.12.2014, Αρ. Πρωτ/λου 20303 – άρθρο 44 του Κανονισμού (ΕΕ) αριθμ. 1169/2011 Εγκύκλιος για την παροχή πληροφοριών σχετικά με την παρουσία ουσιών ή προϊόντων που προκαλούν αλλεργίες ή δυσανεξίες σε μη προσυσκευασμένα τρόφιμα
- Γ1/ΓΠ οικ. 67322 / ΦΕΚ 3282 / 19-09-2017 Ποιότητα νερού ανθρώπινης κατανάλωσης σε συμμόρφωση προς τις διατάξεις της Οδηγίας 98/83/ΕΚ του Συμβουλίου της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της 3ης Νοεμβρίου 1998 όπως τροποποιήθηκε με την Οδηγία (ΕΕ) 2015/1787 (L260, 7.10.2015) και ΦΕΚ 4595 / 28-12-2017 τεύχος Β': Διόρθωση σφάλματος της Γ1(δ)/ ΓΠ οικ. 67322/ 6.9.2017 (περί πόσιμου νερού) Κοινής Υπουργικής Απόφασης (ΦΕΚ 3282/19.9.2017 τ. Β')
- Υ1α/Γ.Π. ΟΛΚ. 76785/12-10-2017 Υγειονομική Διάταξη / ΦΕΚ 3758Β / 25-10-2017 Ιατρικός έλεγχος προσωπικού, διατροφή και κανόνες υγιεινής και ασφάλειας των τροφίμων στους δημόσιους και ιδιωτικούς βρεφικούς, βρεφονηπιακούς και παιδικούς σταθμούς
- Με αριθμ. Πρωτ. Υ1/Γ.Π./οίκ.15903 /17-2-2014 Εγκύκλιος ΑΔΑ:ΒΙΕ4Θ-ΔΙΜ «Κανόνες υγιεινής για την πρόληψη μετάδοσης λοιμώξεων στους χώρους των βρεφικών, βρεφονηπιακών, παιδικών σταθμών, δημόσιων και ιδιωτικών»
- Π.Δ. 99/2017 (ΦΕΚ 141/2017 τ.Α') Καθορισμός προϋποθέσεων αδειοδότησης και λειτουργίας των παιδικών και βρεφονηπιακών σταθμών που λειτουργούν εντός νομικών προσώπων των δήμων ή υπηρεσίας των δήμων
- Υπουργική Απόφαση Δ22/οικ11828/293/2017 (ΦΕΚ 1157/ 2017 τ.Β) Καθορισμός προϋποθέσεων για άδεια ίδρυσης και λειτουργίας Μονάδων Φροντίδας, Προσχολικής Αγωγής και Διαπαιδαγώγησης (Βρεφικών-Παιδικών-Βρεφονηπιακών Σταθμών, Μονάδων Απασχόλησης βρεφών και νηπίων) από φορείς Ιδιωτικού Δικαίου, κερδοσκοπικού και μη χαρακτήρα.



3. Κίνδυνοι Τροφίμων

3.1 Τροφιμογενή νοσήματα

Η κατανάλωση μολυσμένης τροφής μπορεί να προκαλέσει τροφιμογενές νόσημα, ασθένεια με έντονα συμπτώματα, η εκδήλωση των οποίων μπορεί να γίνει από μισή ώρα μετά την κατανάλωση της τροφής έως τρεις ημέρες. Τα **βρέφη και τα μικρά παιδιά** παρουσιάζουν μεγάλη ευαισθησία στα **τροφιμογενή νοσήματα**. Τα τροφιμογενή νοσήματα οφείλονται (α) στις κακές υποδομές, (β) στον παρωχημένο και κακά συντηρημένο εξοπλισμό, (γ) στη λανθασμένη εφαρμογή του προγράμματος μιοκτονίας και απεντόμωσης, και κυρίως (δ) στις κακές πρακτικές του προσωπικού. Τα συμπτώματα τροφιμογενούς νοσήματος είναι συνήθως:

- Ναυτία
- Εμετός
- Διάρροια
- Πυρετός, πονοκέφαλος
- Στομαχικός και κοιλιακός πόνος

3.2 Είδη τροφιμογενών νοσημάτων

Τα τροφιμογενή νοσήματα διακρίνονται σε:

- **Τροφολοιμώξεις** που προκαλούνται από την κατανάλωση τροφίμων τα οποία περιέχουν ζωντανούς παθογόνους μικροοργανισμούς. Τα **συμπτώματα** εμφανίζονται από **2 ώρες έως 3 ημέρες** μετά την κατανάλωση των μολυσμένων τροφίμων.
- **Τροφοτοξινώσεις** που προκαλούνται από την κατανάλωση τροφίμων τα οποία περιέχουν τοξίνες μικροοργανισμών, οι οποίες δημιουργούνται, καθώς οι μικροοργανισμοί

αναπτύσσονται στα μολυσμένα τρόφιμα. Τα **συμπτώματα** εμφανίζονται σχεδόν **30 λεπτά έως 2 ώρες** μετά την κατανάλωση των μολυσμένων τροφίμων.

3.3 Κίνδυνοι τροφίμων

Υπάρχουν 3 τύποι κινδύνων για τα τρόφιμα:

- **Βιολογικοί** με κυριότερους τους μικροβιολογικούς
- **Φυσικοί**
- **Χημικοί**

3.3.1 Βιολογικοί κίνδυνοι

Οι βιολογικοί κίνδυνοι αποτελούν την πιο σοβαρή και επικίνδυνη κατηγορία κινδύνου, οφείλονται στην παρουσία παθογόνων μικροοργανισμών στα τρόφιμα και μπορεί να έχουν ως αποτέλεσμα την αλλοίωση των τροφίμων, την πρόκληση τροφιμογενούς νοσήματος ή ακόμη και τον θάνατο. Οι βιολογικοί κίνδυνοι διακρίνονται στα παρακάτω είδη:

- βακτήρια, η οποία είναι και η πιο κοινή
- ιοί
- παράσιτα
- μύκητες και τοξίνες τους (π.χ. αφλατοξίνες) και ζύμες.



Οι περισσότεροι μικροοργανισμοί αναπτύσσονται σε θερμοκρασίες μεταξύ **5°C** και **60°C** και το εύρος αυτό της θερμοκρασίας ονομάζεται **επικίνδυνη θερμοκρασιακή ζώνη**.

Η **ψύξη** (από 1°C έως 5°C) επιβραδύνει την ανάπτυξη των μικροοργανισμών και η **κατάψυξη** ($\leq -18^\circ\text{C}$) αναστέλλει

την ανάπτυξη και τον πολλαπλασιασμό τους.

Ο χειρισμός των τροφίμων κατά την απόψυξη, το μαγείρεμα, την ψύξη και την τυχόν αναθέρμανση, πρέπει να είναι προσεκτικός και να μην παραμένουν τα τρόφιμα σε θερμοκρασίες της επικίνδυνης θερμοκρασιακής ζώνης.

Οι συνηθισμένες συνθήκες υγρασίας και θερμοκρασίας που επικρατούν στην κουζίνα, επιτρέπουν την ανάπτυξη και τον πολλαπλασιασμό των **βακτηρίων** (π.χ. σαλμονέλα) και άλλων βιολογικών κινδύνων.



Ο πιο σημαντικός τρόπος αποφυγής μόλυνσης των τροφίμων με βιολογικούς κινδύνους είναι η καλή προσωπική υγιεινή. Πρέπει, όσο είναι δυνατόν, να αποφεύγεται η επαφή των χειριστών, με γυμνά χέρια, με τρόφιμα έτοιμα προς κατανάλωση.



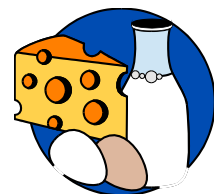
3.3.1.1 Τρόφιμα ευπαθή ή ευαλλοίωτα (τρόφιμα υψηλού κινδύνου)

➤ Κοτόπουλο, κόκκινα κρέατα και ψάρι & θαλασσινά



➤ Γάλα, γιαούρτι, τυριά

➤ Αυγά και τα προϊόντα τους και ειδικά στις περιπτώσεις που το αυγό δεν ψήνεται ή βράζει για αρκετή ώρα σε υψηλή θερμοκρασία



Δεν αφήνουμε τα ευπαθή - ευαλλοίωτα τρόφιμα στην επικίνδυνη θερμοκρασιακή ζώνη

(5°C < θ°C < 60°C)

3.3.1.2 Τρόφιμα χαμηλού κινδύνου

Ορισμένα τρόφιμα, υπό φυσιολογικές συνθήκες, δεν προκαλούν τροφικές δηλητηριάσεις, π.χ. τρόφιμα με υψηλή συγκέντρωση* ζάχαρης (μαρμελάδες), αλατιού, οξέος και λίπους καθώς και τα ξηρά τρόφιμα.

*Ως προς την υψηλή συγκέντρωση λαμβάνεται υπόψη όλο το εκάστοτε ισχύον σχετικό νομοθετικό πλαίσιο καθώς και οι γνωμοδοτήσεις των παιδιάτρων για τη σίτιση της συγκεκριμένης ομάδας καταναλωτών.



3.3.1.3 Διασταυρούμενη επιμόλυνση



Κακή πρακτική

Διασταυρούμενη επιμόλυνση (αλληλομόλυνση) είναι η μεταφορά μικροοργανισμών από μία μολυσμένη πηγή σε μη μολυσμένο τρόφιμο (συνήθως μαγειρεμένο τρόφιμο) και διακρίνεται σε:

- Άμεση όπως στην περίπτωση που ωμά τρόφιμα αγγίζουν έτοιμα για κατανάλωση τρόφιμα, π.χ. αίμα από ωμό κρέας που στάζει σε έτοιμα για κατανάλωση τρόφιμα.



- Έμμεση όπως στην περίπτωση που, όταν σε μια επιφάνεια εργασίας τοποθετούνται ωμά τρόφιμα και μετά, χωρίς να προηγηθεί καθαρισμός της επιφάνειας, τοποθετούνται έτοιμα για κατανάλωση τρόφιμα.

Οι τρόποι που μπορεί να προκληθεί διασταυρούμενη επιμόλυνση είναι:

- Η χρησιμοποίηση ίδιων επιφανειών κοπής, επιφανειών εργασίας και άλλου εξοπλισμού για την προετοιμασία ωμών και μαγειρεμένων τροφίμων.
- Η χρησιμοποίηση μαχαιριών και άλλων εργαλείων χωρίς σχολαστικό πλύσιμο πριν τη χρήση. **Για παράδειγμα, είναι κακή και επικίνδυνη πρακτική να χρησιμοποιείται ένα μαχαίρι για φιλετάρισμα ωμού κοτόπουλου και στη συνέχεια, απλά να ξεπλένεται το ίδιο μαχαίρι και να κόβονται λαχανικά, με αυτό.** Τα χέρια των χειριστών τα οποία δεν πλύθηκαν μετά το χειρισμό ωμού κρέατος, πουλερικών, ψαριών και λαχανικών ή μετά από την επαφή με πηγές μικροβίων όπως είναι η μύτη, το στόμα, ο λαιμός, τα μαλλιά κλπ.



- Λανθασμένη τοποθέτηση τροφίμων στο ψυγείο. Τα ωμά, άψητα, ακατέργαστα, άπλυτα (όπως φρούτα και λαχανικά) τοποθετούνται σκεπασμένα, κλεισμένα σε περιέκτες κάτω από μαγειρεμένα και απευθείας έτοιμα προς κατανάλωση τρόφιμα. Τα υγρά που προέρχονται από το ξεπάγωμα των τροφίμων, δεν πρέπει να επιμολύνουν τα τρόφιμα, τον εξοπλισμό ή τα σκεύη.

3.3.1.4 Ειδικοί κανόνες για την αποφυγή επιμολύνσεων

Στο χώρο της κουζίνας **δεν** επιτρέπεται η είσοδος και η παρατεταμένη παραμονή:

- **Ατόμων που δεν έχουν εργασία εντός του χώρου.** Δεν είναι χώρος σίτισης των βρεφοκόμων και παιδαγωγών. Οι βρεφοκόμοι και παιδαγωγοί εκτελούν συγκεκριμένες εργασίες στο χώρο της κουζίνας, όπως π.χ. το να αφήσουν ή να πάρουν τρόφιμα των παιδιών καθώς και τα δικά τους τρόφιμα και ποτά.
- **Οδηγών σχολικών οχημάτων**
- **Γονέων και κηδεμόνων,** κατά τη διάρκεια λειτουργίας της κουζίνας. Η επίδειξη σε αυτούς του χώρου της κουζίνας γίνεται από ειδικά εντεταλμένο άτομο της επιχείρησης σε συγκεκριμένες περιόδους π.χ. εγγραφών και σε συγκεκριμένες ώρες που δεν λειτουργεί η κουζίνα.
- **Προμηθευτών και Συνεργατών.**

Απορρίμματα: τα απορρίμματα και τα ακατάλληλα τρόφιμα δεν πρέπει να παραμένουν μέσα στους χώρους των τροφίμων. Πρέπει να λαμβάνονται μέτρα, ώστε να μην μολύνουν έμμεσα ή άμεσα τα τρόφιμα και να μην προσελκύουν έντομα ή τρωκτικά. Το προσωπικό πρέπει να πλένει σχολαστικά τα χέρια του μετά το χειρισμό απορριμμάτων.

Εντός της κουζίνας θα πρέπει να υπάρχει κάδος απορριμμάτων ποδοκίνητος (με πεντάλ που λειτουργεί) με καπάκι ή εσωτερικά στο ντουλάπι (στο οποίο δεν φυλάσσονται τρόφιμα και ποτά) με τον μηχανισμό κλεισίματος του καπακιού. Το άδειασμα του κάδου απορριμμάτων γίνεται τακτικά εντός της ημέρας, ώστε να μην συσσωρεύονται απορρίμματα π.χ. μετά το τέλος του πρωινού γεύματος, μετά την προεργασία του μεσημεριανού γεύματος κλπ.

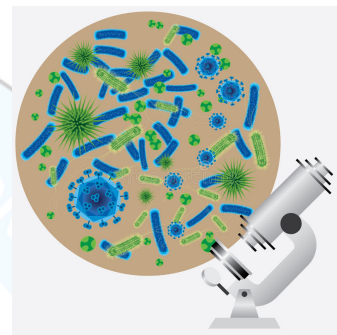




Νερό: το νερό που χρησιμοποιείται για κάθε χρήση (ως συστατικό στο μαγείρεμα, π.χ. σε σούπες, πλύσιμο τροφίμων, πλύσιμο σκευών, σερβίσιων, εξοπλισμού, επιφανειών εργασίας κλπ, παραγωγή πάγου, τροφοδοσία πλυντηρίου πιάτων κλπ), πρέπει να είναι καθαρό και πόσιμο, διαφορετικά μπορεί να επιμολύνει τα τρόφιμα.

Η επιχείρηση θα πρέπει να διατηρεί Φάκελο Νερού, όπου προτείνεται να αρχειοθετούνται τα ακόλουθα:

- 1) Οι λογαριασμοί της επιχείρησης ύδρευσης.
- 2) Ετήσια φυσικοχημική-микροβιολογική ανάλυση νερού, είτε από την επιχείρηση ύδρευσης είτε από διαπιστευμένο κατά ISO 17025 εξωτερικό εργαστήριο σε δείγμα νερού με υδροληψία σε οποιαδήποτε παροχή της επιχείρησης που δύναται να επηρεάσει την ποιότητα των τροφίμων.



Η υδραυλική εγκατάσταση έχει το κατάλληλο μέγεθος, είναι σωστά σχεδιασμένη και συντηρείται δεόντως. Το νερό παρέχεται από βρύση ζεστού και κρύου νερού.

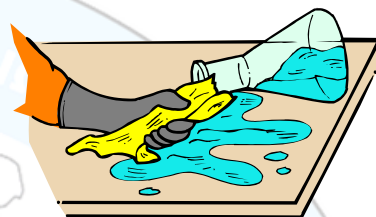
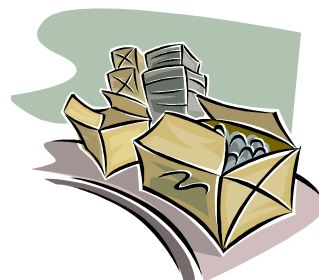
3.3.2 Φυσικοί κίνδυνοι

Ξένα σώματα είναι δυνατόν να μεταφερθούν στα τρόφιμα κατά την παραλαβή, την αποθήκευση, την προετοιμασία και το σερβίρισμα τους και αν δεν εφαρμόζονται προληπτικά μέτρα, μπορεί να προκληθούν βλάβες στην υγεία των καταναλωτών.

Πηγές μόλυνσης των τροφίμων με ξένα σώματα

- Προσωπικό (κοσμήματα, νύχια, τρίχες, κουμπιά, επίδεσμοι, ίνες και υφάσματα κλπ)
- Πρώτες ύλες (πέτρες, γυαλί, ξύλο, μέταλλο, κόκαλα, σκόνη κλπ). **Επιθεωρούμε και καθαρίζουμε τα όσπρια, το ρύζι κλπ.**

- Κτιριακές εγκαταστάσεις και υποδομές με κακή συντήρηση (ξύλο, ξεφτισμένη μπογιά/σκουριά, γυαλιά, καλώδια κλπ).
- Υλικά συσκευασίας (χαρτόνια, κορδόνια, συνδετήρες, ξύλο, πλαστικό, μέταλλο). Χρειάζεται η δέουσα προσοχή κατά την αποσυσκευασία, κατά το άνοιγμα κονσερβών κλπ.



3.3.3 Χημικοί κίνδυνοι

Στα τρόφιμα είναι δυνατόν να βρεθούν χημικές ουσίες, τοξικές για τον άνθρωπο, των οποίων η παρουσία απαγορεύεται τελείως ή περιορίζεται κάτω από καθορισμένα όρια.

Πηγές μόλυνσης των τροφίμων με επικίνδυνες χημικές ουσίες

- **Εντομοκτόνα** (π.χ. ψεκασμός κοντά σε τρόφιμα & εξοπλισμό)
- **Χημικά καθαριστικά** (απορρυπαντικά, απολυμαντικά)
- **Περιβάλλον** (διοξίνες, φυτοφάρμακα, λιπάσματα και κτηνιατρικά κατάλοιπα) από τη μη τήρηση των κανόνων ορθής υγιεινής πρακτικής κατά την παραγωγή των τροφίμων.
- **Από το προσωπικό** με αποτέλεσμα να υπάρχει η πιθανότητα τα τρόφιμα να επιμολυνθούν π.χ. με απορρυπαντικά, απολυμαντικά, καλλυντικά κλπ.
- **Ακατάλληλα σκεύη που αποτελούνται από τοξικά μέταλλα** (όπως από χαλκό, μόλυβδο, ψευδάργυρο κλπ).

Οδηγίες:

- Πλένουμε σχολαστικά τα νωπά τρόφιμα, πριν τα επεξεργαστούμε – μαγειρέψουμε – σερβίρουμε. Πλένουμε οπωσδήποτε το ρύζι, τα όσπρια κλπ.
- Χρησιμοποιούμε κατάλληλα και εγκεκριμένα καθαριστικά και απολυμαντικά, σύμφωνα με τις οδηγίες χρήσης τους.

- Κάνουμε σχολαστικό καθαρισμό και απολύμανση στα σκεύη, στα εργαλεία, σε μέρη των συσκευών (όπου ενδείκνυται ο καθαρισμός και με όλα τα αναγκαία μέτρα προστασίας) και στις επιφάνειες.
- Κατά τη διάρκεια λειτουργίας της κουζίνας για τη σίτιση των παιδιών, υπάρχουν εκτεθειμένα μόνο το απορρυπαντικό πιάτων, το απολυμαντικό χεριών και αν χρησιμοποιείται, το κατάλληλο και εγκεκριμένο απολυμαντικό επιφανειών. Η διαδικασία καθαρισμού και απολύμανσης της κουζίνας κλπ χώρων, όπου φυλάσσονται τρόφιμα, γίνεται με βάση συγκεκριμένο πρόγραμμα, σε προκαθορισμένες ώρες, αφού προηγουμένως διασφαλιστεί ότι δεν υπάρχουν εκτεθειμένα τρόφιμα, ποτά, σκεύη, σερβίτσια κλπ.
- Χρησιμοποιούμε σκεύη (κατσαρόλες, ταψιά, περιέκτες κλπ), εργαλεία και σερβίτσια κατάλληλα για τρόφιμα. Πρέπει να υπάρχει η σχετική σήμανση στα σερβίτσια. Όπου είναι δυνατόν, φυλάσσουμε τα σχετικά έγγραφα καταλληλότητας τους. Στα σερβίτσια των παιδιών λαμβάνουμε υπόψη τις παραμέτρους θερμοκρασίας (πόσο καυτό μπορεί να σερβιριστεί το φαγητό).
- Η αγορά των πρώτων υλών γίνεται από αξιόπιστους, νόμιμα αδειοδοτημένους προμηθευτές (συνοδευόμενη από πιστοποιητικά ή/και προδιαγραφές, όπου είναι εφικτό).
- Τηρούνται **α π α ρ έ γ κ λ ι τ α** οι κανόνες της επιχείρησης για τη φύλαξη – κλείδωμα – απομόνωση των χημικών / τοξικών ουσιών.



3.4 Αλλεργιογόνα



Αλλεργιογόνο: ένα γνωστό συστατικό του τροφίμου που προκαλεί φυσιολογικές αντιδράσεις που οφείλονται σε μια ανοσολογική απόκριση. Αλλεργιογόνα που ορίζονται από την ΕΕ είναι τα εξής: δημητριακά που περιέχουν γλουτένη (σιτάρι, σίκαλη, κριθάρι, βρώμη, όλυρα, σιτηρό kamut ή οι υβριδικές τους ποικιλίες) και προϊόντα με βάση τα μαλακόστρακα και προϊόντα αυτών, τα αυγά και τα προϊόντα τους, τα ψάρια και τα προϊόντα τους, τα φιστίκια και τα προϊόντα τους, η σόγια και τα προϊόντα της, το γάλα και τα προϊόντα του, οι ξηροί καρποί: αμύγδαλα (*Amygdalus communis* L), φουντούκια (*Corylus avellana*), καρύδια (*Juglans regia*), καρύδια (*Anacardium occidentale*), πεκάν (*Carya illinoinesis* (Wangenh.) K Koch), Βραζιλία (*Bertholletia excelsa*), φιστίκι Αιγίνης (*Pistacia vera*), macadamia και Κουίνσλαντ (*Macadamia ternifolia*) και προϊόντα αυτών, το σέλινο και τα προϊόντα του, τα λούπινα και τα προϊόντα τους, τα μαλάκια και τα προϊόντα τους, η μουστάρδα και τα προϊόντα της, το σουσάμι και τα προϊόντα του και το διοξείδιο του θείου και θειώδη άλατα σε συγκεντρώσεις άνω των 10 mg/kg ή 10 mg/lit εκπεφρασμένο ως SO₂.

- Για την αποφυγή επιμόλυνσης με αλλεργιογόνα κατά το στάδιο της παρασκευής γευμάτων να γίνεται χρονικός ή/και χωρικός διαχωρισμός.
- Μελετήστε προσεκτικά όλες τις συσκευασίες των τροφίμων και ποτών και καταγράψτε για κάθε ένα, αν περιέχει κάποιο/α αλλεργιογόνο/α, καθώς και αν υπάρχει ένδειξη «πιθανόν να περιέχει ίχνη από.....». Εφόσον εντοπιστούν αυτά τα τρόφιμα και ποτά και καταγραφούν σε λίστα, αποφασίζετε ποιο/ποια τυχόν μπορείτε να αφαιρέσετε ή να αντικαταστήσετε.
- Συνιστάται η αντικατάσταση του σέλινου από άλλο “ακίνδυνο” μυρωδικό π.χ. μαϊντανός.

- Καταγράψτε αναλυτικά όλες τις συνταγές, όπου θα αναφέρονται όλα τα συστατικά με επισήμανση των αλλεργιογόνων.



- Μετά την αναγνώριση των αλλεργιογόνων βάσει των συνταγών που χρησιμοποιούνται για την παρασκευή των γευμάτων, να γίνεται καταγραφή ανά γεύμα και γνωστοποίηση στους γονείς ή κηδεμόνες.
- Θα πρέπει να υπάρχει η δήλωση του γονέα στην καρτέλα υγείας κάθε παιδιού για τις αλλεργίες.
- Να είναι προκαθορισμένη και προσυμφωνημένη με τον γονέα ή κηδεμόνα η σίτιση του παιδιού, όταν λόγω αλλεργίας δεν μπορεί να φάει το φαγητό κλπ τρόφιμο βάσει μενού – διαιτολογίου. Εκ των υστέρων να υπάρχει τεκμηρίωση για το τι τελικά έφαγε το παιδί.



4. Κτιριακές υποδομές και εξοπλισμός

Οι κτιριακές εγκαταστάσεις και οι υποδομές [κουζίνες, αποθήκες τροφίμων, παρασκευαστηρίου γάλακτος (αν υφίσταται) κλπ χώρων τροφίμων] κατασκευάζονται και διατηρούνται, έτσι ώστε να διασφαλίζεται η προστασία των τροφίμων από πιθανές επιμολύνσεις:

- Διαφορετικές επιφάνειες χειρισμού νωπών και έτοιμων προς κατανάλωση τροφίμων, κατά προτίμηση οι επιφάνειες να είναι ανοξειδωτες ή από άλλο λείο, ανθεκτικό υλικό, κατάλληλο για τρόφιμα, εύκολο στον καθαρισμό (αποφεύγονται τα πλακάκια με αρμούς*).

- Οι τοίχοι και οι οροφές πρέπει να είναι σε καλή κατάσταση και από υλικά εύκολα στον καθαρισμό, στεγανά και ανθεκτικά στη φθορά, να είναι λείοι/ες και να συντηρούνται, έτσι ώστε να αποφεύγεται η συσσώρευση ρύπων, να ελαχιστοποιείται η συμπύκνωση υδρατμών και η ανάπτυξη μούχλας. Οι συνδέσεις ανάμεσα σε τοίχους, δάπεδα και οροφές θα πρέπει να διευκολύνουν τον καθαρισμό (συνιστώνται καμπυλωτές “γωνίες”). Αποφεύγονται τα πλακάκια με αρμούς* στους τοίχους.
- Η επένδυση δαπέδου θα πρέπει να είναι σε καλή κατάσταση, να καθαρίζεται εύκολα, να είναι αδιαπέραστη και ανθεκτική στη φθορά. Αποφεύγονται τα πλακάκια με αρμούς*.
- Αν είναι εφικτό, συνιστώνται διαφορετικοί νεροχύτες για το πλύσιμο – χειρισμό τροφίμων και λάντζας. Καλό θα ήταν να υπάρχει πρόβλεψη και για ξεχωριστό νεροχύτη για το πλύσιμο – χειρισμό του κοτόπουλου.

*Σε περίπτωση που υπάρχουν πλακάκια με αρμούς, εφαρμόζεται ικανοποιητικό και αποτελεσματικό πρόγραμμα καθαρισμού και απολύμανσης.



Εργαλεία και εξοπλισμός

- Επιθεωρούμε μετά από κάθε χρήση τα μαχαίρια για την επιβεβαίωση της καλής τους κατάστασης (δεν έχουν σπασμένες μύτες ή/και φθαρμένες λάμες).
- Εφόσον χρησιμοποιείται χύτρα ταχύτητας, να γίνεται αγορά – ανανέωση του λάστιχου τουλάχιστον μία φορά κατ’ έτος και αρχειοθέτηση αντιγράφου του παραστατικού αγοράς.
- Εργαλεία καθαρισμού (φθαρμένες βούρτσες, σφουγγάρια κλπ): **Ανανεώνουμε τακτικά τα σφουγγάρια κλπ μέσα καθαρισμού και τα επιθεωρούμε σε καθημερινή βάση.**
- Εφόσον υπάρχουν πόρτες και παράθυρα προς τον εξωτερικό χώρο, πρέπει να τοποθετούνται σήτες (ελάχιστης διαμέτρου) καλά πακτωμένες



/ στερεωμένες και χωρίς φθορές (ανοίγματα, σκισίματα κλπ).

- Επιπλέον οδηγίες:

- Τα έτοιμα για κατανάλωση τρόφιμα καλύπτονται (π.χ. κατσαρόλες σκεπασμένες).
- Η κουζίνα να είναι απομονωμένη από τους υπόλοιπους χώρους.
- Η κουζίνα αφορά σε επαγγελματική χρήση, οπότε απομακρύνουμε εύθραυστα διακοσμητικά π.χ. πάνω από τον απορροφητήρα ή περιττά αντικείμενα πάνω από επιφάνειες επεξεργασίας τροφίμων και σερβιρίσματος.
- Φωτιστικά [κουζίνας, αποθήκης τροφίμων, τραπεζαρίας, παρασκευαστηρίου γάλακτος (αν υφίσταται) κλπ χώρων τροφίμων]: από άθραυστο υλικό με άθραυστα καλύμματα λαμπτήρων ή/και άθραυστους λαμπτήρες.

Τουαλέτες προσωπικού: Υπάρχουν οι κατάλληλες τουαλέτες, σε εύκολα προσπελάσιμους χώρους για τις ανάγκες του προσωπικού. Οι τουαλέτες συντηρούνται και είναι σε άψογη κατάσταση από άποψη υγιεινής.

Δεν υπάρχει επικοινωνία των τουαλετών απ' ευθείας με τους χώρους κουζίνας, αποθήκης τροφίμων, παρασκευαστηρίου γάλακτος (αν υφίσταται) κλπ χώρων τροφίμων.

5. Προμήθεια, παραλαβή και αποθήκευση τροφίμων (Α' υλών)

Η αγορά των πρώτων υλών γίνεται από αξιόπιστους, νόμιμα αδειοδοτημένους προμηθευτές που ικανοποιούν πλήρως τις απαιτήσεις και προδιαγραφές μας. Ο έλεγχος κατά την παραλαβή και πριν την αποθήκευση, επεξεργασία, μαγείρεμα κλπ αποτελεί το πρώτο σημείο ελέγχου. Αν μία πρώτη ύλη είναι ακατάλληλη, δεν θα πρέπει να παραληφθεί.

Τα τρόφιμα παραδίδονται στη επιχείρηση είτε με ευθύνη και μέσω μεταφορικών μέσων των προμηθευτών είτε αγοράζονται από τους εκάστοτε αρμόδιους (κατάλληλα εκπαιδευμένους) της επιχείρησης.



Η διοίκηση της επιχείρησης για την παραλαβή των πρώτων υλών, ορίζει συγκεκριμένες ώρες και οριοθετεί συγκεκριμένους χώρους.

5.1 Προμήθεια, παραλαβή, έλεγχος

5.1.1 Τα **μεταφορικά μέσα** (με θαλάμους ψύξης και κατάψυξης, όπου απαιτείται) θα πρέπει να είναι καθαρά και δεν θα πρέπει να μεταφέρουν άλλα αντικείμενα ή επικίνδυνες χημικές ουσίες. Η **θερμοκρασία** των θαλάμων ψύξης πρέπει να είναι χαμηλότερη από 5°C και των θαλάμων κατάψυξης χαμηλότερη από -18 °C.

Συνήθως οι επιχειρήσεις του κλάδου προμηθεύονται τις πρώτες ύλες από τοπικές αγορές. Στις περιπτώσεις αυτές, όταν τα τρόφιμα δεν μεταφέρονται υπό ψύξη ή κατάψυξη, όπου απαιτείται, θα πρέπει να διασφαλίζεται ότι η διάρκεια μεταφοράς είναι η δυνατόν συντομότερη και με χρήση ισοθερμικών περιεκτών. Κατά την παραλαβή στις εγκαταστάσεις του βρεφονηπιακού – παιδικού σταθμού, κέντρου προσχολικής αγωγής, ελέγχεται από τον υπεύθυνο παραλαβής της επιχείρησης, στο παραστατικό η ώρα φόρτωσης-έναρξης της διακίνησης.

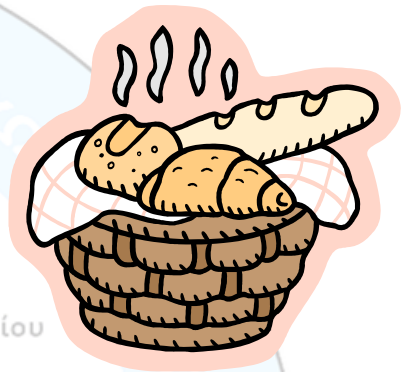
Οι **πρώτες ύλες** θα πρέπει να είναι τοποθετημένες στα μέσα μεταφοράς, με τάξη και με τρόπο, ώστε να διασφαλίζεται η υγιεινή τους κατάσταση (συνήθως επάνω σε καθαρές παλέτες ή μέσα σε καθαρούς περιέκτες, σακούλες μεταφοράς, χαρτοκιβώτια κλπ κατάλληλες για τρόφιμα, συσκευασίες). Δεν παραλαμβάνονται προϊόντα χύδην ή των οποίων η συσκευασία έχει καταστραφεί ή υποστεί φθορά ή/και είναι τοποθετημένα απευθείας στο δάπεδο του μεταφορικού μέσου. Επίσης, δεν παραλαμβάνονται προϊόντα, των οποίων οι συσκευασίες είναι ανοιχτές, βρώμικες, φουσκωμένες, συμπιεσμένες, χτυπημένες (π.χ. κονσέρβες) ή παρουσιάζουν διαρροή. Οι συσκευασίες θα πρέπει να πληρούν τις προβλέψεις της ισχύουσας νομοθεσίας σχετικά με την ακεραιότητά τους και την επισήμανσή τους.

5.1.2 Κατά την παραλαβή ο υπεύθυνος παραλαβής της επιχείρησης (κατάλληλα εκπαιδευμένος) εκτελεί μακροσκοπικό έλεγχο στις παλέτες, στα κιβώτια κλπ μέσα συσκευασίας.

Δεν παραλαμβάνονται προϊόντα που εμφανίζουν μη συμμορφώσεις, όπως ανοιχτές συσκευασίες, βρώμικες συσκευασίες, διαρροή προϊόντων, φουσκωμένες, πιεσμένες, χτυπημένες (π.χ. κονσέρβες) συσκευασίες κλπ. **Οι συσκευασίες θα πρέπει να είναι πεντακάθαρες, ακέραιες και με την προβλεπόμενη από τη νομοθεσία επισήμανση.**



Το **φρέσκο ψωμί** που αγοράζεται κάθε ημέρα από αρτοποιείο, θα πρέπει να είναι συσκευασμένο αρχικά (α' συσκευασία) σε χαρτί και μετά σε πλαστική σακούλα μεταφοράς (β' συσκευασία). **Δεν** τοποθετούνται τα ψωμιά απευθείας στην πλαστική σακούλα. **Δεν** είναι αποδεκτό να παραδίδονται από τα αρτοποιεία τα ψωμιά σε σάκους από αλεύρι.



5.1.3 Ακολουθεί ο οργανοληπτικός έλεγχος.




Για τον έλεγχο των τροφίμων χρησιμοποιούμε κατά περίπτωση, ανάλογα με το τρόφιμο, όλες τις αισθήσεις μας. Με την όραση ελέγχουμε χρώμα, εμφάνιση, σημάδια αλλοίωσης (μούχλα, σήψη) κλπ, με την οσμή και τη γεύση εντοπίζουμε ανεπιθύμητες ή δυσάρεστες οσμές και γεύσεις (π.χ. ξινισμένο γάλα, ταγγισμένο γιαούρτι), με την αφή εντοπίζουμε γλοιώδεις υφές.


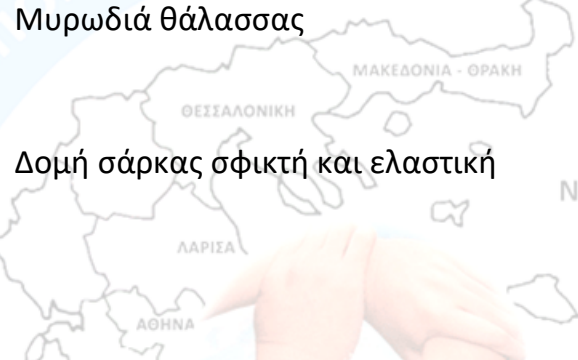
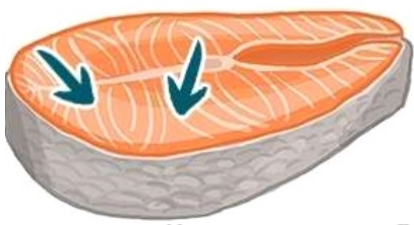
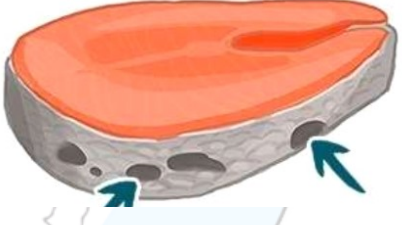
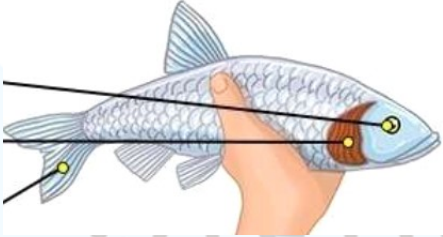
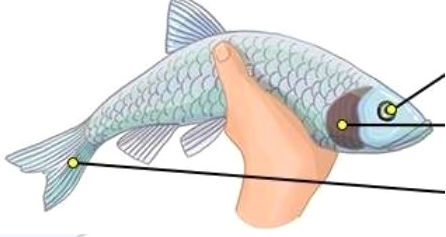

Ακατάλληλα τρόφιμα



Κριτήρια αποδοχής ή απόρριψης των κυριότερων πρώτων υλών

Σημείωση: τα κριτήρια αποδοχής ή απόρριψης ισχύουν όχι μόνο για το στάδιο της παραλαβής αλλά για κάθε στάδιο διαχείρισης των τροφίμων, όπως είναι η **προετοιμασία** τους για το μαγείρεμα, όπου εκεί ο **έλεγχος** είναι ακόμη πιο **εξονυχιστικός**.

Τρόφιμο	Αποδοχή	Απόρριψη
<p>Κρέας και κιμάς (συνήθως από μοσχάρι στις επιχειρήσεις του κλάδου)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Χρώμα έντονο κόκκινο • Χρώμα λίπους κατάλευκο • Δομή σφιχτή και ελαστική 	<ul style="list-style-type: none"> • Χρώμα ή στίγματα χρώματος γκριζο-καφέ, πράσινου, μωβ κλπ (ο,τιδήποτε εκτός από έντονο κόκκινο) • Χρώμα λίπους γκριζο-κίτρινο • Δομή γλοιώδης, βλενώδης, σαν κόλλα • Μυρωδιά σήψης 
<p>Κοτόπουλο</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Χρώμα φυσικό • Δομή σφικτή και ελαστική 	<ul style="list-style-type: none"> • Χρώμα ή στίγματα χρώματος γκριζο-καφέ, πράσινου, μωβ, μαύρου κλπ (οτιδήποτε εκτός από το φυσικό χρώμα) με σημείο ευκολότερης διαπίστωσης γύρω από τον λάρυγγα • Δομή γλοιώδης, βλενώδης, σαν κόλλα • Μυρωδιά δυσάρεστη

<p>Ψάρια φρέσκα</p> <p>Συνήθως στις επιχειρήσεις του κλάδου το ψάρι είναι κατεψυγμένο</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Χρώμα ζωηρό, δέρμα γυαλιστερό, βράγχια ζωηρά κόκκινα, μάτια γυαλιστερά, γεμάτα  <ul style="list-style-type: none"> • Μυρωδιά θάλασσας • Δομή σάρκας σφικτή και ελαστική     	<ul style="list-style-type: none"> • Χρώμα θαμπό, γκρίζα ή καφεμπορντό βράγχια, στεγνό δέρμα • Μάτια θολά περιφερειακά κόκκινα  <ul style="list-style-type: none"> • Μυρωδιά έντονης ψαρίλας ή/και αμμωνίας • Δομή χαλαρή, μαλακή «παραμένει επάνω το αποτύπωμα κατά την πίεση»
<p>Γαλακτοκομικά</p>	<p>Γάλα</p> <ul style="list-style-type: none"> • Παστεριωμένο • Ερμητικά κλειστή συσκευασία • Λείο και ρευστό 	<ul style="list-style-type: none"> • Οσμή αλλοιωμένου • Ξινή ή πικρή γεύση (“κομμένο”) • Εμφάνιση πηγμάτων



Γιαούρτι

- Από παστεριωμένο γάλα
- Ερμητικά σφραγισμένο

- Πικρή γεύση
- Εμφάνιση μούχλας



- Σπασμένη συσκευασία

Τυρί

- Κανονική γεύση και οσμή
- Κανονικές για το είδος του οπές

- Εμφάνιση μούχλας






- Ανώμαλη γεύση
- Οσμή ταγγισμένου
- Οπές που δείχνουν ανώμαλη ζύμωση

Φρούτα και λαχανικά

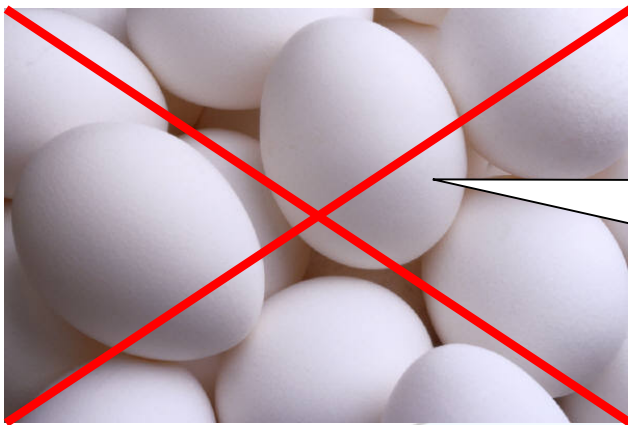


Σήψεις, τραυματισμοί από

	<p>Να παραλαμβάνονται εποχής</p> 	<p>χτυπήματα και προσβολές εντόμων κλπ</p> 
<p>Αυγά</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Κέλυφος καθαρό και ανέπαφο • Ασπράδι πηχτό και συνδεδεμένο με τον κρόκο • Κρόκος στητός, ακέραιος, ανέπαφος, διακριτός, με το χαρακτηριστικό έντονο του χρώμα 	<ul style="list-style-type: none"> • Κέλυφος σπασμένο ή ραγισμένο ή/και λερωμένο (περιπτώματα, φτερά κλπ) • Κρόκος που διαλύεται και αναμιγνύεται με το λεπτόρρευστο ασπράδι • Κρόκος με στίγματα (καφέ, μπορντό κλπ) και όχι με το χαρακτηριστικό του έντονο χρώμα • Μυρωδιά δυσάρεστη

Ειδικές οδηγίες για την προμήθεια αυγών

- Παστεριωμένα αυγά, μόνο αν προορίζονται για μαγειρική και ζαχαροπλαστική χωρίς θερμική επεξεργασία, π.χ. μαγιονέζα και γλυκά που δεν θα ψηθούν.
- Τυποποιημένα αυγά τα οποία διατηρούνται εντός ψυγείου στην αυγοθήκη / “καρτέλα” έως την κατανάλωση και του τελευταίου αυγού, ώστε να υπάρχει η αναγκαία σήμανση – ταυτοποίηση κλπ πληροφορίες, όπως μονάδα παραγωγής, ημερομηνία γέννησης ή/και λήξης και ημερομηνία «ανάλωση έως: /... /....». Σε κάθε αυγό θα πρέπει να υπάρχει η ένδειξη ότι έχει γίνει ωσκόπηση (κωδικός). Καλό θα ήταν, τα αυγά να καταναλώνονται το αργότερο σε 15 ημέρες, από την ημερομηνία γέννησης. Συνιστάται οι αυγοθήκες / “καρτέλες” να τοποθετούνται επιπλέον σε κλειστό, κατά προτίμηση, πλαστικό περιέκτη, ο οποίος τοποθετείται χαμηλά στο ψυγείο.



Απουσία
κωδικού με
κόκκινα
γράμματα

Δεν συνιστάται η αγορά χύμα αυγών. Αν αυτό δεν μπορεί να αποφευχθεί, θα πρέπει αυτά να φέρουν κωδικό και να έχουν ημερομηνία γέννησης και λήξης. Τα χύμα αυγά διατίθενται εκτός ψυγείου και μόνο στον βρεφονηπιακό – παιδικό σταθμό τοποθετούνται και διατηρούνται στο ψυγείο.

- **Μαρμελάδες, μέλι, ταχίνι** ως τυποποιημένα προϊόντα. Δεν επιτρέπονται χειροποίητες – “σπιτικές” (μαρμελάδες).



- **Ελαιόλαδο κλπ έλαια & λίπη**, ως τυποποιημένα προϊόντα. Όσον αφορά το ελαιόλαδο θα πρέπει να αναγράφεται στη συσκευασία ο αλφαριθμητικός κωδικός έγκρισης του τυποποιητηρίου EL40..., σύμφωνα με τον Κανονισμό 29/2012 και την ΥΑ 323902/18-09-2009. Επιπλέον η χωρητικότητα της συσκευασίας του ελαιολάδου μπορεί να είναι εκτός από τη μέγιστη των 5 λίτρων και 10, 20, 25 και 50 λίτρα σύμφωνα με το Ν. 4254/2014.

5.1.4 Οι πρώτες ύλες δεν θα πρέπει να έχουν σημάδια επιμόλυνσης από **ξένα σώματα** (ξύλα, μέταλλα, πλαστικά κλπ) ή από **έντομα** και **τροωκτικά** (μύγες, σκουλήκια, ψείρες κλπ).

5.1.5 Τα **κατεψυγμένα** προϊόντα δεν θα πρέπει να παρουσιάζουν το “φαινόμενο του χιονισμού”, δηλαδή να υπάρχουν **μεγάλοι κρύσταλλοι πάγου** μέσα στη συσκευασία τους (ένδειξη ότι έχουν αποψυχθεί και επανακαταψυχθεί). Το κατεψυγμένο τρόφιμο σε όλη τη μάζα του / σε όλο τον όγκο του θα πρέπει να είναι παγωμένο και χωρίς συσσωματώματα.



5.1.6 Η **ημερομηνία ελάχιστης διατηρησιμότητας** των πρώτων υλών θα πρέπει να αναγράφεται ευανάγνωστα πάνω σε κάθε μονάδα προϊόντος. **Δεν** παραλαμβάνουμε προϊόντα των οποίων η ημερομηνία ελάχιστης διατηρησιμότητας έχει περάσει.

5.1.7 Στις σημάνσεις – ετικέτες των προϊόντων θα πρέπει να εντοπίζουμε τις βασικές τουλάχιστον πληροφορίες στην **ελληνική γλώσσα**.

5.1.8 Αν κατά την παραλαβή εντοπιστούν μη συμμορφούμενα – **ακατάλληλα προϊόντα**, που δεν ικανοποιούν τα όσα προσδιορίζονται παραπάνω, τότε τα προϊόντα αυτά απομονώνονται, σημαίνονται ως ακατάλληλα και δρομολογείται η **επιστροφή** τους στους προμηθευτές. Αν εντοπίστηκαν σε δειγματοληπτικό έλεγχο (π.χ. ελέγξαμε τα 4 από τα 10 όμοια τεμάχια του είδους), τότε ελέγχεται πλήρως όλη η παραλαμβανόμενη ποσότητα - όλα τα τεμάχια και αν κριθεί αναγκαίο, όλη η παραγγελία – όλα τα είδη από τον συγκεκριμένο προμηθευτή.

5.1.9 Ο έλεγχος κατά την παραλαβή θα πρέπει να γίνεται προσεκτικά, να είναι εμπεριστατωμένος και για την εκτέλεση του να λαμβάνονται όλα τα μέτρα υγιεινής, ώστε να μην επιμολύνονται και υποβαθμίζονται ως προς την ασφάλεια και ποιότητα τους τα τρόφιμα. Ακολουθεί, στη συνέχεια, χωρίς καθυστέρηση η αποθήκευση των πρώτων υλών.

5.1.10 Ο αρμόδιος – υπεύθυνος προμηθειών της επιχείρησης τηρεί για κάθε προμηθευτή λίστα ειδών (βλ. παρακάτω παράδειγμα). Επιπλέον, για κάποια ειδικά προϊόντα, π.χ. private label (ιδιωτικής ετικέτας αλυσίδων super markets), αυγά, τυρί-φέτα σε δοχείο κλπ συγκεντρώνει από τους προμηθευτές και αρχειοθετεί, τις προδιαγραφές κλπ στοιχεία π.χ. βεβαιώσεις & αναλύσεις εργαστηρίων, πιστοποιητικά ISO 22000, ISO 9001, BRC, IFS κλπ.

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΡΟΜΗΘΕΥΟΜΕΝΩΝ ΕΙΔΩΝ / ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΩΝ

ΠΡΟΜΗΘΕΥΟΜΕΝΑ ΕΙΔΗ	ΕΠΩΝΥΜΙΑ ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΗ	ΤΗΛΕΦΩΝΟ ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΗ

20
Νοεμβρίου
2011

5.2 Διαχείριση τροφίμων που παρέχονται από τους γονείς και κηδεμόνες

Η επιχείρηση (ιδιωτικός βρεφονηπιακός – παιδικός σταθμός, κέντρο προσχολικής αγωγής) φέρει ευθύνη για την ασφάλεια των τροφίμων και ποτών που παρέχει σύμφωνα με το γνωστοποιημένο στους γονείς και κηδεμόνες διαιτολόγιο (όπως προβλέπεται από την ισχύουσα νομοθεσία). Ωστόσο, λόγω ιδιαιτεροτήτων, σε ορισμένες περιπτώσεις παρέχονται τρόφιμα και ποτά από τους γονείς και κηδεμόνες.

Καλή πρακτική αποτελεί η τήρηση του κανόνα: “καμία παροχή σε τρόφιμα και ποτά”.

Συνήθως παρεχόμενα από γονείς:

- ✚ Τούρτες και γλυκά κέρασματος ζαχαροπλαστέιου, σπιτικά γλυκά, τυποποιημένα τρόφιμα (π.χ. σοκοφρέτες, μπισκότα κλπ), χυμοί κλπ **στα γενέθλια και στις γιορτές των παιδιών.**

Καταρχάς πρέπει να υπάρχει έγγραφη (συνιστάται και υπογεγραμμένη) η **συγκατάθεση** κάθε **γονέα ή κηδεμόνα**, ώστε να δίνονται στο παιδί τέτοιου είδους κέρασματα (προτείνεται η σχετική αναγραφή στην καρτέλα υγείας κάθε παιδιού).


Κρατάμε ένα **δείγμα** στην κατάψυξη σε αποστειρωμένο περιέκτη, για τουλάχιστον 3 ημέρες. Στη συνέχεια, δίνονται σχετικά παραδείγματα.

<p style="text-align: center;">ΔΕΙΓΜΑ</p> <p>ΑΠΟ (ονομ/νο παιδιού): ΔΑΝΑΗ ΣΤΕΡΓΙΟΥ Ημερομηνία: 24/05/18 Προϊόν: Τούρτα Ζαχαροπλαστέιο (επωνυμία/διεύθυνση): “Τουλίπα” – Ναρκίσσων 67, Χαλάνδρι Διατηρείται στην κατάψυξη σε αποστειρωμένο περιέκτη, για τουλάχιστον 3 ημέρες μετά την ημερομηνία σερβιρίσματος</p>
<p style="text-align: center;">ΔΕΙΓΜΑ</p> <p>ΑΠΟ (ονομ/νο παιδιού): ΛΕΥΤΕΡΗΣ ΓΕΡΟΔΗΜΟΣ Ημερομηνία: 15/06/18 Προϊόν: κέικ χειροποίητο/σπιτικό Διατηρείται στην κατάψυξη σε αποστειρωμένο περιέκτη, για τουλάχιστον 3 ημέρες μετά την ημερομηνία σερβιρίσματος</p>
<p style="text-align: center;">ΔΕΙΓΜΑ</p> <p>ΑΠΟ (ονομ/νο παιδιού): ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΑΠΠΑΣ Ημερομηνία: 09/07/18 Προϊόντα: Σοκοφρέτα & χυμός πορτοκάλι Διατηρείται στην κατάψυξη σε αποστειρωμένο περιέκτη, για τουλάχιστον 3 ημέρες μετά την ημερομηνία σερβιρίσματος</p>

Σημείωση: Φυλάσσεται το δείγμα για τουλάχιστον 3 ημέρες, ώστε σε περίπτωση τροφικής δηλητηρίασης να δοθεί για ανάλυση σε διαπιστευμένο κατά ISO 17025 εργαστήριο.

Γάλα και γιαούρτι

- Παρέχονται **κλειστά** (δεν γίνονται δεκτά, αν είναι ανοιγμένα).
- Να μην έχει παρέλθει η **ημερομηνία ελάχιστης διατηρησιμότητας**. Σε τέτοια περίπτωση επιστρέφονται στους γονείς/κηδεμόνες.
- Αναγραφή επί της συσκευασίας του ονοματεπώνυμου του παιδιού, κατά προτίμηση από τον γονέα/κηδεμόνα.

 **Φρούτα: να είναι φρέσκα και όχι αλλοιωμένα.** Παρέχονται **ολόκληρα** και **όχι κομμένα**. Προβλέπεται **ένα φρούτο ανά ημέρα**.

 **Φαγητό για το μεσημεριανό γεύμα**

Κατά κανόνα και στην πλειοψηφία των επιχειρήσεων, παρέχεται με ευθύνη τους το μεσημεριανό γεύμα, βάσει του διαιτολογίου. Όταν συντρέχουν ειδικοί λόγοι, όπως προσωρινή ασθένεια, αλλεργία, δυσανεξία κλπ, είναι δυνατόν (εφόσον δεν είναι προσυμφωνημένο να ετοιμάσει η επιχείρηση το ειδικό γεύμα π.χ. ρύζι, σούπα κλπ) να παρέχεται το μεσημεριανό γεύμα του παιδιού από τον γονέα/κηδεμόνα. Πρέπει όμως να παρέχεται σε κατάλληλο σκεύος, ερμητικά κλειστό και με αναγραφή του ονοματεπώνυμου του παιδιού.

Αυγά


Δεν θα πρέπει να είναι επιτρεπτή η παροχή αυτή από τους γονείς & κηδεμόνες.

Σε περίπτωση εξαίρεσης η επιχείρηση ενημερώνει εγγράφως τον γονέα γονέα/κηδεμόνα.

Στη συνέχεια παρουσιάζεται παράδειγμα σχετικής ενημέρωσης:

«Στα πλαίσια εφαρμογής κανόνων Υγιεινής & Ασφάλειας Τροφίμων δεν μπορούμε να δεχόμαστε στον σταθμό μας ωμά αυγά για βράσιμο, που παρέχονται από τους γονείς (π.χ. από οικόσιτες κότες, χωρίς ημερομηνία γέννησης και ελάχιστης διατηρησιμότητας κλπ). Σε πολύ ειδικές περιπτώσεις, τις οποίες θα εξετάζουμε σε συνεργασία μαζί σας, μπορείτε να φέρνετε το δικό σας αυγό πάντα βρασμένο και μέσα σε ατομικό σκεύος, αναγράφοντας πάνω σε αυτό το όνομα του παιδιού σας και την τρέχουσα ημερομηνία. Αυτό θα επαναλαμβάνεται για την κάθε ημέρα που θέλετε το παιδί σας να τρώει το δικό σας αυγό. Δηλαδή ένα αυγό για την κάθε ημέρα».

Επιπλέον, προτείνεται και η σχετική επισήμανση (υπογεγραμμένη από τον γονέα/κηδεμόνα) στην καρτέλα υγείας του παιδιού ότι **ο γονέας/κηδεμόνας παρέχει εκείνος τα δικά του αυγά.**

 **Μητρικό γάλα:** Σύμφωνα με τα όσα σχετικά καθορίζονται στην Υπουργική Απόφαση Υ1α/Γ.Π./οικ 76785 (ΦΕΚ 3758/25-10-2017) Ιατρικός έλεγχος προσωπικού, διατροφή και κανόνες υγιεινής και ασφάλειας τροφίμων στους δημόσιους και ιδιωτικούς βρεφικούς, βρεφονηπιακούς και παιδικούς σταθμούς.

5.3 Αποθήκευση

Η αποθήκευση γίνεται κατά προτεραιότητα: πρώτα στην/ον κατάψυξη/καταψύκτη, στη συνέχεια στο ψυγείο και τέλος στην “ξηρά” αποθήκη (ειδικός χώρος αποθήκης με ράφια ή/και στα ντουλάπια, συρτάρια κλπ μέσα αποθήκευσης εντός της κουζίνας).

Για όλα τα συσκευασμένα προϊόντα τηρούμε τις οδηγίες αποθήκευσης – διατήρησης που αναγράφονται στις συσκευασίες τους.

Κατά την αποθήκευση τροφίμων & ποτών λαμβάνονται μέτρα, ώστε:

- να υπάρχει καθαριότητα και τάξη,
- να μην υπάρχει υπερφόρτωση,
- να μην καταστρέφονται οι συσκευασίες των προϊόντων και να διατηρείται η επισήμανση,
- να μην υπάρχει κίνδυνος να πέσουν, να ανοίξουν ή να σπάσουν τα προϊόντα (αν υπάρξει τέτοιο περιστατικό γίνεται αμέσως εξονυχιστικός καθαρισμός και απολύμανση),
- να μην υπάρχουν διαρροές από τρόφιμα σε άλλα τρόφιμα (αν υπάρξει τέτοιο περιστατικό, γίνεται αμέσως εξονυχιστικός καθαρισμός και απολύμανση),
- να τηρείται το σύστημα ανακύκλωσης F.E.F.O. (First Expired First Out) και F.I.F.O. (First In First Out), ανά περίπτωση
- να μην υπάρχουν προϊόντα που έχουν λήξει ή αλλοιωθεί (αυτά τα προϊόντα απορρίπτονται),
- να μην υπάρχει δυνατότητα εισόδου σε έντομα, τρωκτικά, ζώα και πτηνά,
- να μην υπάρχουν ανεπιθύμητες οσμές.

5.3.1 Αποθήκευση στην κατάψυξη

ΡΥΘΜΙΣΗ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑΣ

ΚΑΤΑΨΥΞΗΣ/ΚΑΤΑΨΥΚΤΗ:

-18°C ή και μικρότερη




5.3.2 Αποθήκευση στην ψύξη

ΡΥΘΜΙΣΗ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑΣ ΨΥΓΕΙΟΥ:

+1°C – max +5°C

Παράδειγμα τοποθέτησης – κατακόρυφης διάταξης τροφίμων στο ψυγείο, από πάνω προς τα κάτω (παράδειγμα από επιχείρηση που διαθέτει 1 μόνο ψυγείο, οικιακού τύπου)

Χυμοί, μαρμελάδες, ψωμί του τοστ, προϊόντα σε / ή από κονσέρβα (π.χ. τοματοπολτός) *	
Γάλα, γιαούρτι, τυριά κλπ	↓
<u>Παρεχόμενα</u> από γονείς/κηδεμόνες τρόφιμα, όπως γλυκά για γενέθλια και γιορτές και σε σπάνιες & ειδικές περιπτώσεις μαγειρεμένα φαγητά για το μεσημεριανό γεύμα	↓
Τρόφιμα προσωπικού επιχείρησης (με σήμανση “τρόφιμα του προσωπικού”)	↓
<u>Ένα (1) είδος</u> : Ψάρι, Κρέας, Κιμάς, Κοτόπουλο. Σύμφωνα με το διαιτολόγιο υπάρχει 1 είδος κάθε ημέρα , νωπό/φρέσκο ή κατεψυγμένο	↓
Αυγά	↓
	
Φρούτα και λαχανικά (εφ’ όσον υπάρχει ξεχωριστός χώρος	



αποθήκευσης)

* Τέτοιων ειδών τρόφιμα

τοποθετούνται μετά το άνοιγμα στο ψυγείο, σύμφωνα πάντα με τις οδηγίες στη συσκευασία τους.

Παράδειγμα¹: αν ανοίχθηκε τοματοχυμός 05/03/18 και προσδιορίζεται η διατήρηση του στο ψυγείο για 4 ημέρες, αναγράφουμε “ΕΩΣ 09/03/18”.

Παράδειγμα²: αν ανοίχθηκε μαρμελάδα 05/03/18 και προσδιορίζεται η διατήρηση της στο ψυγείο για 3 μήνες, αναγράφουμε “ΕΩΣ 05/06/18”.



- Τα ευπαθή - ευαλλοίωτα τρόφιμα που διατηρούνται υπό ψύξη όπως γάλα, γιαούρτι, τυριά, αυγά, φρούτα, λαχανικά, νωπά-φρέσκα πουλερικά, κρέατα, ψάρια κλπ τα αποθηκεύουμε αμέσως μετά την παραλαβή τους στο ψυγείο (αφού αρχικά τα ελέγξουμε ως προς την καταλληλότητά τους) και τα βγάζουμε από το ψυγείο την τελευταία χρονική στιγμή που πρόκειται να ξεκινήσουμε την επεξεργασία τους. Δεν τα αφήνουμε εκτός ψυγείου.
- Τα ευπαθή - ευαλλοίωτα τρόφιμα που τα προμηθευόμαστε ως κατεψυγμένα, διατηρούνται στην κατάψυξη ($\leq -18^{\circ}\text{C}$) το αργότερο έως την ημερομηνία λήξης τους.
- Δεν αποθηκεύουμε στην κατάψυξη φρέσκα - νωπά κρέατα, κοτόπουλα, ψάρια, λαχανικά, μυρωδικά, ψωμιά κλπ.

5.3.3 Ξηρά αποθήκευση

Η θερμοκρασία χώρων για **ξηρά αποθήκευση** πρέπει να κυμαίνεται μεταξύ **18 - 22°C**.

Θα πρέπει να εξασφαλίζονται **ικανοποιητικές συνθήκες εξαερισμού και υγρασίας**.

Κατά την αποθήκευση τα τρόφιμα θα πρέπει να τοποθετούνται σε ράφια ή παλέτες και να υπάρχει ικανοποιητική απόσταση 7 – 10 cm από το δάπεδο και από τους τοίχους.

Επιπλέον, θα πρέπει να υπάρχει **διακριτός διαχωρισμός**:

τρόφιμα και ποτά /-/ σερβίτσια, σκεύη, εργαλεία, συσκευές κλπ /-/ απορρυπαντικά, απολυμαντικά, εργαλεία καθαρισμού κλπ χημικά /-/ διάφορα άλλα είδη σχετικά με τη σίτιση των παιδιών.

- **Ξηρά τρόφιμα:** Λαμβάνεται ειδική μέριμνα ως προς την ασφαλή αποθήκευση και διατήρηση τους ιδιαίτερα εφόσον ανοιχθεί η συσκευασία (ερμητικό κλείσιμο & απουσία υγρασίας) και πάντα σύμφωνα με τις οδηγίες και ενδείξεις που αναγράφονται στη συσκευασία. Προσοχή στις **κρέμες σε σκόνη για βρέφη και μικρά παιδιά**, υπάρχουν οδηγίες π.χ. κατανάλωση εντός x εβδομάδων από το άνοιγμα, οπότε αναγράφουμε επάνω στη συσκευασία την τελική επιτρεπτή ημερομηνία κατανάλωσης. Παράδειγμα: αν ανοίχθηκε 25/01/18 και προσδιορίζεται η κατανάλωση εντός 4 εβδομάδων, αναγράφουμε “ΕΩΣ 25/02/18”. Σε περίπτωση που οι **κρέμες σε σκόνη για βρέφη και μικρά παιδιά** παρέχονται από τους γονείς, θα πρέπει να παρέχονται **κλειστές – να μην έχουν ανοιχθεί**.

- Ξηρά τρόφιμα που χρησιμοποιούνται από τους παιδαγωγούς και τα παιδιά (για παιδαγωγικούς σκοπούς) π.χ. φακές, φασόλια, ποπ-κορν κλπ φυλάσσονται στις αίθουσες διδασκαλίας ή στην αποθήκη με τα σχολικά είδη και όχι στην κουζίνα ή στην αποθήκη τροφίμων.



- **Τρόφιμα σε κονσέρβες:** Αυτά μπορούν να θεωρούνται ασφαλή, εκτός αν η συσκευασία έχει ίχνη κακομεταχείρισης (χτυπημένη κονσέρβα). Οι ανοιγμένες κονσέρβες πρέπει να διατηρούνται

πάντα σύμφωνα με τις οδηγίες και ενδείξεις που αναγράφονται στη συσκευασία. Παράδειγμα: αν ανοίχθηκε τοματοπολτός σε κονσέρβα 23/03/18 και προσδιορίζεται η διατήρηση του στο ψυγείο για 5 ημέρες, αναγράφουμε “ΕΩΣ 28/03/18” και φυλάσσουμε το προϊόν στο ψυγείο είτε εντός της κονσέρβας σκεπασμένο είτε κατά προτίμηση σε κλειστό καθαρό περιέκτη.



5.3.4 Ειδικές επισημάνσεις

- Αποθηκεύουμε τα προϊόντα, κατά προτίμηση διατηρώντας τα στις συσκευασίες τους. Όταν αυτό δεν είναι εφικτό ή/και προτιμούμε τη μεταφορά τους σε καθαρότερους περιέκτες και μέσα συσκευασίας (π.χ. δεν βάζουμε το χαρτοκιβώτιο της τελικής συσκευασίας στον καταψύκτη), τότε το κλείσιμο των περιεκτών πρέπει να είναι καλό-ερμητικό και μεταφέρουμε/επικολλάμε την ετικέτα στον περιέκτη ή αναγράφουμε τις πληροφορίες αναφορικά με τις ημερομηνίες, π.χ. ημερομηνία **λήξης** ή ημερομηνία **αγοράς** (π.χ. ημερομηνία αγοράς/κοπής τυριών από τον προμηθευτή).
- Γενικά, πρέπει να υπάρχει **σήμανση/αναγραφή ημερομηνίας παρασκευής προϊόντων – τροφίμων**, όπου απαιτείται, π.χ. όταν αφαιρείται η αρχική συσκευασία σε κρέατα, κοτόπουλα, ψάρια, τυριά, φρυγανιές, μπισκότα, δημητριακά, αλεύρι, ζυμαρικά, ρύζι, όσπρια κλπ.
- Κατά το άνοιγμα των συσκευασιών των τροφίμων που δεν θα χρησιμοποιήσουμε όλη την ποσότητα τους, φροντίζουμε, ώστε να μην καταστρέψουμε το τμήμα εκείνο της συσκευασίας με την πληροφόρηση αναφορικά με την/τις ημερομηνία/ες.
- **Δεν** αποθηκεύουμε, έστω και για λίγο στο ψυγείο, στην κατάψυξη, στην αποθήκη τροφίμων, εντός του χώρου της κουζίνας, αποφάγια και τρόφιμα που έχουν ήδη σερβιριστεί, με την “καλή” πρόθεση μας να τα φυλάξουμε για κατοικίδια ή αδέσποτα ζώα (εκτός της επιχείρησης, εννοείται).

- Τα λαχανικά που είναι ευαίσθητα στο φως (π.χ. πατάτες), θα πρέπει να αποθηκεύονται σε σκοτεινό χώρο.
- Χρησιμοποιούμε τα ψυγεία, τις καταψύξεις και τους καταψύκτες ακολουθώντας τις οδηγίες στα εγχειρίδια χρήσης τους. Τηρούμε διαδικασία προληπτικής συντήρησης για τα ψυγεία, τις καταψύξεις και τους καταψύκτες, σύμφωνα με τις οδηγίες των κατασκευαστών και των εξειδικευμένων τεχνικών – εξωτερικών συνεργατών της επιχείρησης.
- Δεν διατηρούμε τρόφιμα για προσωπική χρήση στους χώρους παραγωγής τροφίμων.

5.3.5 Μέτρηση και καταγραφή θερμοκρασιών στο ψυγείο και στην κατάψυξη

Τοποθετούμε στο κέντρο κάθε ψυγείου (συμπεριλαμβανομένου και του ψυγείου στο παρασκευαστήριο γάλακτος, αν υφίσταται) και στο κέντρο κάθε κατάψυξης/καταψύκτη, **φορητό, άθραυστο (όχι γυάλινο), όχι υδραργυρικό θερμομότρο.**

Η μέτρηση της θερμοκρασίας γίνεται με αυτά τα φορητά θερμομότρα και όχι με βάση τις ενδείξεις που υπάρχουν, συνήθως ηλεκτρονικές/ψηφιακές στις συσκευές. Στις επιχειρήσεις του κλάδου κατά κανόνα, δεν υπάρχουν ψυγεία και καταψύξεις με αυτόματα καταγραφικά 24ωρης καταγραφής και μηχανογραφημένης αρχειοθέτησης.

Η μέτρηση και η καταγραφή γίνεται τουλάχιστον **μία φορά ανά ημέρα** λειτουργίας της επιχείρησης.

Τα θερμομότρα θα πρέπει να διακριβώνονται σε ετήσια βάση από διαπιστευμένο εργαστήριο και να βαθμονομούνται όπως περιγράφεται παρακάτω



Βαθμονομούμε - ελέγχουμε την αξιοπιστία των φορητών θερμομότρων κατά την έναρξη της σχολικής περιόδου και στη συνέχεια όποτε χρειαστεί, σε δοχείο με νερό και πάγο, ώστε να

δούμε 0°C. Ανάλογα με την ένδειξη προσθαιρούμε, π.χ. αν αντί για 0°C δούμε +2°C, στο εξής αφαιρούμε 2°C (-2°C) στις μετρήσεις μας. Αν αντί για 0°C δούμε -1°C, στο εξής προσθέτουμε 1°C (+1°C) στις μετρήσεις μας.

Στη συνέχεια δίνεται **παράδειγμα** εντύπου (και παράλληλα αρχείου) για την καταγραφή των θερμοκρασιών και για τη βαθμονόμηση των φορητών θερμομέτρων.



Το αρχείο (σε φυσική ή ηλεκτρονική μορφή) φυλάσσεται στην επιχείρηση για τουλάχιστον ένα (1) έτος.



ΜΕΤΡΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑΣ ΨΥΓΕΙΩΝ & ΚΑΤΑΨΥΞΕΩΝ/ΚΑΤΑΨΥΚΤΩΝ

ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ: τουλάχιστον 1 φορά ανά ημέρα λειτουργίας της επιχείρησης

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΩΡΑ	ΨΥΓΕΙΟ 1	ΨΥΓΕΙΟ 2	ΚΑΤΑΨΥΞΗ	ΚΑΤΑΨΥΚΤΗΣ
02/01/18	12:30	4°C	3°C	-22°C	-22°C
03/01/18	09:20	3°C	4°C	-21°C	-21°C
04/01/18	12:50	4°C	5°C	-18°C	-22°C
05/01/18	08:20	3°C	3°C	-19°C	-22°C
08/01/18	08:40	3°C	4°C	-20°C	-22°C
09/01/18	08:50	3°C	4°C	-20°C	-22°C
10/01/18	09:20	3°C	4°C	-18°C	-21°C
11/01/18	08:30	3°C	3°C	-18°C	-19°C
12/01/18	10:40	5°C	3°C	-22°C	-21°C
15/01/18	12:45	4°C	5°C	-20°C	-22°C
16/01/18	10:20	4°C	3°C	-21°C	-18°C
17/01/18	09:35	3°C	4°C	-22°C	-21°C
17/01/18	15:20	4°C	4°C	-20°C	-18°C
18/01/18	09:15	3°C	3°C	-18°C	-18°C
19/01/18	14:30	5°C	3°C	-19°C	-19°C
22/01/18	11:40	3°C	5°C	-18°C	-21°C
Κ.Ο.Κ.					

ΡΥΘΜΙΣΗ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑΣ ΨΥΓΕΙΩΝ: 1°C – 5°C

ΡΥΘΜΙΣΗ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑΣ ΚΑΤΑΨΥΞΕΩΝ/ΚΑΤΑΨΥΚΤΩΝ: -18°C ή και μικρότερη (≤-18°C)

ΕΛΕΓΧΟΥΜΕ ΤΑ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΝΑΡΞΗ ΤΗΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ ΚΑΙ ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΟΠΟΤΕ ΧΡΕΙΑΣΤΕΙ, ΣΕ ΔΟΧΕΙΟ ΜΕ ΝΕΡΟ ΚΑΙ ΠΑΓΟ, ΩΣΤΕ ΝΑ ΔΟΥΜΕ 0°C. ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΕΝΔΕΙΞΗ ΠΡΟΣΘΑΦΑΙΡΟΥΜΕ, π.χ. ΑΝ ΑΝΤΙ ΓΙΑ 0°C ΔΟΥΜΕ +2°C, ΣΤΟ ΕΞΗΣ ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ 2°C (-2°C) ΣΤΙΣ ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΜΑΣ. ΑΝ ΑΝΤΙ ΓΙΑ 0°C ΔΟΥΜΕ -1°C, ΣΤΟ ΕΞΗΣ ΠΡΟΣΘΕΤΟΥΜΕ 1°C (+1°C) ΣΤΙΣ ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΜΑΣ.

ΕΛΕΓΧΟΣ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΟΥ

ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΟ	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ - ΑΠΟΚΛΙΣΗ	ΠΡΟΣΘΕΤΟΥΜΕ ή ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ
ΨΥΓΕΙΟΥ 1	04/09/17	+1°C	-1°C
ΨΥΓΕΙΟΥ 2	04/09/17	0°C	0°C
ΚΑΤΑΨΥΞΗΣ	04/09/17	0°C	0°C
ΚΑΤΑΨΥΚΤΗ	04/09/17	-2°C	+2°C



6. Προετοιμασία – επεξεργασία των τροφίμων

Η προεργασία γίνεται την ίδια ημέρα που τα τρόφιμα πρόκειται να σερβιριστούν σύμφωνα με το διαιτολόγιο. Στο πλαίσιο αυτό προτείνεται:

Οδηγίες για την υγιεινή προετοιμασία των τροφίμων

- 1. Προετοιμάζετε** τα νωπά τρόφιμα και τα τρόφιμα υψηλού κινδύνου, σε ξεχωριστούς χώρους, με ξεχωριστές επιφάνειες κοπής και καθαρό εξοπλισμό, σκεύη και εργαλεία (μαχαίρια, κουτάλια, σπάτουλες κλπ).
- 2. Χρησιμοποιείτε πάντα κατάλληλα καθαρά σκεύη** και αποφεύγετε να προετοιμάζετε και να μεταφέρετε τα τρόφιμα με γυμνά χέρια.



- 3. Αποσυσκευάζετε τις πρώτες ύλες σε ειδικούς χώρους.** Μην αδειάζετε συσκευασμένες πρώτες ύλες με χαρτοσακούλες απευθείας σε δοχεία ανάμιξης (π.χ. αλεύρι απευθείας στο μίξερ).
- 4. Μην καθυστερείτε.** Ο χειρισμός των τροφίμων, ιδίως των ευπαθών, κατά την προετοιμασία πρέπει να είναι προσεκτικός και κατά το δυνατόν συντομότερος.
- 5. Μην αφήνετε τα τρόφιμα** για μεγάλο διάστημα σε θερμοκρασία περιβάλλοντος (ζεστή και υγρή ατμόσφαιρα). Η ελάχιστη ποσότητα τροφίμων που προετοιμάζεται, πρέπει να σκεπάζεται, να μεταφέρεται αμέσως στο ψυγείο (π.χ. κομμένα λαχανικά για τη σαλάτα του μεσημεριανού γεύματος) ή να επεξεργάζεται περαιτέρω με μαγείρεμα / ψήσιμο.



6. **Πλένετε τα χέρια σας και τις επιφάνειες εργασίας τακτικά και ιδιαίτερα όταν αλλάζουμε τρόφιμο**
7. **Καθαρίζετε** τους δίσκους κοπής / τεμαχισμού, τα σκεύη, τα εργαλεία και τους πάγκους εργασίας ενδιάμεσα της προετοιμασίας των διαφόρων τροφίμων.
8. **Αντικαθιστάτε** τον εξοπλισμό και τα εργαλεία που έχουν φθαρεί ή δεν μπορούν να καθαριστούν.
9. Τα εργαλεία (κουτάλες, σπάτουλες, επιφάνειες κοπής κλπ) θα πρέπει να είναι από κατάλληλα υλικά για τρόφιμα, να διατηρούνται σε καλή κατάσταση και να καθαρίζονται αποτελεσματικά. Το ξύλο αποτελεί εστία μικροβίων, δεν καθίσταται αποτελεσματικός ο καθαρισμός και η απολύμανση του και επιπλέον η φθορά του συνιστά φυσική επιμόλυνση.



10. **Καθαρίζετε** ό,τι χυθεί αμέσως και απομακρύνετε τα σκουπίδια και τα υπολείμματα τροφών τακτικά.

Οδηγίες για το σωστό πλύσιμο των τροφίμων

- **Συνιστώνται διαφορετικοί νεροχύτες για το πλύσιμο – χειρισμό τροφίμων και λάντζας.** Καλό θα ήταν να υπάρχει πρόβλεψη και για ξεχωριστό νεροχύτη για το πλύσιμο – χειρισμό του κοτόπουλου. Βλέπε ειδική σημείωση, παρακάτω για τους νεροχύτες.
- **Καθαρίζετε και απολυμαίνετε σχολαστικά τον νεροχύτη μετά από κάθε διαφορετική χρήση του. Παράδειγμα: Πλύσιμο λαχανικών => ακολουθεί απαραίτητα καθαρισμός και απολύμανση => πλύσιμο σκευών, εργαλείων, σερβίσιων κλπ => ακολουθεί απαραίτητα καθαρισμός και απολύμανση => πλύσιμο κρέατος ή κοτόπουλου ή ψαριού => κ.ο.κ.**
- **Πλένετε χρησιμοποιώντας ξύδι και άφθονο τρεχούμενο νερό, σχολαστικά τα φρούτα και τα λαχανικά, πριν τα καθαρίσετε και τα κόψετε. Στα φυλλώδη λαχανικά, όπως το μαρούλι και το σπανάκι, τα εξωτερικά φύλλα απομακρύνονται/απορρίπτονται πριν το πλύσιμο.**
- **Μην χρησιμοποιείτε τους νεροχύτες που έχουν σχεδιαστεί για το πλύσιμο των τροφίμων ή για τη λάντζα, για άλλες χρήσεις (π.χ. πλύσιμο χεριών ή προσωπικών αντικειμένων).**

Ειδική σημείωση για τους νεροχύτες:

Στην πλειοψηφία των επιχειρήσεων του κλάδου, η κουζίνα είναι μεγέθους/δυναμικότητας οικιακής κουζίνας. Τα λαχανικά, τα φρούτα, τα κρέατα, τα κοτόπουλα, τα ψάρια και γενικότερα όλα τα τρόφιμα είναι σε μικρές ποσότητες και σε ελάχιστη ποικιλία (πολύ λίγα είδη), συγκριτικά με ενός εστιατορίου για παράδειγμα, άρα δεν χρειάζονται απαραίτητα ξεχωριστοί νεροχύτες. Ομοίως και κατά αντιστοιχία τα σκεύη, τα εργαλεία και τα “μηχανήματα” (δεν υπάρχουν ιδιαίτερα μηχανήματα, αλλά συσκευές π.χ. μίξερ). Όπως είναι διαμορφωμένο το πρόγραμμα σίτισης: πρωινό → μεσημεριανό με **1 μόνο φαγητό** → απογευματινό, δεν έχουμε αλληλομολύνσεις. Δεν γίνονται ταυτόχρονα πολλές προεργασίες. Η μαγείρισα/ο μάγειρας τελειώνει με τη διαδικασία του πρωινού, καθαρίζει και ακολουθεί η προεργασία μαγειρέματος (π.χ. πλύσιμο λαχανικών **ξεχωριστά και σε διαφορετικό χρόνο** από το πλύσιμο κρέατος), γίνεται το μαγείρεμα, μετά το σερβίρισμα και πολύ αργότερα, αφού έχει καθαριστεί η κουζίνα, ακολουθεί η προετοιμασία-προεργασία του απογευματινού, με πλύσιμο φρούτων κλπ. Κάθε μέρα, βάσει διαιτολογίου, υπάρχει ένα μόνο είδος ωμής πρώτης ύλης (κρέας, κοτόπουλο, ψάρι). Μάλιστα υπάρχουν μία ή δύο ημέρες/εβδομάδα, συνήθως, χωρίς καθόλου κρέας, κοτόπουλο, ψάρι.

Οδηγίες για τη σωστή απόψυξη των τροφίμων

- **Οργανώνετε σωστά την εργασία σας**, ώστε να υπάρχει αρκετός χρόνος για την απόψυξη των υλικών που χρειάζεστε.
- **Απόψυξη κατεψυγμένων κρεάτων – κοτόπουλων – ψαριών για τα οποία δεν δίνονται επί της συσκευασίας τους οδηγίες απόψυξης από τους παραγωγούς / προμηθευτές**



Σωστές πρακτικές	Λανθασμένες πρακτικές
Στο ψυγείο, αρκετές ώρες πριν, συνήθως από το απόγευμα της προηγούμενης του μαγειρέματος ημέρας	Σε θερμοκρασία δωματίου
Με χρήση άφθονου κρύου τρεχούμενου νερού ($\leq 21^{\circ}\text{C}$)	Με ζεστό / καυτό νερό
Στο φούρνο μικροκυμάτων, ακολουθώντας τις εκάστοτε σχετικές οδηγίες στο βιβλίο χρήσης του	

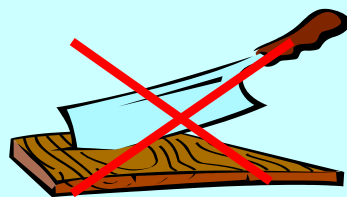
- **Κατεψυγμένα λαχανικά, πίτες, ζύμες κλπ διατηρούνται στην κατάψυξη και αποψύχονται / μαγειρεύονται / ψήνονται σύμφωνα με τις αναγραφόμενες επί της συσκευασίας, οδηγίες του εκάστοτε παρασκευαστή.** Χρησιμοποιείτε τον φούρνο μικροκυμάτων για την απόψυξη, μόνον εφόσον υπάρχουν σχετικές οδηγίες από τον παρασκευαστή.



- **Μην μαγειρεύετε απευθείας** μεγάλα τεμάχια κρέατος ή πουλερικά τα οποία δεν έχουν ξεπαγώσει πλήρως. **Τροφικές δηλητηριάσεις** από Salmonella προκαλούνται συχνά **από κοτόπουλο που δεν έχει αποψυχθεί καλά**. Ενώ μπορεί να τηρείται ο απαιτούμενος χρόνος για το μαγείρεμα, μεγάλη ποσότητα θερμότητας χάνεται, για να λιώσει ο πάγος που υπάρχει στο εσωτερικό του προϊόντος, με αποτέλεσμα να μην φθάνει η θερμοκρασία την τιμή που απαιτείται, για να σκοτωθεί η Salmonella.
- **Ποτέ μην καταψύχετε ξανά τρόφιμα τα οποία έχουν αποψυχθεί.**
- **Προσοχή στις επιμολύνσεις.** Όταν αποψύχετε τις καταψυγμένες πρώτες ύλες στο ψυγείο, τοποθετείστε τις σε κατάλληλα δοχεία. Ξεπαγώνετε τα τρόφιμα μέσα σε περιέκτες τους οποίους τοποθετείτε στα κάτω ράφια, ώστε τα υγρά τους να μην στάζουν και μολύνουν τα άλλα τρόφιμα.
- **Καθαρίζετε και απολυμαίνετε** τακτικά τους χώρους/επιφάνειες/μέσα απόψυξης.

Οδηγίες για τον σωστό τεμαχισμό των τροφίμων

Προσοχή στις διασταυρούμενες επιμολύνσεις. Χρησιμοποιείτε διαφορετικές επιφάνειες κοπής (από τεφλόν ή άλλο σύγχρονο ενδεδειγμένο για τρόφιμα υλικό και **όχι από ξύλο**), διαφορετικά εργαλεία (μαχαίρια κλπ) και σκεύη για τα ωμά και για τα έτοιμα προς κατανάλωση προϊόντα.



Προμηθευτείτε όσες επιφάνειες κοπής σας είναι απαραίτητες, σε συνδυασμό με τα αναγκαία μαχαίρια, λαμβάνοντας υπόψη τον παρακάτω χρωματικό διαχωρισμό.

- Για το **ωμό κρέας κόκκινο χρώμα**
- Για τα **ωμά πουλερικά κίτρινο χρώμα**
- Για τα **ωμά ψάρια μπλε χρώμα**
- Για τα **λαχανικά και φρούτα πράσινο χρώμα**



Προμηθευτείτε και καθορίστε επίσης, διαφορετικά εργαλεία για τον τεμαχισμό του ψωμιού (επιφάνεια κοπής και μαχαίρι).

Χειρισμός ωμών αυγών:

- Φοράμε γάντια μιας χρήσης τα οποία απορρίπτουμε αμέσως μετά την ολοκλήρωση του χειρισμού των ωμών αυγών.
- Τα τσόφλια απορρίπτονται αμέσως και δεν χρησιμεύουν στο διαχωρισμό ασπραδιού και κρόκου.
- Τα σκεύη, οι περιέκτες, τα εργαλεία (κουτάλι, πιρούνι, αυγοδάρτης) και τα τμήματα των συσκευών (π.χ. μίξερ) που χρησιμοποιήθηκαν, καθαρίζονται και απολυμαίνονται αμέσως, σχολαστικά με ζεστό νερό και ξεχωριστά από άλλα σκεύη ή εργαλεία.

Επίσης:

- Το αυγό που σερβίρεται για πρωινό, θα πρέπει να είναι καλά βρασμένο.



- Καλό θα είναι να αποφεύγεται το αυγολέμονο / “αυγόκομμα” σε σούπες (π.χ. κοτόσουπα και γιουβαρλάκια).
- Δεν παρασκευάζουμε και σερβίρουμε χειροποίητη - μη τυποποιημένη μαγιονέζα και μερέντα, καθώς και γλυκά (π.χ. κορμός) με ωμό / νωπό – μη παστεριωμένο αυγό. Γενικά, αποφεύγουμε τα προαναφερθέντα (μαγιονέζα, μερέντα και γλυκά με ωμό αυγό) ακόμη

και ως τυποποιημένα προϊόντα, στα πλαίσια παροχής θρεπτικής διατροφής σε βρέφη, νήπια και παιδιά.

- Επισήμανση: Δεν χρησιμοποιούμε άδειες α υ γ ο θ ή κ ε ς (πλαστικές, χάρτινες κλπ) για κατασκευές και άλλες παιδαγωγικές δραστηριότητες.





7. Θερμική επεξεργασία των τροφίμων (μαγείρεμα/ψήσιμο)

Η επεξεργασία των τροφών σε λανθασμένη θερμοκρασία καθώς και το ατελές μαγείρεμα ή ψήσιμο, επιτρέπουν την επιβίωση των μικροοργανισμών ή ακόμα και τον πολλαπλασιασμό τους, όταν πραγματοποιούνται σε χαμηλές θερμοκρασίες για πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα.

Οδηγίες για τη σωστή θερμική επεξεργασία των τροφίμων (σωστό μαγείρεμα / ψήσιμο)

- **Μαγειρεύετε / ψήνετε τα τρόφιμα στη σωστή θερμοκρασία.** Η θερμοκρασία στο κέντρο του τροφίμου πρέπει να φθάσει στους **75 °C**.
- **Ελέγχετε τη θερμοκρασία** σε διάφορα σημεία του τροφίμου, σε σύντομα χρονικά διαστήματα. Χρησιμοποιείτε καθαρά και απολυμασμένα θερμόμετρα.



- **Ανακατεύετε** τις σούπες, τις κρέμες, τις σάλτσες και τα άλλα τρόφιμα τακτικά κατά το μαγείρεμα, ώστε το ψήσιμο να είναι ομοιόμορφο.
- **Ελέγχετε την ασφάλεια και την ποιότητα του τροφίμου, σε όλες τις φάσεις της παρασκευής,** πριν το τελικό σερβίρισμα του.
- **Σκεπάζετε τις κατσαρόλες κλπ σκεύη με καθαρά καπάκια.** Πρέπει να παραμένουν σκεπασμένα, όταν το τρόφιμο δεν ανακατεύεται.



- **Χρησιμοποιείτε πάντα καθαρά σκεύη (κατσαρόλες, ταψιά κλπ) και καθαρά εργαλεία (σπάτουλες, κουτάλια κλπ)**

- Στο μαγείρεμα χρησιμοποιείτε αποκλειστικά ελαιόλαδο, το οποίο συστήνεται να προστίθεται στο τέλος του μαγειρέματος.
- Το τηγάνισμα αντενδείκνυται ως τρόπος θερμικής επεξεργασίας. Σε πολύ σπάνιες και ειδικές περιπτώσεις χρησιμοποιείτε πάντα καινούριο ελαιόλαδο και ποτέ επαναχρησιμοποιημένο.
- Μην δοκιμάζετε τα τρόφιμα με λερωμένα - επαναχρησιμοποιημένα κουτάλια ή με τα δάκτυλα. Η δοκιμή του φαγητού ή του γλυκίσματος μπορεί να γίνει μόνον από τον υπεύθυνο παρασκευής και με δεδομένο ότι θα γίνει με τρόπο που δεν θα το μολύνει. Μετά τη δοκιμή, μην χρησιμοποιείτε ξανά το ίδιο κουτάλι, πιρούνι κλπ, κουτάλα κλπ.
- Μαγειρεύετε τα τρόφιμα λίγο πριν το σερβίρισμα τους. Μετά το μαγείρεμα, το τρόφιμο πρέπει να καταναλωθεί άμεσα (ή να ψυχθεί όσο το δυνατό γρηγορότερα).
- Παρακολουθείτε τον χρόνο που μεσολαβεί από το μαγείρεμα έως την κατανάλωση (ή την ψύξη). Οι χρόνοι που μεσολαβούν ανάμεσα στο μαγείρεμα και στην κατανάλωση, στο μαγείρεμα και στην ψύξη, στην ψύξη και στην επαναθέρμανση, στην επαναθέρμανση και στο σερβίρισμα, πρέπει να είναι οι μικρότεροι δυνατοί.

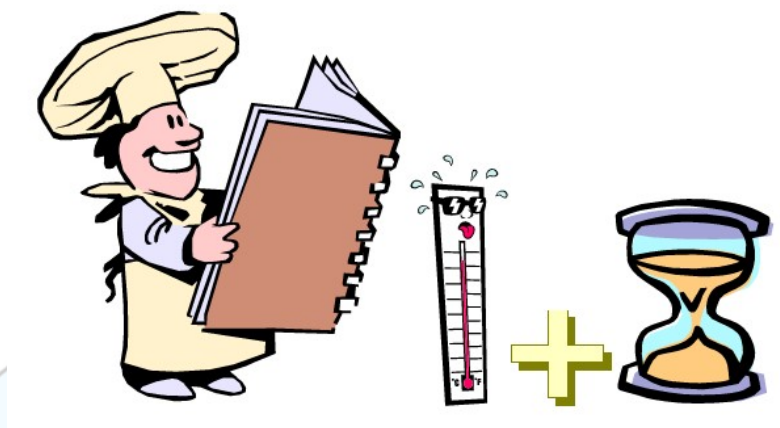
Προσοχή!

Δεν αφήνουμε τα μαγειρεμένα τρόφιμα στην επικίνδυνη θερμοκρασιακή ζώνη ($5^{\circ}\text{C} < \theta^{\circ}\text{C} < 60^{\circ}\text{C}$) για περισσότερο από 4 ώρες, διαφορετικά απορρίπτονται

🚧 Το μαγειρεμένο φαγητό παρασκευάζεται εξ' ολοκλήρου την ίδια ημέρα που πρόκειται να σερβιριστεί για το μεσημεριανό γεύμα, σύμφωνα με το Διαιτολόγιο.

🚧 Κατά κανόνα, από τη στιγμή που ολοκληρώνεται το μαγείρεμα στην εστία ή στον φούρνο, το αργότερο σε 4 ώρες έχουν σιτιστεί τα βρέφη, τα νήπια και τα μικρά παιδιά. Σε σπάνιες περιπτώσεις, που το μαγείρεμα ολοκληρώνεται αρκετά νωρίς το πρωί, τότε λαμβάνεται μέριμνα, ώστε να μην κρυώσει το φαγητό, το οποίο και διατηρείται ζεστό, σκεπασμένο στην εστία ή στον φούρνο, σε θερμοκρασία $> 65^{\circ}\text{C}$.

✚ Η επιχείρηση πρέπει να έχει και να εφαρμόζει καταγεγραμμένες συνταγές για το μαγείρεμα.



Ψύξη και επαναθέρμανση μαγειρεμένου φαγητού

Κατά κανόνα δεν εφαρμόζεται στις επιχειρήσεις του κλάδου. Στην πλειοψηφία των επιχειρήσεων παρέχεται με ευθύνη τους το μεσημεριανό γεύμα, βάσει του διαιτολογίου. Όταν συντρέχουν ειδικοί λόγοι, όπως προσωρινή ασθένεια, αλλεργία, δυσανεξία κλπ, τότε:

- I. Εφόσον είναι προσυμφωνημένο, ετοιμάζει η επιχείρηση το ειδικό φρέσκο γεύμα π.χ. ρύζι, σούπα κλπ.
- II. Παρέχεται το μεσημεριανό γεύμα του παιδιού από τον γονέα/κηδεμόνα. Πρέπει να παρέχεται σε κατάλληλο σκεύος, ερμητικά κλειστό και με αναγραφή του ονοματεπώνυμου του παιδιού.
- III. Φυλάσσεται μερίδα φαγητού της **αμέσως προηγούμενης ημέρας (μόνο)**, εφόσον ενδείκνυται για τη σίτιση του παιδιού.

Το ζεστό μαγειρεμένο φαγητό θα πρέπει αρχικά να ψυχθεί (21 °C), πριν τοποθετηθεί στο ψυγείο. Συνήθως απαιτούνται για το κρύωμα του φαγητού 2 ώρες από την ολοκλήρωση του μαγειρέματος/ψησίματος. Η ψύξη επιταχύνεται, όταν το τρόφιμο αναμιγνύεται συνεχώς, όταν χρησιμοποιούνται παγοκύστες ή υδατόλουτρο με πάγο. **Δεν ψύχεται ποτέ ζεστό το φαγητό.**

Η επαναθέρμανση **για μία και μοναδική φορά**, γίνεται στην εστία, στο φούρνο (σπάνια σε φούρνο μικροκυμάτων, ακολουθώντας τις εκάστοτε σχετικές οδηγίες στο βιβλίο χρήσης του). Κατά την επαναθέρμανση πρέπει να ανακατεύονται τα τρόφιμα, ώστε η θέρμανση να γίνεται πιο γρήγορα και ομοιόμορφα.

Κατά την επαναθέρμανση, η θερμοκρασία στο κέντρο του τροφίμου πρέπει να φθάσει στους 75 °C.

Το επαναθερμασμένο φαγητό σερβίρεται και καταναλώνεται άμεσα.

Θερμομέτρηση και καταγραφή κατά το μαγείρεμα / ψήσιμο

Ενδεικτικά θερμομετρούμε **1 φαγητό και 1 γλυκό** (κέικ, τσουρέκι, κρέμα κλπ), εφόσον παρασκευάζουμε γλυκά, **τουλάχιστον μία (1) φορά ανά εβδομάδα**. Οι θερμομετρήσεις είναι “κυλιόμενες” – εναλλασσόμενες ανά εβδομάδα, ώστε σε **μηνιαία βάση** να καλύπτουμε όλες της κατηγορίες.

Σε όλες τις θερμομετρήσεις πρέπει να διαπιστώνουμε θερμοκρασία $\geq 75^{\circ}\text{C}$.

Προσοχή: Ανεξάρτητα από τη θερμομέτρηση της εβδομάδας, θερμομετρούμε, **ώστε να διαπιστώνουμε θερμοκρασία $\geq 75^{\circ}\text{C}$, κάθε φορά στο αυγολέμονο / “αυγόκομμα”** (καλό θα είναι να αποφεύγεται) καθώς και οποιοδήποτε άλλο τρόφιμο **που περιέχει αυγό**, που δεν ψήνεται ή/και δεν βράζει σε υψηλή θερμοκρασία για αρκετή ώρα.

Χρησιμοποιείτε κατάλληλο φορητό, άθραυστο θερμόμετρο. Προτιμήστε ηλεκτρονικό θερμόμετρο με καλώδιο και ακίδα, ως πιο εύχρηστο. Διατηρείτε το θερμόμετρο καθαρό στη θήκη φύλαξης του. Χρησιμοποιείτε καθαρό οινόπνευμα ή άλλο κατάλληλο απολυμαντικό διάλυμα για την απολύμανση της ακίδας πριν και μετά από κάθε χρήση.

Ακολουθείτε τις οδηγίες χρήσης του θερμομέτρου (φυλλάδιο / εγχειρίδιο χρήσης).

Κατά τη θερμομέτρηση προσέχουμε, ώστε να μη ακουμπήσει η ακίδα (ή ο αισθητήρας του θερμομέτρου) στον πάτο ή στις πλευρές της κατσαρόλας ή του ταψιού.

Θερμομετρούμε όταν το μαγείρεμα ή ψήσιμο βρίσκεται στη μέγιστη θερμοκρασία. Αν δεν μεταβάλλουμε τη θερμοκρασία καθ' όλη τη διάρκεια του μαγειρέματος ή ψησίματος, θερμομετρούμε πριν απενεργοποιήσουμε/σβήσουμε τη συσκευή, διαφορετικά θερμομετρούμε αμέσως πριν ελαττώσουμε τη θερμοκρασία.

Αν χρησιμοποιείτε χύτρα ταχύτητας, τότε η θερμομέτρηση γίνεται, μόλις ανοίξετε το καπάκι. Στο κέικ, στο τσουρέκι κλπ, η θερμομέτρηση γίνεται περίπου 10' της ώρας, αφού σβήσετε το φούρνο.

Τα θερμομέτρα θα πρέπει να διακριβώνονται ετησίως σε διαπιστευμένο εξωτερικό εργαστήριο και να βαθμονομούνται όπως περιγράφεται παρακάτω

Βαθμονομούμε - ελέγχουμε την αξιοπιστία του φορητού θερμομέτρου κατά την έναρξη της σχολικής περιόδου και στη συνέχεια όποτε χρειαστεί, σε σκέτο νερό που βράζει, ώστε να δούμε 100°C. Ανάλογα με την ένδειξη προσθαφαιρούμε, π.χ. αν αντί για 100°C δούμε 102°C, στο εξής αφαιρούμε 2°C (-2°C) στις μετρήσεις μας. Αν αντί για 100°C δούμε 97°C, στο εξής προσθέτουμε 3°C (+3°C) στις μετρήσεις μας.

Τηρούμε αρχείο (σε ηλεκτρονική ή φυσική μορφή, π.χ. τετράδιο, ημερολόγιο κλπ) για την καταγραφή των θερμοκρασιών και για τη βαθμονόμηση του φορητού θερμομέτρου. Το αρχείο φυλάσσεται στην επιχείρηση για τουλάχιστον ένα (1) έτος. Ως αρχείο μπορεί να χρησιμοποιηθεί και αντίγραφο του Διαιτολογίου (όπως στο ακόλουθο παράδειγμα).

Ακολουθεί **παράδειγμα** για την καταγραφή των θερμοκρασιών και για τη βαθμονόμηση του φορητού θερμομέτρου. Οι θερμοκρασίες επί του παραδείγματος έχουν καταγραφεί με **μοβ γραμματοσειρά** και είναι τυχαίες.



ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΟ ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2017

	ΔΕΥΤΕΡΑ 02/01/2017	ΤΡΙΤΗ 03/01/2017	ΤΕΤΑΡΤΗ 04/01/2017	ΠΕΜΠΤΗ 05/01/2017	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 06/01/2017
ΠΡΩΙΝΟ	Γάλα και ψωμί με μαρμελάδα	Δημητριακά και γάλα	Τοστ με τυρί και φρούτα	Κέικ 112°C (παρασκευάζεται στον σταθμό) και γάλα	
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Φακές με ψωμί και τυρί φέτα	Μπιφτέκια 107°C και σαλάτα	Κοτόσουπα με αυγολέμονο 91°C και ψωμί	Μοσχάρι με κριθαράκι και κόκκινη σάλτσα και τυρί τριμμένο	
	ΔΕΥΤΕΡΑ 09/01/2017	ΤΡΙΤΗ 10/01/2017	ΤΕΤΑΡΤΗ 11/01/2017	ΠΕΜΠΤΗ 12/01/2017	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 13/01/2017
ΠΡΩΙΝΟ	Τοστ με τυρί και χυμό	Δημητριακά και γάλα	Κρέμα βανίλια 102°C (παρασκευάζεται στον	Γάλα και φρυγανιές με ταχίνι & μέλι	Αυγό βραστό και ψωμί
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Σπανακόρυζο με ψωμί και τυρί φέτα	Μακαρόνια με κιμά, 104°C τυρί τριμμένο και σαλάτα	Ψάρι * σε σούπα με λαχανικά και ψωμί	Κοτόπουλο 123°C με κριθαράκι, κόκκινη σάλτσα & τυρί τριμμένο και σαλάτα	Αρακάς * με πατάτες, καρότα, τυρί φέτα και ψωμί
	ΔΕΥΤΕΡΑ 16/01/2017	ΤΡΙΤΗ 17/01/2017	ΤΕΤΑΡΤΗ 18/01/2017	ΠΕΜΠΤΗ 19/01/2017	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 20/01/2017
ΠΡΩΙΝΟ	Γάλα και ψωμί με μαρμελάδα	Κέικ (παρασκευάζεται στον σταθμό) 111°C και	Τοστ με τυρί και γάλα	Γιαούρτι με μέλι και φρυγανιές	Ομελέτα φούρνου 88°C με ψωμί και φρούτο

ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Ζυμαρικά με σάλτσα λαχανικών και τυρί τριμμένο	Γουβαρλάκια 93°C με αυγολέμονο, 87°C ψωμί και τυρί φέτα	Ψάρι * με ρύζι και λαχανικά	Παστίτσιο 104°C και σαλάτα	Φασολάδα με ψωμί και τυρί φέτα
	ΔΕΥΤΕΡΑ 23/01/2017	ΤΡΙΤΗ 24/01/2017	ΤΕΤΑΡΤΗ 25/01/2017	ΠΕΜΠΤΗ 26/01/2017	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 27/01/2017
ΠΡΩΙΝΟ	Τοστ με τυρί και φρούτα	Δημητριακά και γάλα	Τσουρέκι 102°C (παρασκευάζεται στον σταθμό) και χυμό	Ψωμί με μαρμελάδα και φρούτο	Αυγό βραστό και ψωμί
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Ανάμικτα λαχανικά * με ρύζι και τυρί φέτα	Μοσχάρι κοκκινιστό με κοφτό μακαρονάκι & τυρί τριμμένο και σαλάτα	Ψάρι * 89°C σε σούπα με λαχανικά και ψωμί	Κοτόπουλο λεμονάτο με πιλάφι και σαλάτα	Φασολάκια * με πατάτες, καρότα, ψωμί και τυρί φέτα
	ΔΕΥΤΕΡΑ 30/01/2017	ΤΡΙΤΗ 31/01/2017			
ΠΡΩΙΝΟ	Γάλα και φρυγανιές με ταχίνι & μέλι	Δημητριακά και γάλα			
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ	Φακές 102°C με ψωμί και τυρί φέτα	Μπιφτέκια και σαλάτα			

Στο μαγείρεμα χρησιμοποιείται ελαιόλαδο. Σε ορισμένες συνταγές π.χ. κέικ κλπ χρησιμοποιείται φυτική λιπαρή ουσία.

*Το ψάρι, ο αρακάς, τα ανάμικτα λαχανικά και τα φασολάκια είναι κατεψυγμένα.

ΕΛΕΓΧΟΣ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΟΥ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ - ΑΠΟΚΛΙΣΗ	ΠΡΟΣΘΕΤΟΥΜΕ ή ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ
17/01/17	98°C	+2°C

8. Σερβίρισμα τροφίμων

Μετά την προετοιμασία των γευμάτων (πρωινό / μεσημεριανό / απογευματινό) γίνεται η μεριδοποίηση και το σερβίρισμα – σίτιση των βρεφών και παιδιών. Στο τελικό στάδιο της σίτισης σημαντική ευθύνη έχουν οι βρεφοκόμοι και παιδαγωγοί, οι οποίοι πρέπει να τηρούν τους κανόνες ατομικής υγείας και υγιεινής, σύμφωνα με τα όσα σχετικά ορίζονται στην ενότητα 9. Υγιεινή Προσωπικού, του παρόντος οδηγού. **Ο χειρισμός έτοιμων προς κατανάλωση τροφίμων δεν γίνεται με γυμνά χέρια.**

Δεν στοιβάζονται τα πιάτα κατά τη διάρκεια της μεριδοποίησης - σερβιρίσματος. Χρησιμοποιούνται δίσκοι (όχι ξύλινοι), όταν κρίνεται αναγκαίο για τη μεταφορά. Λαμβάνονται ειδικά προστατευτικά μέτρα για τη μεταφορά τροφίμων και σερβιρίστων από την κουζίνα στους χώρους σίτισης, π.χ. αναβατόρια, σκεπαστά τρόλεϊ κλπ, ιδιαίτερα για τη διακίνηση μέσω υπαιθρίων χώρων.

Κατά τη σίτιση και σε κάθε διαφορετικό γεύμα (πρωινό, μεσημεριανό, απογευματινό) προβλέπεται για το κάθε βρέφος – παιδί, ατομικό - ξεχωριστό σετ σερβίσιου, ποτηριού, φλιτζανιού, κουταλιού (πιρουνιού, όπου επιτρέπεται).



Τα σκεύη και τα εργαλεία σερβιρίσματος πρέπει να είναι κατάλληλα για τρόφιμα, να διατηρούνται σε καλή κατάσταση, να πλένονται, να ξεπλένονται και να απολυμαίνονται.



Τα πιάτα, τα ποτήρια, τα φλιτζάνια, τα κουτάλια και τα πιρουνία να είναι καθαρά και στεγνά. Τα πιάτα πιάνονται από κάτω, τα ποτήρια από τη βάση, τα φλιτζάνια από τη λαβή και τα κουτάλια και τα πιρουνία από τη λαβή. Το ψωμί, το κέικ, τα κουλουράκια, τα μπισκότα και άλλα αρτοσκευάσματα σερβίρονται με τις ειδικές λαβίδες και όχι με τα χέρια.

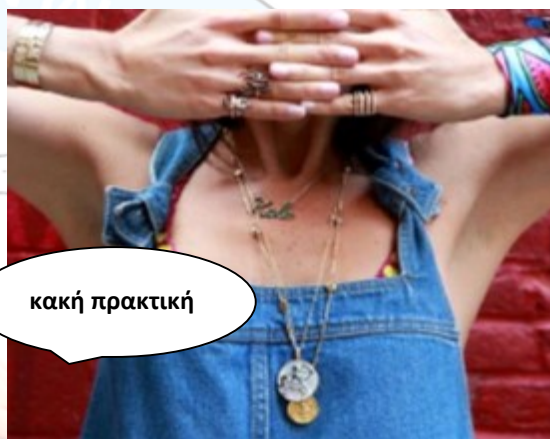
Πετσέτες, σφουγγάρια κλπ, κατάλληλα μέσα που χρησιμοποιούνται για την απορρύπανση σε χώρους και επιφάνειες σερβιρίσματος και σίτισης, δεν χρησιμοποιούνται για άλλο σκοπό.

9. Υγιεινή Προσωπικού

Απαραίτητη προϋπόθεση της νομοθεσίας για την πρόσληψη και την εργασία του προσωπικού σε μια επιχείρηση του κλάδου είναι η ύπαρξη πιστοποιητικού υγείας σε ισχύ. Το πιστοποιητικό υγείας, πιστοποιεί ότι ο εργαζόμενος δεν πάσχει από νοσήματα τα οποία μπορούν να μεταδοθούν με τα τρόφιμα.

Οδηγίες για τους εργαζόμενους στους χώρους κουζίνας, αποθήκης τροφίμων, παρασκευαστηρίου γάλακτος (αν υφίσταται) κλπ χώρων τροφίμων

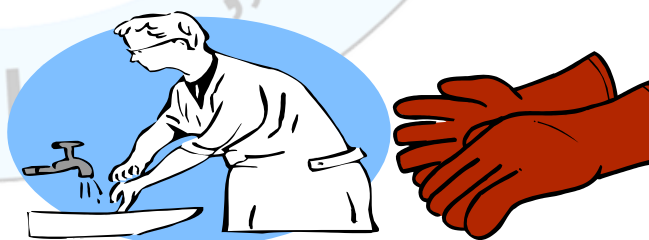
✓ Όλοι οι εργαζόμενοι αφαιρούν από τα χέρια τους, το λαιμό και τα αυτιά, τα κοσμήματα, τα οποία και φυλάσσουν με τα προσωπικά τους αντικείμενα.



✓ Όλοι οι εργαζόμενοι φορούν την στολή εργασίας. Οι γυναίκες προσέχουν ιδιαίτερα ώστε, όλα τα μαλλιά να είναι καλυμμένα και να μην υπάρχει κίνδυνος να πέσουν τρίχες στα τρόφιμα και ποτά.



✓ Οι εργαζόμενοι πριν την είσοδο τους στους χώρους εργασίας, πλένουν τα χέρια τους και φορούν γάντια.



✓ Όταν κάποιος εργαζόμενος φύγει από τη θέση εργασίας του, για να χρησιμοποιήσει την τουαλέτα, για να κάνει διάλειμμα κλπ τότε πρώτα βγάζει τη στολή εργασίας. Τα γάντια μίας χρήσεως απορρίπτονται. Πριν να επιστρέψει στο χώρο εργασίας, φορά την στολή εργασίας, πλένει και σκουπίζει – στεγνώνει τα χέρια του και φοράει καινούρια γάντια.

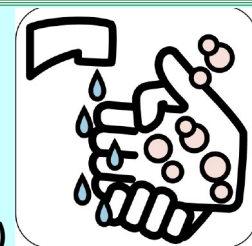
Η ατομική καθαριότητα και οι σωστοί χειρισμοί του προσωπικού προστατεύουν τα τρόφιμα και ποτά από επιμολύνσεις. Κάθε εργαζόμενος πρέπει να φροντίζει για την καθημερινή ατομική του καθαριότητα και για τους σωστούς χειρισμούς κατά τη διάρκεια της εργασίας.

Οι κύριες πηγές επιμόλυνσης των τροφίμων και ποτών από το προσωπικό είναι:

- τα χέρια, τα νύχια / η μύτη / το στόμα / τα αυτιά,
- οι πληγές,
- τα κοσμήματα / τα μαλλιά / το τσιγάρο και τα ρούχα.

Τα χέρια του προσωπικού έρχονται σε άμεση επαφή με τα τρόφιμα και ποτά και μπορούν έτσι να τα επιμολύνουν με παθογόνα βακτήρια (σταφυλόκοκκο, σαλμονέλα, κολοβακτηρίδια κλπ). Είναι πολύ σημαντικό, τα χέρια του προσωπικού να είναι πάντα καθαρά. Το πλύσιμο των χεριών είναι απαραίτητο να γίνεται σωστά και όχι επιπόλαια ή βιαστικά. Το προσωπικό πρέπει να πλένει τα χέρια του σε νιπτήρες οι οποίοι χρησιμοποιούνται αποκλειστικά για το πλύσιμο των χεριών (ενηλίκων) και οι οποίοι συνιστάται να είναι ποδοκίνητοι ή με φωτοκύτταρο. Δεν πλένει τα χέρια στις τουαλέτες των παιδιών, στον νεροχύτη της κουζίνας ή της λάντζας. Οι νιπτήρες για το πλύσιμο των χεριών πρέπει πάντα να έχουν άοσμο σαπούνι ή άοσμο σαπούνι με απολυμαντικό, χαρτί μιας χρήσης και δοχείο απορριμμάτων με ποδοκίνητο καπάκι.





Οδηγίες για το σωστό πλύσιμο των χεριών (για όλους τους εργαζόμενους)

1. **Βρέχετε** καλά τα χέρια σας κάτω από άφθονο τρεχούμενο νερό, κατά προτίμηση ζεστό (έως 40°C).
2. **Χρησιμοποιείτε** το σαπούνι ή το σαπούνι με απολυμαντικό.
3. **Απλώνετε** το σαπούνι στα χέρια έως ψηλά στον αγκώνα, τρίβοντας ιδιαίτερα τις παλάμες και τους καρπούς.
4. **Τρίβετε** τουλάχιστον για 20 δευτερόλεπτα επίμονα με τα χέρια σας περιοχές, όπου μπορεί να έχει συγκεντρωθεί βρωμιά, όπως ανάμεσα στα δάκτυλα, στα νύχια, στους αντίχειρες, στις παλάμες.
5. **Ξεπλένετε** πολύ καλά, με άφθονο τρεχούμενο νερό, ώστε μην παραμείνει καθόλου σαπούνι στα χέρια.
6. **Σκουπίζετε** τα χέρια σας με χαρτί μιας χρήσης.
7. **Πετάτε** το χαρτί μέσα στο δοχείο απορριμμάτων με ποδοκίνητο καπάκι. **Απαγορεύεται να σκουπίζετε τα χέρια σας στην ενδυμασία ή σε άλλα πανιά ή πετσέτες.**
8. **Ελέγχεται** ότι τα χέρια είναι καθαρά, αλλιώς επαναλαμβάνετε τη διαδικασία από την αρχή.
9. **Βάζετε απολυμαντικό διάλυμα χεριών, το οποίο απλώνετε στην παλάμη και στα δάκτυλα και αν προβλέπεται, φοράτε γάντια.**

Να υπάρχει απολυμαντικό διάλυμα χεριών στην είσοδο της κουζίνας ή σε εμφανές σημείο μέσα στην κουζίνα και στο παρασκευαστήριο γάλακτος (αν υφίσταται).



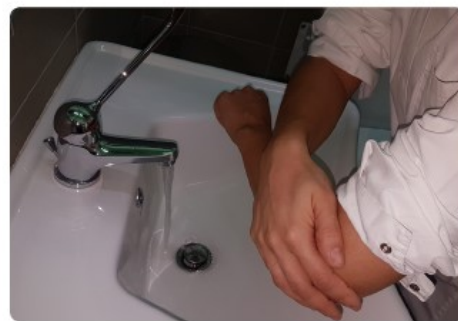
ΣΩΣΤΟ ΠΛΥΣΙΜΟ ΧΕΡΙΩΝ



1. Βρέχουμε τα χέρια κάτω από άφθονο τρεχούμενο νερό



2. Βάζουμε σαπούνι



3. Απλώνουμε το σαπούνι στα χέρια τρίβοντας τις παλάμες, τους καρπούς και το υπόλοιπο τμήμα κάθε χεριού μέχρι ψηλά στον αγκώνα.



4. Ξεπλύνουμε πολύ καλά, με άφθονο τρεχούμενο νερό, ώστε να μην παραμείνει καθόλου σαπούνι στα χέρια.



5. Στεγνώνουμε τα χέρια σκουπίζοντάς τα με χαρτί μίας χρήσης & πετάμε το χαρτί σε ποδοκίνητο κάδο ή χρησιμοποιώντας τη συσκευή στεγνώματος χεριών.

6. Απαγορεύεται να σκουπίζουμε τα χέρια στη στολή ή σε πανιά ή πετσέτες.



7. Ελέγχουμε ότι τα χέρια είναι καθαρά, αλλιώς επαναλαμβάνουμε τη διαδικασία από την αρχή.

8. Απολυμαίνουμε τα χέρια με το απολυμαντικό, απλώνοντάς το στην παλάμη και στα δάχτυλα.

9. Αν προβλέπεται φοράμε γάντια.



Πότε επιβάλλεται το πλύσιμο των χεριών

1. Πριν:

- Φορέσετε τη στολή εργασίας σας
- Από την είσοδο στον χώρο εργασίας
- Φορέσετε γάντια
- Αρχίσετε την εργασία σας
- Από τον χειρισμό τροφίμων υψηλού κινδύνου

2. Μετά από:

- την επίσκεψη στην τουαλέτα (το πλύσιμο των χεριών μετά από επίσκεψη στην τουαλέτα είναι σημαντικό, επειδή βακτήρια που βρίσκονται στα κόπρανα, διαπερνούν το χαρτί υγείας και μπορούν να μολύνουν τα χέρια και στη συνέχεια τα τρόφιμα)
- το διάλειμμα, την κατανάλωση τροφής, το κάπνισμα, τη χρήση τηλεφώνου ή άλλης συσκευής
- το φτέρνισμα ή το βήξιμο (το πλύσιμο των χεριών μετά από το φύσημα της μύτης είναι σημαντικό επειδή, πολλοί άνθρωποι φέρουν βακτήρια στις μύτες τους που μπορούν να μεταφερθούν στα χέρια κατά τη χρήση του χαρτομάντηλου). Προτιμάται η χρήση χαρτομάντηλων μίας χρήσης και μετά απαραίτητα πλύσιμο των χεριών.
- την επαφή με τα μαλλιά, τη μύτη, το πρόσωπο, τα αυτιά και το στόμα
- την επαφή με σκουπίδια ή απορρίμματα
- την επαφή με χημικά καθαριστικά, το πλύσιμο λερωμένων σκευών και τον καθαρισμό του εξοπλισμού
- το χειρισμό υλικών-προϊόντων αποθήκης και την επαφή με υλικά συσκευασίας
- το χειρισμό ωμών τροφίμων
- την επαφή με χρήματα

3. Τακτικά κατά τη διάρκεια της εργασίας σας

4. Κάθε φορά που λερώνονται τα χέρια



Οδηγίες για τη σωστή χρήση γαντιών

Οι χειριστές των τροφίμων θα πρέπει να φορούν γάντια, όταν απαιτείται. Η χρήση γαντιών σε καμία περίπτωση δεν υποκαθιστά το απαραίτητα συχνό – τακτικό πλύσιμο των χεριών. Τα χέρια πρέπει πάντα να πλένονται πριν από την τοποθέτηση των γαντιών και σε κάθε νέα αλλαγή τους.

Τα γάντια που χρησιμοποιούνται από τους χειριστές, θα πρέπει να είναι μίας χρήσεως, **κατάλληλα για τρόφιμα** και δεν επιτρέπεται να πλένονται ή να επαναχρησιμοποιούνται.

Τα γάντια πρέπει να αλλάζονται:

- Όταν λερωθούν ή σχιστούν.
- Πριν από την έναρξη νέας εργασίας.
- Τουλάχιστον κάθε 4 ώρες συνεχούς χρήσης ή και πιο συχνά, εφόσον απαιτείται.
- Μετά το χειρισμό ωμού τροφίμου και πριν το χειρισμό μαγειρεμένου ή έτοιμου προς κατανάλωση φαγητού.

Σημείωση: Υπάρχει και η **αμφίδρομη σχέση επιμόλυνσης**, που τα τρόφιμα, μπορεί να επιμολύνουν τους χειριστές τους, όταν αυτά έχουν επιμολυνθεί και οι χειριστές δεν λαμβάνουν τα κατάλληλα μέτρα, τηρώντας τους κανόνες ορθής ατομικής υγιεινής. Δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις εργαζομένων, που έχουν επιμολυνθεί από επικίνδυνα τρόφιμα, τα οποία δεν είχαν ορατές αλλοιώσεις, διότι δεν τηρούσαν τους κανόνες ορθής υγιεινής πρακτικής όπως για παράδειγμα επιμολύνσεις χειριστών από ωμό κρέας, κοτόπουλο, αυγά, χόμα (σε πατάτες, μαρούλια κλπ). **Επιβάλλεται συνεπώς, η χρήση γαντιών μιας χρήσης.**

κακή πρακτική



Τα **νύχια** αποτελούν σημείο, όπου μπορούν να παραμείνουν και να πολλαπλασιαστούν παθογόνα βακτήρια. Για τον λόγο αυτό πρέπει πάντα να διατηρούνται κομμένα κοντά και καθαρά. Η βαφή των νυχιών και τα ψεύτικα προστιθέμενα νύχια μπορεί να αποκολληθούν και να μολύνουν τα τρόφιμα και γι' αυτό απαγορεύονται.



Τα **νύχια** πρέπει να είναι κομμένα κοντά, καθαρά και άβαφα.

Απαγορεύονται:

- Τα μακριά νύχια
- Τα βρώμικα νύχια
- Τα βαμμένα νύχια
- Τα ψεύτικα προστιθέμενα νύχια

Η **μύτη, το στόμα και τα αυτιά**

Η μύτη, το στόμα και τα αυτιά αποτελούν σημεία, όπου μπορεί να αναπτυχθούν παθογόνα βακτήρια όπως παράδειγμα ο σταφυλόκοκκος. Ο βήχας και το φτάρνισμα προκαλούν μικροσταγονίδια τα οποία μεταφέρουν μικρόβια στα τρόφιμα. Οι εκκρίσεις από τη μύτη, το στόμα και τα αυτιά μπορούν μολύνουν τα τρόφιμα και να τα κάνουν ακατάλληλα προς κατανάλωση.



Απαγορεύεται:

- Να βήχετε ή να φτερνίζετε απευθείας πάνω στα τρόφιμα και ποτά. Αν χρειαστεί, χρησιμοποιείτε χαρτί μιας χρήσης.
- Να βάζετε τα δάκτυλα σας στη μύτη ή στο στόμα.
- Να σκουπίζετε το πρόσωπο σας ή τη μύτη σας με τα μανίκια.
- Να μασάτε, να τρώτε, να φτύνετε κατά τη διάρκεια της εργασίας σας.
- Να δοκιμάζετε το φαγητό με τα δάκτυλα ή με κουτάλι που έχει ξαναχρησιμοποιηθεί.

Οι πληγές

Οι πληγές είναι ένα ιδανικό υπόστρωμα για την ανάπτυξη μικροοργανισμών. Προκειμένου να αποφευχθεί η μόλυνση των τροφίμων με αίμα και μικροοργανισμούς, οι πληγές πρέπει να καλύπτονται με αδιάβροχο αυτοκόλλητο επίδεσμο. Ο επίδεσμος πρέπει να είναι **αυτοκόλλητος, αδιάβροχος**, κατά προτίμηση **χρωματιστός** (μπλε, πράσινο, μωβ ή άλλο έντονο χρώμα) ώστε να μπορεί να ανιχνευτεί εύκολα σε περίπτωση που ξεκολλήσει. Η αντικατάσταση του επίδεσμου με καινούργιο είναι απαραίτητη, όταν χαλαρώσει ο πρώτος ή είναι έτοιμος να ξεκολλήσει.



Τα κοσμήματα

Οι εργαζόμενοι δεν επιτρέπεται να φορούν κοσμήματα, καθώς αυτά αποτελούν εστίες συγκέντρωσης υγρασίας, όπου ευνοείται η ανάπτυξη των μικροοργανισμών. Πέτρες δακτυλιδιών ή μικρά κομμάτια μετάλλων μπορούν επιπλέον να πέσουν μέσα στα τρόφιμα και να προκαλέσουν τραύματα. Επιπλέον, πρέπει να αποφεύγεται η χρήση έντονων αρωμάτων από τους χειριστές τροφίμων. **Απαγορεύεται να φορούν ρολόγια, σκουλαρίκια, δακτυλίδια, βέρες, βραχιόλια, μπρασελέ, κολιέ κλπ.**

Τα μαλλιά

Με τα μαλλιά μεταφέρονται πολλοί μικροοργανισμοί που όταν πέφτουν, μπορεί να επιμολύνουν τα τρόφιμα. Για τον λόγο αυτό, το προσωπικό πρέπει να λούζεται τακτικά και να χρησιμοποιεί κατάλληλο κάλυμμα του κεφαλιού, το οποίο πρέπει να καλύπτει όλα τα μαλλιά. Το χτένισμα των μαλλιών ή η επαφή με τα χέρια δεν επιτρέπεται κατά τη διάρκεια της εργασίας ή αφού φορεθεί η προστατευτική ενδυμασία, διότι μπορεί να πέσουν τρίχες και να επιμολυνθούν τα τρόφιμα. Επίσης απαιτείται η πλήρης κάλυψη των γενιών.



Οδηγίες για τη σωστή εφαρμογή του καλύμματος του κεφαλιού

Φοράτε το κάλυμμα του κεφαλιού (καπέλο, σκούφο, δίχτυ κλπ)

- Στον ειδικό χώρο που έχει οριστεί (π.χ. χώρος προσωπικού, αποδυτήρια κλπ) και όχι στον χώρο εργασίας
- Με τρόπο ώστε να καλύπτονται όλα τα μαλλιά (χωρίς να εξέχουν φράντζες)
- Πριν φορέσετε την υπόλοιπη ενδυμασία (στολή εργασίας)
- Πριν πλύνετε τα χέρια σας



Το τσιγάρο

Οι στάχτες και τα αποτσίγαρα μπορούν να επιμολύνουν τα τρόφιμα. Τα δάκτυλα επιμολύνονται με μικροοργανισμούς για παράδειγμα σταφυλόκοκκους με την επαφή των δακτύλων και του τσιγάρου με το στόμα. Επιπλέον, το κάπνισμα προκαλεί βήχα και συνεπώς μπορεί να προκαλέσει πιθανή επιμόλυνση των τροφίμων, με τα σταγονίδια που εκτοξεύονται κάθε φορά.

Απαγορεύεται αυστηρά το κάπνισμα, συμπεριλαμβανομένου και του ηλεκτρονικού τσιγάρου, σε όλους τους εσωτερικούς χώρους της επιχείρησης.



Το κάπνισμα επιτρέπεται ΜΟΝΟ στους ειδικούς εξωτερικούς χώρους, εφόσον αυτοί έχουν οριστεί από τη διοίκηση.

Η ενδυμασία

Οι χειριστές των τροφίμων πρέπει να φορούν ειδική προστατευτική ενδυμασία (στολή εργασίας), έτσι ώστε να προλαμβάνεται η επιμόλυνση των τροφίμων από τα καθημερινά ρούχα τους. Η στολή εργασίας θα πρέπει να σχεδιάζεται, έτσι ώστε να προστατεύει τα τρόφιμα από πιθανές επιμολύνσεις, να σχετίζεται με τις εργασίες του ατόμου που τη φορά και να περιλαμβάνει ποδιά και μπλούζα. Θα πρέπει επίσης να περιλαμβάνει σκούφο ή καπέλο που καλύπτει ικανοποιητικά το τριχωτό μέρος της κεφαλής.

20
Νοεμβρίου
2011



Η στολή εργασίας θα πρέπει να:

- Είναι κατά προτίμηση ανοιχτού χρώματος.
- Είναι πάντα καθαρή. Απαγορεύεται να σκουπίζονται σε αυτή τα εργαλεία και τα χέρια.
- Είναι με φερμουάρ (χωρίς κουμπιά) και χωρίς εξωτερικές τσέπες.
- Καλύπτει πλήρως τα ρούχα των εργαζομένων.
- Είναι εύκολη στη χρήση και ανθεκτική.

- Τοποθετείται στα ειδικά ερμάρια ή κρεμάστρες, των χώρων που έχουν οριστεί (π.χ. χώρος προσωπικού, αποδυτήρια κλπ), χωριστά από τα υπόλοιπα ρούχα.

Η στολή εργασίας απαγορεύεται να φοριέται/χρησιμοποιείται σε άλλους χώρους εκτός από τους προβλεπόμενους χώρους εργασίας.

Η αφαίρεση των ρούχων, των πανωφοριών και των προσωπικών αντικειμένων αλλά και η τοποθέτηση της στολής εργασίας πρέπει να γίνεται σε χώρους που έχουν οριστεί (π.χ. χώρος προσωπικού, αποδυτήρια κλπ), όπου υπάρχουν ειδικά ερμάρια ή κρεμάστρες **και όχι στους χώρους κουζίνας, αποθήκης τροφίμων, παρασκευαστηρίου γάλακτος (αν υφίσταται) κλπ χώρων τροφίμων. Δεν φυλάσσονται στην κουζίνα τσάντες, κινητά τηλέφωνα, ρολόγια κλπ προσωπικά αντικείμενα.**

Επίσης, πρέπει να χρησιμοποιούνται ειδικά - ξεχωριστά υποδήματα (κατά προτίμηση ανατομικά). Απαγορεύεται η χρήση των προσωπικών υποδημάτων που φοριούνται εκτός της επιχείρησης και που συνήθως φέρουν χρώματα, λάσπες κλπ.

Συνιστάται επίσης, τάπητας – πατάκι στην είσοδο της κουζίνας που ψεκάζεται τακτικά με απολυμαντικό διάλυμα.

ΠΡΟΣΟΧΗ !!!

Αν είστε άρρωστοι μπορεί να μεταφέρετε παθογόνους μικροοργανισμούς στα τρόφιμα και να προκαλέσετε τροφική δηλητηρίαση!

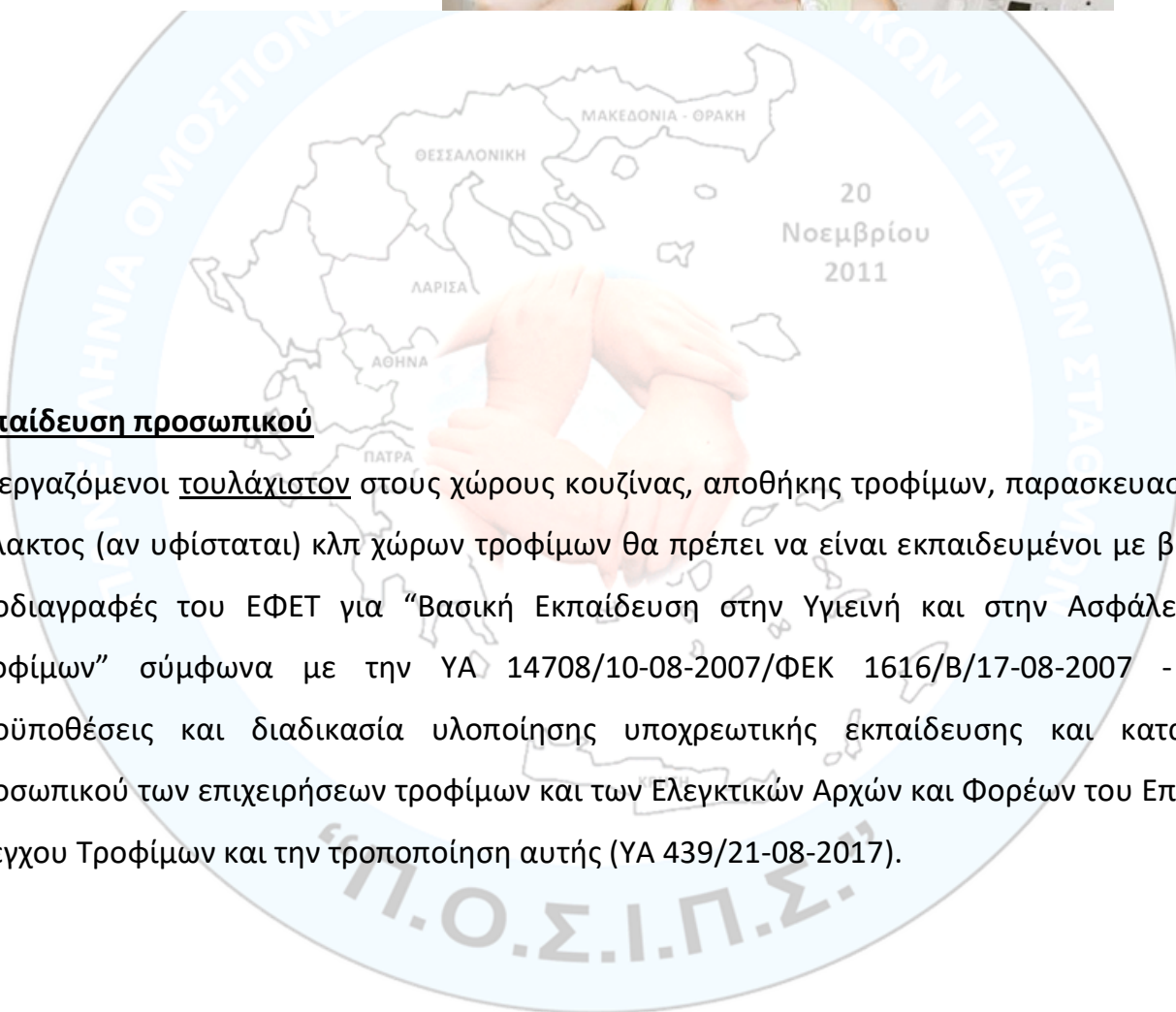
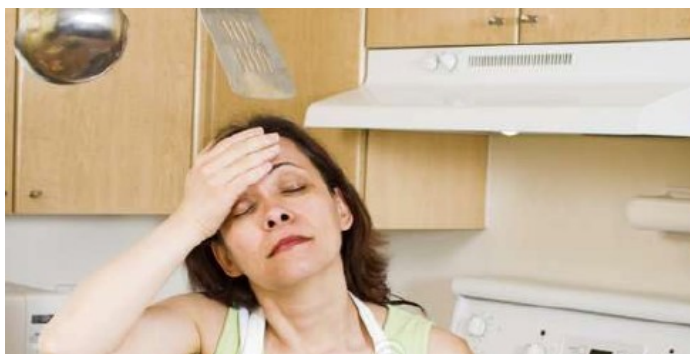
Πριν ξεκινήσετε την εργασία σας πρέπει να ενημερώνετε άμεσα τον προϊστάμενο σας / τον υπεύθυνο της επιχείρησης / τη διοίκηση (ώστε να απομακρυνθείτε από την εργασία και να οριστεί αντικαταστάτης που να διαθέτει πιστοποιητικό υγείας) όταν:

Είστε άρρωστοι, ιδιαίτερα αν έχετε διάρροια, εμετό, πυρετό, κρύωμα, βήχα, πονόλαιμο και εκκρίματα από τη μύτη, τα αυτιά και τα μάτια.

Έχετε συμπτώματα τροφικής δηλητηρίασης ή γαστροεντερικής ασθένειας.

Έχετε τραύματα ή πληγές, σπυριά ή άλλες δερματικές παθήσεις.

Είχατε επαφή με κάποιον άρρωστο ή κάποιο μέλος της οικογένειάς σας παρουσιάζει οτιδήποτε από τα παραπάνω.



Εκπαίδευση προσωπικού

Οι εργαζόμενοι τουλάχιστον στους χώρους κουζίνας, αποθήκης τροφίμων, παρασκευαστηρίου γάλακτος (αν υφίσταται) κλπ χώρων τροφίμων θα πρέπει να είναι εκπαιδευμένοι με βάση τις προδιαγραφές του ΕΦΕΤ για “Βασική Εκπαίδευση στην Υγιεινή και στην Ασφάλεια των Τροφίμων” σύμφωνα με την ΥΑ 14708/10-08-2007/ΦΕΚ 1616/Β/17-08-2007 - Όροι, προϋποθέσεις και διαδικασία υλοποίησης υποχρεωτικής εκπαίδευσης και κατάρτισης προσωπικού των επιχειρήσεων τροφίμων και των Ελεγκτικών Αρχών και Φορέων του Επισήμου Ελέγχου Τροφίμων και την τροποποίηση αυτής (ΥΑ 439/21-08-2017).

10. Καθαρισμός και απολύμανση χώρων και εξοπλισμού τροφίμων

Το πρόγραμμα καθαρισμού και απολύμανσης αποτελεί ένα βασικό τμήμα για τη διασφάλιση της υγιεινής των χώρων και του εξοπλισμού.

Ο καθαρισμός απομακρύνει τη βρωμιά, τα λίπη και τα υπολείμματα των τροφών, ενώ η απολύμανση τους επικίνδυνους μικροοργανισμούς από τους χώρους, τον εξοπλισμό και τα σκεύη και γι' αυτό είναι πολύ σημαντικό να γίνεται σωστά, με προσοχή και αποτελεσματικά.

Βασική προϋπόθεση για τη δημιουργία και τήρηση ενός προγράμματος καθαρισμού και απολύμανσης είναι η κατάλληλη υποδομή των χώρων, ώστε να επιτυγχάνεται ο αποτελεσματικός καθαρισμός τους. Ο εξοπλισμός θα πρέπει να είναι κινητός ή να τοποθετείται, έτσι ώστε να υπάρχει αρκετή απόσταση από το δάπεδο και τους τοίχους για να καθαρίζεται και να απολυμαίνεται αποτελεσματικά. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει διαδικασίες εύκολα εφαρμόσιμες από το προσωπικό και υποδείξεις ορθού καθαρισμού και απολύμανσης για τους χώρους παρασκευής, αποθήκευσης, τις επιφάνειες επεξεργασίας, τον εξοπλισμό, τις μικροσυσκευές, τα σκεύη, τους περιέκτες, τα εργαλεία κλπ.

- Ο κάθε είδους εξοπλισμός που έρχεται σε επαφή με τα τρόφιμα και ποτά θα πρέπει να **ξεπλένεται σχολαστικά** μετά από τη χρήση απορρυπαντικών και απολυμαντικών, πριν χρησιμοποιηθεί ξανά.
- **Απαγορεύεται ο ψεκασμός με απολυμαντικά σε επιφάνειες που βρίσκονται εκτεθειμένα τρόφιμα και ποτά.**
- Τα εργαλεία καθαρισμού να έχουν αποκλειστική χρήση σε κάθε τομέα καθαρισμού. Για παράδειγμα, εργαλεία καθαρισμού για νεροχύτες δεν χρησιμοποιούνται και στα σκεύη. **Χρησιμοποιούνται διαφορετικά σετ (σφουγγαρίστρα & κουβάς) για WC, κουζίνα & τραπεζαρία, λοιπούς χώρους.** Τα εργαλεία καθαρισμού φυλάσσονται ξεχωριστά σε ειδικούς – μεμονωμένους χώρους και επιθεωρούνται τακτικά για την καλή τους κατάσταση, ώστε να **ανανεώνονται, πριν φθαρούν.**



- Χρησιμοποιούνται καθαρές και διαφορετικές κατά περίπτωση πετσέτες για το σκούπισμα επιφανειών, εξοπλισμού, σκευών ή εργαλείων.
- Όλος ο εξοπλισμός είναι έτσι σχεδιασμένος και από τέτοια υλικά κατασκευής, ώστε να είναι εύκολος στο καθαρισμό και να συντηρείται σωστά.
- Όλα τα καθαριστικά, απορρυπαντικά, απολυμαντικά και τοξικά υλικά φυλάσσονται ξεχωριστά σε ειδικούς – μεμονωμένους χώρους, σύμφωνα με τα νομικώς οριζόμενα για τις επιχειρήσεις του κλάδου και χρησιμοποιούνται από εντεταλμένο προσωπικό, με πολύ μεγάλη προσοχή. Είναι αναγκαία η ύπαρξη σήμανσης όλων αυτών των υλικών. Αν έχει αφαιρεθεί, καταστραφεί κλπ η σήμανση τους ή για λόγους χρηστικότητας μεταγγίζονται σε διαφορετικούς από τους αρχικούς περιέκτες (οι περιέκτες θα πρέπει να είναι από ανθεκτικό υλικό), (επανα)σημαίνονται ευκρινώς (π.χ. απορρυπαντικό πιάτων, πατώματος κλπ).



- Πριν αρχίσει ο καθαρισμός, αποθηκεύονται-απομονώνονται όλα τα τρόφιμα και ποτά και τα καθαρά σκεύη, εργαλεία, σερβίτσια κλπ, γίνεται τακτοποίηση και απομακρύνονται όλα τα υλικά που δεν χρειάζονται.
- Για τον καθαρισμό / απολύμανση χρησιμοποιούνται τα εκάστοτε κατάλληλα-ενδεδειγμένα καθαριστικά-απορρυπαντικά-απολυμαντικά
- Το αρμόδιο προσωπικό κατά τον καθαρισμό / απολύμανση χρησιμοποιεί:
 - Τα μηχανήματα και οι συσκευές, όπως για παράδειγμα πλυντήριο πιάτων, πλυντήριο ρούχων, ηλεκτρική σκούπα κλπ, σύμφωνα με τις οδηγίες στα εγχειρίδια χρήσης τους.
 - Τα ενδεδειγμένα Μέσα Ατομικής Προστασίας (ποδιά, γάντια, μάσκα κλπ). Τα ΜΑΠ είναι διαφορετικά από τα Μέσα Προστασίας για την Υγιεινή & Ασφάλεια των Τροφίμων, βλέπε ενότητα 9. Υγιεινή Προσωπικού, του παρόντος οδηγού.
 - Εγκεκριμένα χημικά καθαριστικά και απολυμαντικά σύμφωνα με τις οδηγίες χρήσης τους στις ετικέτες (π.χ. απαγορεύεται ή επιτρέπεται η χρήση ζεστού νερού και σε ποια μέγιστη $^{\circ}\text{C}$, δοσολογία κλπ) και στα Δελτία Πληροφοριών Ασφάλειας Υλικών (Material Safety Data Sheets), αν υπάρχουν.

Χρησιμοποιείτε τις κατάλληλες δόσεις και μη αναμιγνύετε τις χημικές ουσίες καθαρισμού μεταξύ τους. Για να μετρήσετε την κατάλληλη δόση, χρησιμοποιείτε ειδικούς δοσομετρητές και ποτέ δοχεία ή περιέκτες που μπορεί να χρησιμοποιηθούν για τρόφιμα και ποτά.

Τηρείται αρχείο εφαρμογής του προγράμματος καθαρισμού και απολύμανσης. Στη συνέχεια δίνεται σχετικό **παράδειγμα**. Το αρχείο φυλάσσεται στην επιχείρηση για τουλάχιστον ένα (1) έτος.

		ΕΤΟΣ:			ΜΗΝΑΣ:							
		ΜΗΝΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΙ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ & ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ										
		Εβδομ. από	έως	Εβδομ. από	έως	Εβδομ. από	έως					
ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ												
Εξοπλισμός, χώρος κλπ	Συχνότητα	Μέθοδος	Εβδομ. από	έως	Εβδομ. από	έως	Εβδομ. από	έως				
Ράφια στην Αποθήκη Τροφίμων	1 φορά / εβδομάδα	Aopolymantex*	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:					
Πάνκο-επιφάνειες εργασίας	καθημερινά	Aopolymantex*	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Δ	Τ	Π	Π	
Νεροχύτης	καθημερινά	Aopolymantex*	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Δ	Τ	Τ	Π	Π
Ντουλάπια & συρτάρια εσωτερικά	1 φορά / εβδομάδα	Aopolymantex*	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Ντουλάπια & συρτάρια εσωτερικά	1 φορά / μήνα	Aopolymantex*	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Αποροφητήρας	καθημερινά	Aopolymantex*	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Δ	Τ	Τ	Π	Π
Φουγνέρο αποροφητήρα	1 φορά / μήνα	Katharismatex	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Ηλεκτρική Κουζίνα εσωτερικά	καθημερινά	Aopolymantex*	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Δ	Τ	Τ	Π	Π
Ηλεκτρική Κουζίνα εσωτερικά	1 φορά / εβδομάδα	Aopolymantex*	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Λεμονοσφίτης-Μίξερ-Βραστήρας	καθημερινά	Katharismatex & αραιωμένο ξύδι	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Δ	Τ	Τ	Π	Π
Ψυγείο εσωτερικά	1 φορά / εβδομάδα	Απορρυπαντικό πιάτων & αραιωμένο ξύδι	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Κατάψυξη & Καταψύκτης εσωτερικά	1 φορά / μήνα	Απόψυξη - Απορρ. πιάτ. & αραιωμ. ξύδι	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Ψυγείο & Κατάψυξη εσωτερικά	1 φορά / εβδομάδα	Aopolymantex*	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Καταψύκτης εσωτερικά	1 φορά / εβδομάδα	Aopolymantex*	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Κάδος Απορριμμάτων	καθημερινά	Aopolymantex*	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Δ	Τ	Τ	Π	Π
Τοίχος, Πρίζες/Ηλεκτρικ. διακόπτες	1 φορά / μήνα	Aopolymantex*	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Επιτοιχία συσκευή απολυμ. Χεριών	1 φορά / μήνα	Aopolymantex*	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Πόρτα & παράθυρο (εσωτ. & εξωτ.)	1 φορά / μήνα	Katharismatex & απορρ. τζαμιών	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Καλοριφέρ, Κλιματικό & Φωτιστικά	1 φορά / μήνα	Ξεσκόνισμα & Katharismatex	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Δάπεδο (Κουζ., Αποθ. Τροφ. & WC	καθημερινά	Ξεκούτσωμα & Σφουγγάρ. (απορρ. πατώμ.)	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Δ	Τ	Τ	Π	Π
WC (Κουζίνας & Αποθ. Τροφίμων)	καθημερινά	Aopolymantex*	Δ	Τ	Τ	Π	Π	Δ	Τ	Τ	Π	Π
Τεστέτες & Στολές Εργασ. Κουζίνας	1 φορά / εβδομάδα	Πλύσιμο στο ηλεκτρικό πλυντήριο	Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
Στο τέλος των εργασιών πλένονται πολύ καλά η σκούπα, το φαράσι και τα 2 σετ κουβάς & σφουγγαρίστρα (1 Κουζ. & Αποθ. Τροφίμων και 1 WC)			Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:		Ημερ/μία:			
* απολυμαντικό χωρίς χλώριο												

ΥΠΕΥΘ. ΚΟΥΖΙΝΑΣ - ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ & ΥΠΟΓΡΑΦΗ

11. Καταπολέμηση εντόμων, τρωκτικών και επιβλαβών ζώων

Στους χώρους όπου υπάρχουν τρόφιμα, συχνά συναντώνται κάποιοι βλαβεροί οργανισμοί όπως τρωκτικά, έντομα και πουλιά. Οι οργανισμοί αυτοί αλλά και τα κατοικίδια ζώα, όπως οι γάτες και οι σκύλοι, απαγορεύεται να βρίσκονται σε χώρους τροφίμων. Τα έντομα, τα τρωκτικά και τα πουλιά μολύνουν τα τρόφιμα (φτερά, τρίχες, ούρα κλπ), συμβάλλοντας στη διάδοση σοβαρών ασθενειών στον άνθρωπο.



Οι βλαβεροί αυτοί οργανισμοί εισέρχονται στις εγκαταστάσεις από κενά που υπάρχουν κάτω από κλειστές πόρτες, από πόρτες και παράθυρα χωρίς σήτα που μένουν ανοιχτές/ά, από τρύπες στους τοίχους, από λούκια ή αεραγωγούς που δεν έχουν πλέγμα στην είσοδο τους και τέλος, πιθανόν να υπάρχουν μέσα στις συσκευασίες των πρώτων υλών που παραλαμβάνουμε.

Η διαδικασία απεντόμωσης και μυοκτονίας γίνεται εξ' ολοκλήρου από ειδικευμένη εταιρεία (εξωτερικός συνεργάτης) που έχει κάνει γνωστοποίηση έναρξης επαγγέλματος σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία. Σε καθορισμένα, βάσει συμβολαίου, χρονικά διαστήματα, αλλά και σε έκτακτες – επαναληπτικές επισκέψεις, εφόσον η επιχείρηση εντοπίσει την ανάγκη, εκτελούνται οι εφαρμογές απεντόμωσης και μυοκτονίας.



Ο αρμόδιος της επιχείρησης (βρεφονηπιακού – παιδικού σταθμού, κέντρου προσχολικής αγωγής):

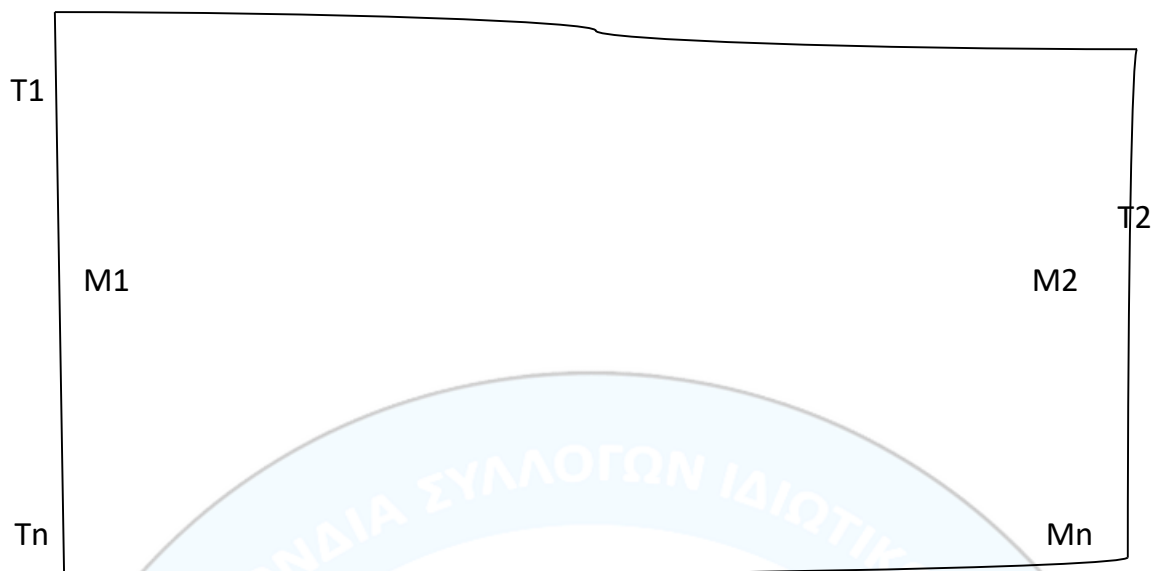
- Κανονίζει τις επισκέψεις του εξωτερικού συνεργάτη σε κατάλληλες ημέρες και ώρες.

- Είναι **πλήρως ενημερωμένος** για το είδος των εργασιών απεντόμωσης και μυοκτονίας που εκτελούνται καθώς και για τους τύπους / είδη των σκευασμάτων και παγίδων, που χρησιμοποιούνται.



- ❖ Στις περιπτώσεις τοποθέτησης **δολωματικών σταθμών**, θα πρέπει να είναι οι πλέον **ενδεδειγμένοι & κατάλληλοι για τοποθέτηση σε βρεφονηπιακό – παιδικό σταθμό, κέντρο προσχολικής αγωγής (κλειστοί – κλειδωμένοι, πακτωμένοι κλπ)**. Ο αρμόδιος της επιχείρησης πρέπει να είναι **πλήρως ενημερωμένος επί του θέματος και να γνωρίζει εκ των προτέρων αλλά και εκ των υστέρων τα σημεία τοποθέτησης.**

- Παρακολουθεί και φυλάσσει το **αρχείο καταπολέμησης εντόμων και τρωκτικών**, για του οποίου την πληρότητα ευθύνεται. Το αρχείο αυτό πρέπει να περιέχει (κατ' ελάχιστο):
 - ✓ Συμβόλαιο με τη συχνότητα.
 - ✓ Αριθμό γνωστοποίησης εταιρείας και ορισμό/δήλωση επιστημονικά υπευθύνου.
 - ✓ Μετά από κάθε επίσκεψη - εφαρμογή να υπάρχουν στο αρχείο τα εκάστοτε ισχύοντα πιστοποιητικά καταλληλότητας / έγκρισης – προδιαγραφές κλπ των υλικών/σκευασμάτων που χρησιμοποιήθηκαν.
 - ✓ Αν υπάρχουν δολωματικοί σταθμοί, πρέπει να υπάρχει σχέδιο κάτοψης του χώρου ή σκαρίφημα, όπου ορίζονται και αριθμούνται οι θέσεις στις οποίες έχουν τοποθετηθεί παγίδες, π.χ. M1, M2,Mn εσωτερικές & T1, T2,Tn εξωτερικές.



- ✓ Μετά από κάθε επίσκεψη – εφαρμογή, εκτός από το αυτοκόλλητο για επικόλληση σε εμφανές σημείο, παραδίδεται και βεβαίωση – πιστοποιητικό που αναφέρει αναλυτικά τις εργασίες και τα σκευάσματα που χρησιμοποιήθηκαν.

Για κάθε παγίδα να προσδιορίζεται αν Δολώθηκε (Δ) ή Δεν Δολώθηκε (ΔΔ), π.χ.

M1 Δ ___ ΔΔ _ V_ M2 Δ _ V_ ΔΔ ___ Mn Δ ___ ΔΔ _ V_

T1 _ V_ ΔΔ ___ T2 _ V_ ΔΔ ___ Tn Δ ___ ΔΔ _ V_

Η βεβαίωση – πιστοποιητικό θα πρέπει να φέρει τη σφραγίδα της εταιρείας, το ονοματεπώνυμο και την υπογραφή του επιστημονικά υπευθύνου.

12. Αρχεία τηρούμενα από τη επιχείρηση

12.1 Ο παρών Οδηγός Υγιεινής και Ασφάλειας Τροφίμων

12.2 Πιστοποιητικά υγείας εργαζομένων, σε ισχύ

12.3 Βεβαιώσεις ή/και Πιστοποιητικά εκπαίδευσης με βάση τις προδιαγραφές του ΕΦΕΤ για “Βασική Εκπαίδευση στην Υγιεινή και στην Ασφάλεια των Τροφίμων” σύμφωνα με την ΥΑ 14708/10-08-2007/ΦΕΚ 1616/Β/17-08-2007 - Όροι, προϋποθέσεις και διαδικασία υλοποίησης υποχρεωτικής εκπαίδευσης και κατάρτισης προσωπικού των επιχειρήσεων τροφίμων και των Ελεγκτικών Αρχών και Φορέων του Επισήμου Ελέγχου Τροφίμων και την τροποποίηση αυτής (ΥΑ 439/21-08-2017).

12.4 Αποτελέσματα ανάλυσης νερού από διαπιστευμένο κατά ISO 17025 εργαστήριο, ετησίως ή μετά από έκτακτα συμβάντα

12.5 Αρχείο μέτρησης και καταγραφής 20 θερμοκρασιών ψυγείων, καταψύξεων/καταψυκτών και βαθμονόμησης/διακρίβωσης των φορητών θερμομέτρων (φυλάσσεται στην επιχείρηση για τουλάχιστον ένα 1 έτος)

12.6 Αρχείο θερμομέτρησης και καταγραφής κατά το μαγείρεμα / ψήσιμο και βαθμονόμησης του φορητού θερμομέτρου (φυλάσσεται στην επιχείρηση για τουλάχιστον ένα 1 έτος)

12.7 Αρχείο εφαρμογής του προγράμματος καθαρισμού και απολύμανσης (φυλάσσεται στην επιχείρηση για τουλάχιστον ένα 1 έτος)

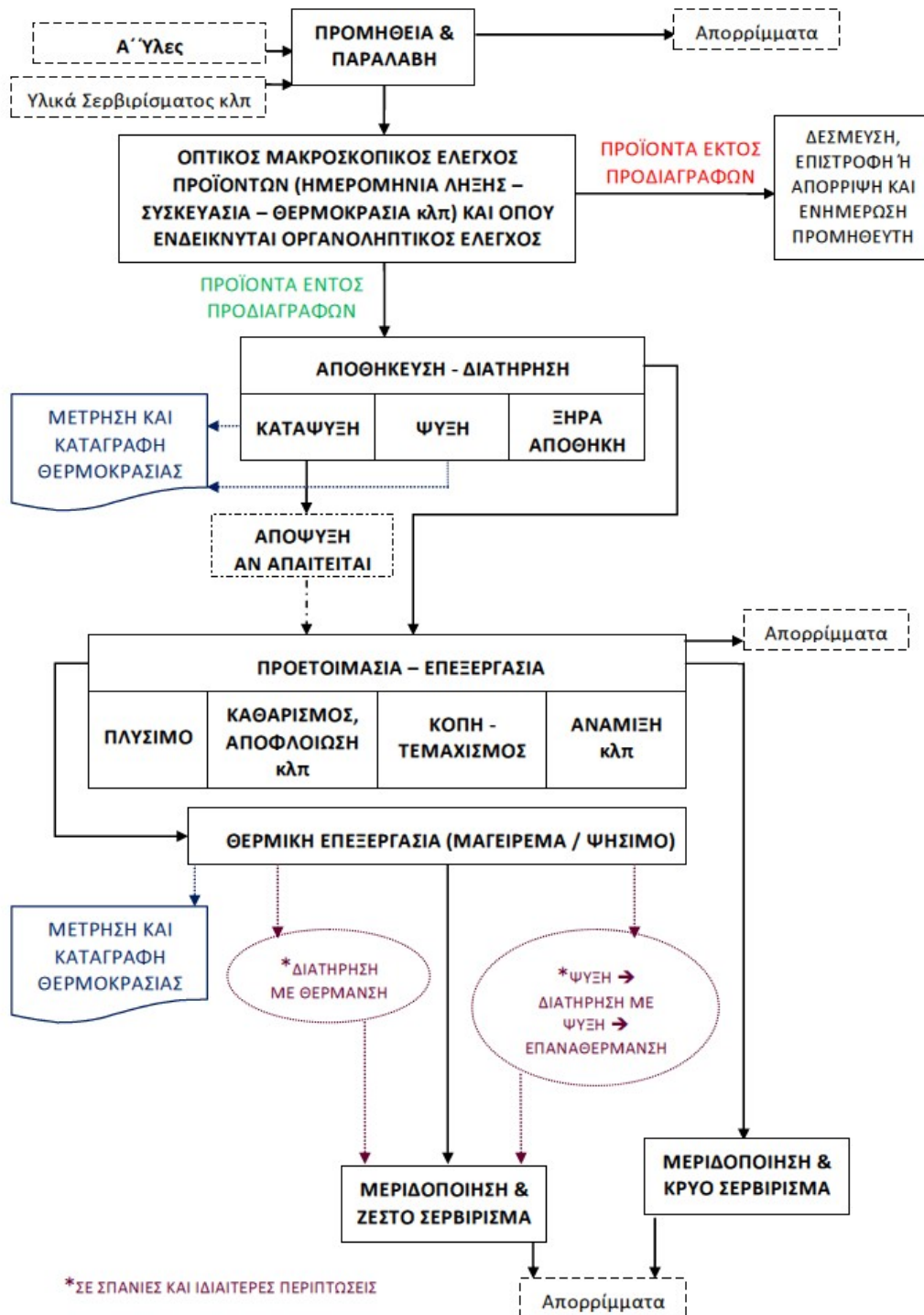
12.8 Αρχείο καταπολέμησης εντόμων και τρωκτικών

12.9 Ο αρμόδιος – υπεύθυνος προμηθειών της επιχείρησης τηρεί για κάθε προμηθευτή λίστα ειδών. Επιπλέον, για κάποια ειδικά προϊόντα, π.χ. private label (ιδιωτικής ετικέτας αλυσίδων super markets), αυγά, τυρί-φέτα σε δοχείο κλπ συγκεντρώνει από τους προμηθευτές και αρχειοθετεί, τις προδιαγραφές κλπ στοιχεία π.χ. βεβαιώσεις & αναλύσεις εργαστηρίων, πιστοποιητικά ISO 22000, ISO 9001, BRC, IFS κλπ.

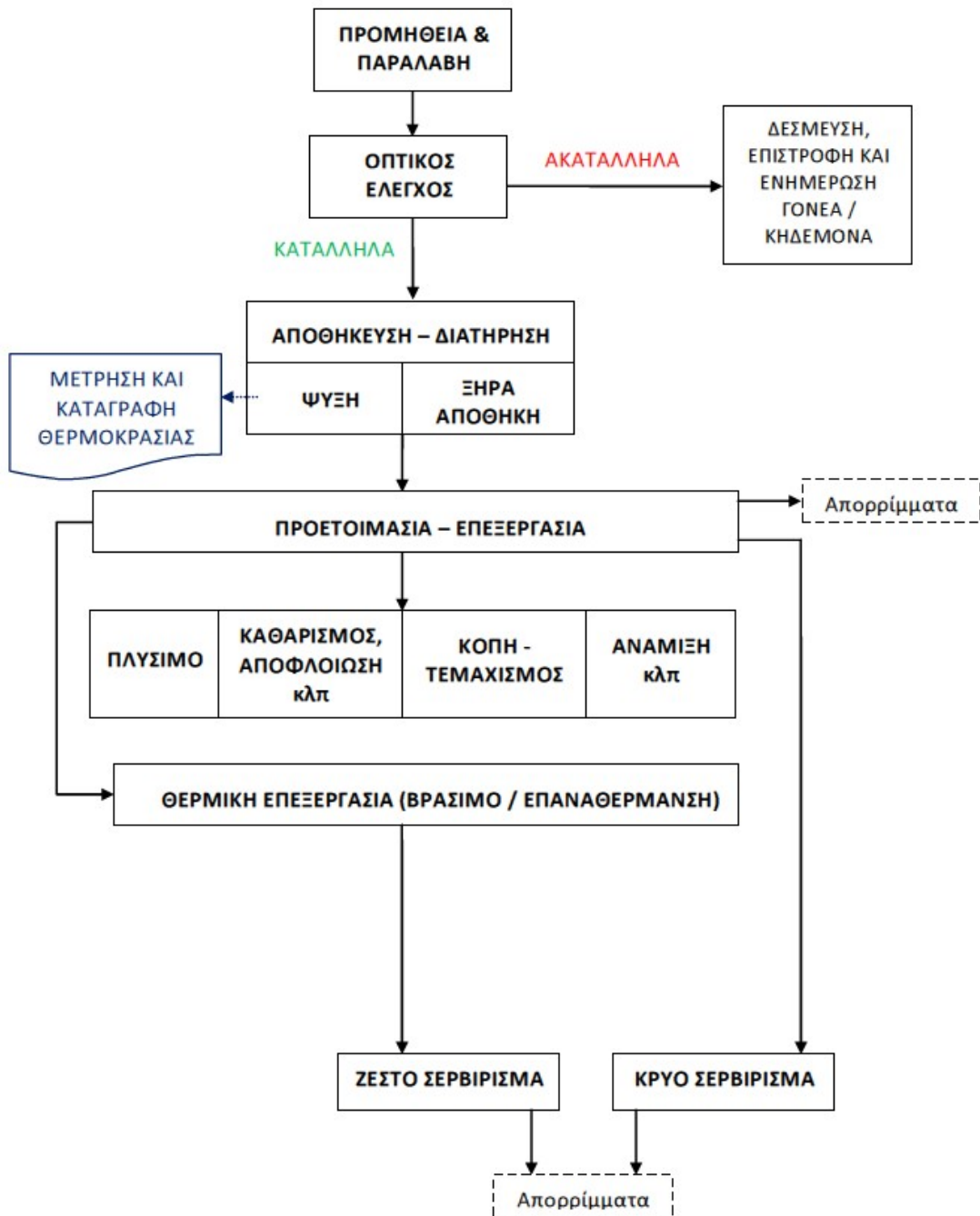
13. Διαγράμματα ροής των βασικών διαδικασιών, προαπαιτούμενα προγράμματα και σημεία ελέγχου

13.1 Διαγράμματα ροής

Βασική διαδικασία για τρόφιμα που παρέχονται από την επιχείρηση



Διαχείριση τροφίμων που παρέχονται από τους γονείς και κηδεμόνες



Λαμβάνονται υπόψη πάντα τα όσα σχετικά ορίζονται (π.χ. γάλα για τα βρέφη, ποσότητες/μερίδες κλπ) στην εκάστοτε ισχύουσα νομοθεσία (τρέχουσα: Υ1α/Γ.Π. ΟΛΚ. 76785/12-10-2017 Υγειονομική Διάταξη / ΦΕΚ 3758B / 25-10-2017 Ιατρικός έλεγχος προσωπικού, διατροφή και κανόνες υγιεινής και ασφάλειας των τροφίμων στους δημόσιους και ιδιωτικούς βρεφικούς, βρεφονηπιακούς και παιδικούς σταθμούς).

13.2 Προαπαιτούμενα προγράμματα

Προαπαιτούμενα προγράμματα, διαδικασίες κλπ προϋποθέσεις για όλα τα παρακάτω:


- Τήρηση Νομοθεσίας, βλ. § 2 και εκάστοτε ισχύουσα νομοθεσία
- Κτιριακές υποδομές και εξοπλισμός, βλ. § 4
- Υγιεινή Προσωπικού, βλ. § 9
- Καθαρισμός και απολύμανση χώρων και εξοπλισμού τροφίμων, βλ. § 10
- Καταπολέμηση εντόμων, τρωκτικών και επιβλαβών ζώων, βλ. § 11


13.3 Σημεία ελέγχου


Στάδιο Διαχείρισης Τροφίμου	Πιθανοί Κίνδυνοι	Παρακολούθηση και Μέτρα Ελέγχου
Προμήθεια & Παραλαβή	Βιολογική επιμόλυνση Φυσική επιμόλυνση Χημική επιμόλυνση	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Επιλογή κατάλληλων και εγκεκριμένων προμηθευτών ▪ Τα εισερχόμενα πρέπει να ικανοποιούν τις προδιαγραφές της επιχείρησης ▪ Σωστός χειρισμός σε ενδεικνυόμενες συνθήκες (π.χ. θερμοκρασία ψύξης < 5°C και κατάψυξης < -18 °C) κατά τη διάρκεια της αγοράς / μεταφοράς / εκφόρτωσης / παραλαβής Καθαρά μέσα μεταφοράς και διαχωρισμός από άλλα αντικείμενα ή επικίνδυνες χημικές ουσίες. Οι πρώτες ύλες θα πρέπει να είναι τοποθετημένες

Στάδιο Διαχείρισης Τροφίμου	Πιθανοί Κίνδυνοι	Παρακολούθηση και Μέτρα Ελέγχου
		<p>στα μέσα μεταφοράς, με τάξη και με τρόπο, ώστε να διασφαλίζεται η υγιεινή τους κατάσταση (συνήθως επάνω σε καθαρές παλέτες ή μέσα σε καθαρούς περιέκτες, σακούλες μεταφοράς, χαρτοκιβώτια κλπ κατάλληλες για τρόφιμα, συσκευασίες).</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ο αρμόδιος – υπεύθυνος προμηθειών της επιχείρησης τηρεί για κάθε προμηθευτή λίστα ειδών. Επιπλέον, για κάποια ειδικά προϊόντα, π.χ. private label (ιδιωτικής ετικέτας αλυσίδων super markets), αυγά, τυρί-φέτα σε δοχείο κλπ συγκεντρώνει από τους προμηθευτές και αρχειοθετεί, τις προδιαγραφές κλπ στοιχεία π.χ. βεβαιώσεις & αναλύσεις εργαστηρίων, πιστοποιητικά ISO 22000, ISO 9001, BRC, IFS κλπ. ▪ Βλ. § 5.1 Προμήθεια, παραλαβή, έλεγχος
<p>Οπτικός Μακροσκοπικός Έλεγχος και όπου ενδείκνυται Οργανοληπτικός Έλεγχος</p>	<p>Βιολογική επιμόλυνση Φυσική επιμόλυνση Χημική επιμόλυνση</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Έλεγχος με βάση τις προδιαγραφές. Ο έλεγχος θα πρέπει να γίνεται προσεκτικά αλλά και σύντομα, χωρίς καθυστερήσεις, να είναι εμπεριστατωμένος και για την εκτέλεση του να λαμβάνονται όλα τα μέτρα υγιεινής, ώστε να μην επιμολύνονται και υποβαθμίζονται ως προς την ασφάλεια και ποιότητα τους τα τρόφιμα. ▪ Συσκευασίες πεντακάθαρες, ακέραιες και με την προβλεπόμενη από τη νομοθεσία επισήμανση. Στις σημάσεις – ετικέτες εντοπίζονται οι βασικές τουλάχιστον πληροφορίες στην ελληνική γλώσσα. ▪ Σημάδια επιμόλυνσης από ξένα σώματα (ξύλα, μέταλλα, πλαστικά κλπ) ή από έντομα και τρωκτικά. ▪ Έλεγχος ημερομηνιών παραγωγής-λήξης ▪ Οργανοληπτικός έλεγχος: χρώμα, εμφάνιση, σημάδια αλλοίωσης (μούχλα, σήψη) κλπ, ανεπιθύμητες ή δυσάρεστες οσμές και γεύσεις (π.χ. ξινισμένο γάλα, ταγγισμένο γιαούρτι), γλοιώδεις υφές (π.χ. σε τυριά, κοτόπουλο, κρέατα).

Στάδιο Διαχείρισης Τροφίμου	Πιθανοί Κίνδυνοι	Παρακολούθηση και Μέτρα Ελέγχου
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Τα μη συμμορφούμενα – ακατάλληλα προϊόντα απομονώνονται, σημαίνονται ως ακατάλληλα και δρομολογείται η επιστροφή τους στους προμηθευτές ή η απόρριψη τους. ▪ Βλ. § 5.1 Προμήθεια, παραλαβή, έλεγχος & § Κριτήρια αποδοχής ή απόρριψης των κυριότερων πρώτων υλών
Αποθήκευση - Διατήρηση	Βιολογική επιμόλυνση Φυσική επιμόλυνση Χημική επιμόλυνση	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Αποθήκευση στην κατάψυξη: -18°C ή και μικρότερη ▪ Αποθήκευση στην ψύξη: +1°C – max +5°C ▪ Ξηρά αποθήκευση: 18 - 22°C και ικανοποιητικές συνθήκες εξαερισμού και αφύγρανσης. ▪ Καθαριότητα και τάξη ▪ Για όλα τα συσκευασμένα προϊόντα τήρηση των οδηγιών αποθήκευσης – διατήρησης που αναγράφονται στις συσκευασίες τους. ▪ Να μην υπάρχει υπερφόρτωση. ▪ Να μην καταστρέφονται οι συσκευασίες των προϊόντων και να διατηρείται η επισήμανση. ▪ Να μην υπάρχει κίνδυνος να πέσουν, να ανοίξουν ή να σπάσουν τα προϊόντα (αν υπάρξει τέτοιο περιστατικό γίνεται αμέσως εξονυχιστικός καθαρισμός και απολύμανση). ▪ Να μην υπάρχουν διαρροές από τρόφιμα σε άλλα τρόφιμα (αν υπάρξει τέτοιο περιστατικό, γίνεται αμέσως εξονυχιστικός καθαρισμός και απολύμανση). ▪ Να τηρείται το σύστημα ανακύκλωσης F.E.F.O. και F.I.F.O., ανά περίπτωση ▪ Να μην υπάρχουν προϊόντα που έχουν λήξει ή αλλοιωθεί (αυτά τα προϊόντα απορρίπτονται). ▪ Μέτρηση και καταγραφή θερμοκρασιών στο ψυγείο και στην κατάψυξη: τουλάχιστον μία φορά ανά ημέρα λειτουργίας της επιχείρησης. Τήρηση αρχείου μέτρησης και καταγραφής θερμοκρασιών ψυγείων, καταψύξεων / καταψυκτών και βαθμονόμησης των φορητών

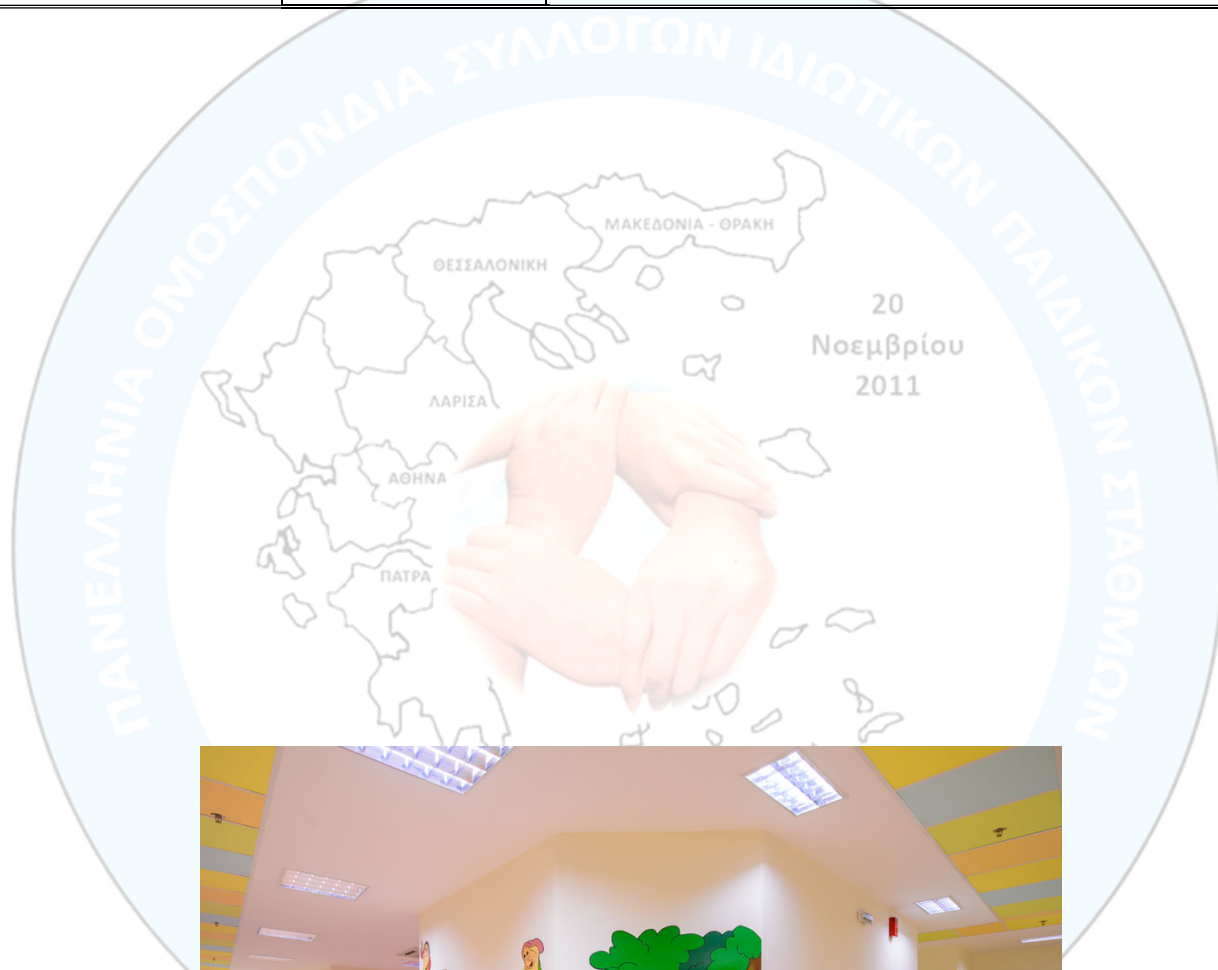
Στάδιο Διαχείρισης Τροφίμου	Πιθανοί Κίνδυνοι	Παρακολούθηση και Μέτρα Ελέγχου
		<p>θερμομέτρων (φυλάσσεται στην επιχείρηση για τουλάχιστον ένα 1 έτος).</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Βλ. § 5.3.1 Αποθήκευση στην κατάψυξη, 5.3.2 Αποθήκευση στην ψύξη, 5.3.3 Ξηρά αποθήκευση και 5.3.5 Μέτρηση και καταγραφή θερμοκρασιών στο ψυγείο και στην κατάψυξη
Απόψυξη	<p>Βιολογική επιμόλυνση</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Απόψυξη κατεψυγμένων κρεάτων – κοτόπουλων – ψαριών για τα οποία δεν δίνονται επί της συσκευασίας τους οδηγίες απόψυξης από τους παραγωγούς / προμηθευτές: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Στο ψυγείο, αρκετές ώρες πριν, συνήθως από το απόγευμα της προηγούμενης του μαγειρέματος ημέρας. Τοποθέτηση σε κατάλληλους περιέκτες που τοποθετούνται στα κάτω ράφια, ώστε να μην στάζουν και μολύνουν τα άλλα τρόφιμα. ✓ Με χρήση άφθονου κρύου τρεχούμενου νερού ($\leq 21^{\circ}\text{C}$) ✓ Στο φούρνο μικροκυμάτων, ακολουθώντας τις εκάστοτε σχετικές οδηγίες στο βιβλίο χρήσης του ▪ Να υπάρχει αρκετός χρόνος ώστε να ξεπαγώσουν πλήρως. ▪ Κατεψυγμένα λαχανικά, πίτες, ζύμες κλπ διατηρούνται στην κατάψυξη και <u>αποψύχονται</u> / μαγειρεύονται / ψήνονται σύμφωνα με τις αναγραφόμενες επί της συσκευασίας, οδηγίες του εκάστοτε παρασκευαστή. ▪ Βλ. § 6. Προετοιμασία – επεξεργασία των τροφίμων
Προετοιμασία - Επεξεργασία	<p>Βιολογική επιμόλυνση Φυσική επιμόλυνση Χημική επιμόλυνση</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Η προεργασία γίνεται την ίδια ημέρα που τα τρόφιμα πρόκειται να σερβιριστούν σύμφωνα με το διαιτολόγιο. ▪ Αποσυσκευασία πρώτων υλών σε ειδικούς χώρους και με ειδικούς χειρισμούς (π.χ. όχι το αλεύρι απευθείας στο μίξερ). ▪ Ξεχωριστοί χώροι, ξεχωριστές επιφάνειες κοπής, καθαρός εξοπλισμός, καθαρά σκεύη, εργαλεία

Στάδιο Διαχείρισης Τροφίμου	Πιθανοί Κίνδυνοι	Παρακολούθηση και Μέτρα Ελέγχου
		<p>κλπ. Τα εργαλεία (κουτάλες, σπάτουλες, επιφάνειες κοπής κλπ) θα πρέπει να είναι από κατάλληλα υλικά για τρόφιμα, να διατηρούνται σε καλή κατάσταση και να καθαρίζονται αποτελεσματικά.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Γάντια μιας χρήσης. ▪ Αποφυγή καθυστερήσεων. Ο χειρισμός των τροφίμων, ιδίως των ευπαθών, κατά την προετοιμασία είναι προσεκτικός και κατά το δυνατόν συντομότερος. ▪ Δεν αφήνουμε τα ευπαθή - ευαλλοιώτα τρόφιμα στην επικίνδυνη ζώνη ($5^{\circ}\text{C} < \theta^{\circ}\text{C} < 60^{\circ}\text{C}$) για περισσότερο από 4 ώρες, διαφορετικά απορρίπτονται. ▪ Καθαρισμός αμέσως σε ό,τι χυθεί και απομάκρυνση σκουπιδιών και υπολειμμάτων τροφών τακτικά. ▪ Σωστό και σχολαστικό πλύσιμο των τροφίμων. ▪ Βλ. § 6. Προετοιμασία – επεξεργασία των τροφίμων
Θερμική επεξεργασία (μαγείρεμα/ψήσιμο)	Βιολογική επιμόλυνση Φυσική επιμόλυνση Χημική επιμόλυνση	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Η θερμοκρασία στο κέντρο του τροφίμου πρέπει να φθάσει τους 75°C, τουλάχιστον. ▪ Ενδεικτική θερμομέτρηση και καταγραφή κατά το μαγείρεμα / ψήσιμο: 1 φαγητό και 1 γλυκό, τουλάχιστον μία (1) φορά ανά εβδομάδα. Οι θερμομετρήσεις είναι “κυλιόμενες” – εναλλασσόμενες ανά εβδομάδα, ώστε σε μηνιαία βάση να καλύπτουμε όλες της κατηγορίες. Σε όλες τις θερμομετρήσεις πρέπει να διαπιστώνεται θερμοκρασία $\geq 75^{\circ}\text{C}$. Τήρηση αρχείου θερμομέτρησης και καταγραφής κατά το μαγείρεμα / ψήσιμο και βαθμονόμησης του φορητού θερμομέτρου (φυλάσσεται στην επιχείρηση για τουλάχιστον ένα 1 έτος). ▪ Εφαρμόζονται καταγεγραμμένες συνταγές για το μαγείρεμα. ▪ Ανακάτεμα στις σούπες, στις κρέμες, στις σάλτσες κλπ τακτικά κατά το μαγείρεμα ώστε το ψήσιμο να είναι ομοιόμορφο.

Στάδιο Διαχείρισης Τροφίμου	Πιθανοί Κίνδυνοι	Παρακολούθηση και Μέτρα Ελέγχου
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Καθαρές κατσαρόλες, ταψιά κλπ σκεύη που σκεπάζονται με καθαρά καπάκια. Τα τρόφιμα παραμένουν σκεπασμένα, καλυμμένα. ▪ Η δοκιμή του φαγητού ή του γλυκίσματος μπορεί να γίνει μόνον από τον υπεύθυνο παρασκευής και με τρόπο που δεν το μολύνει. Μετά τη δοκιμή, δεν χρησιμοποιείται ξανά το ίδιο κουτάλι, πιρούνι κλπ, κουτάλα κλπ. ▪ Το μαγειρεμένο φαγητό παρασκευάζεται εξ' ολοκλήρου την ίδια ημέρα που πρόκειται να σερβιριστεί για το μεσημεριανό γεύμα, σύμφωνα με το Διαιτολόγιο. ▪ Δεν αφήνουμε τα μαγειρεμένα τρόφιμα στην επικίνδυνη ζώνη ($5^{\circ}\text{C} < \theta^{\circ}\text{C} < 60^{\circ}\text{C}$) για περισσότερο από 4 ώρες. Κατά κανόνα, από τη στιγμή που ολοκληρώνεται το μαγείρεμα στην εστία ή στον φούρνο, το αργότερο σε 4 ώρες έχουν σιτιστεί τα βρέφη, τα νήπια και τα μικρά παιδιά. Σε σπάνιες περιπτώσεις, που το μαγείρεμα ολοκληρώνεται αρκετά νωρίς το πρωί, τότε λαμβάνεται μέριμνα, ώστε να μην κρυώσει το φαγητό, το οποίο και διατηρείται ζεστό, σκεπασμένο στην εστία ή στον φούρνο, σε θερμοκρασία $> 65^{\circ}\text{C}$. ▪ Βλ. § 7. Θερμική επεξεργασία των τροφίμων (μαγείρεμα/ψήσιμο)
<p>Ψύξη και επαναθέρμανση μαγειρεμένου φαγητού</p>	<p>Βιολογική επιμόλυνση Φυσική επιμόλυνση Χημική επιμόλυνση</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Κατά κανόνα δεν εφαρμόζεται στις επιχειρήσεις του κλάδου. Στην πλειοψηφία των επιχειρήσεων παρέχεται με ευθύνη τους το μεσημεριανό γεύμα, βάσει του διαιτολογίου. Γίνεται όταν συντρέχουν ειδικοί λόγοι, όπως προσωρινή ασθένεια, αλλεργία, δυσανεξία κλπ. ▪ Το ζεστό μαγειρεμένο φαγητό θα πρέπει αρχικά να ψυχθεί (21 °C), πριν τοποθετηθεί στο ψυγείο. Συνήθως απαιτούνται για το κρύωμα του φαγητού 2 ώρες από την ολοκλήρωση του μαγειρέματος/ψησίματος. Η ψύξη επιταχύνεται, όταν το τρόφιμο αναμιγνύεται συνεχώς, όταν χρησιμοποιούνται παγοκύστες ή υδατόλουτρο με

Στάδιο Διαχείρισης Τροφίμου	Πιθανοί Κίνδυνοι	Παρακολούθηση και Μέτρα Ελέγχου
		<p>πάγο. Δεν ψύχεται ποτέ ζεστό το φαγητό.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Η επαναθέρμανση για μία και μοναδική φορά, γίνεται στην εστία, στο φούρνο (σπάνια σε φούρνο μικροκυμάτων, ακολουθώντας τις εκάστοτε σχετικές οδηγίες στο βιβλίο χρήσης του). Κατά την επαναθέρμανση ανακατεύονται τα τρόφιμα, ώστε η θέρμανση να γίνεται πιο γρήγορα και ομοιόμορφα. ▪ Κατά την επαναθέρμανση, η θερμοκρασία στο κέντρο του τροφίμου πρέπει να φθάσει τους 75 °C, τουλάχιστον. ▪ Το επαναθερμασμένο φαγητό σερβίρεται και καταναλώνεται άμεσα. ▪ Βλ. § 7. Θερμική επεξεργασία των τροφίμων (μαγείρεμα/ψήσιμο)
<p>Μεριδοποίηση και Ζεστό ή Κρύο Σερβίρισμα</p>	<p>Βιολογική επιμόλυνση Φυσική επιμόλυνση Χημική επιμόλυνση</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ο χειρισμός έτοιμων προς κατανάλωση τροφίμων δεν γίνεται με γυμνά χέρια. ▪ Δεν στοιβάζονται τα πιάτα κατά τη διάρκεια της μεριδοποίησης-σερβιρίσματος. Χρησιμοποιούνται δίσκοι (όχι ξύλινοι), όταν κρίνεται αναγκαίο για τη μεταφορά. Λαμβάνονται ειδικά προστατευτικά μέτρα για τη μεταφορά τροφίμων και σερβιρίσιων από την κουζίνα στους χώρους σίτισης, π.χ. αναβατόρια, σκεπαστά τρόλεϊ κλπ, ιδιαίτερα για τη διακίνηση μέσω υπαιθρίων χώρων. ▪ Κατά τη σίτιση και σε κάθε διαφορετικό γεύμα (πρωινό, μεσημεριανό, απογευματινό) προβλέπεται για το κάθε βρέφος – παιδί, ατομικό - ξεχωριστό σετ σερβιρίσιου, ποτηριού, φλιτζανιού, κουταλιού (πιρουνιού, όπου επιτρέπεται). ▪ Τα σκεύη και τα εργαλεία σερβιρίσματος πρέπει να είναι κατάλληλα για τρόφιμα, να διατηρούνται σε καλή κατάσταση, να πλένονται, να ξεπλένονται και να απολυμαίνονται. ▪ Τα πιάτα, τα ποτήρια, τα φλιτζάνια, τα κουτάλια και τα πιρούνια να είναι καθαρά και στεγνά. Τα

Στάδιο Διαχείρισης Τροφίμου	Πιθανοί Κίνδυνοι	Παρακολούθηση και Μέτρα Ελέγχου
		<p>πιάτα πιάνονται από κάτω, τα ποτήρια από τη βάση, τα φλιτζάνια από τη λαβή και τα κουτάλια και τα πιρούνια από τη λαβή. Το ψωμί, το κέικ, τα κουλουράκια, τα μπισκότα και άλλα αρτοσκευάσματα σερβίρονται με τις ειδικές λαβίδες και όχι με τα χέρια.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Βλ. § 8. Σερβίρισμα τροφίμων



14. Βιβλιογραφία

- Εγχειρίδιο Βασικής Εκπαίδευσης στην Υγιεινή και στην Ασφάλεια των Τροφίμων, ΕΦΕΤ, Αθήνα 2004
- Οδηγός Υγιεινής “Για τα Σχολικά Κυλικεία”, ΕΦΕΤ, Αθήνα 2003
- ΦΕΚ 3758 / 25-10-2017 Ιατρικός έλεγχος προσωπικού, διατροφή και κανόνες υγιεινής και ασφάλειας των τροφίμων στους δημόσιους και ιδιωτικούς βρεφικούς, βρεφονηπιακούς και παιδικούς σταθμούς
- ΥΠΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΟΦΑΣΗ Υ1γ/Γ.Π/οικ 81025/ΦΕΚ Β 2135/29.8.2013 Κανόνες υγιεινής σχολικών κυλικείων, καντινών (σταθερών), χώρων εστίασης εντός των σχολείων και καθορισμός των προϊόντων που διατίθενται από αυτά εντός δημοσίων και ιδιωτικών σχολείων πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης
- Πρότυπο ΕΛΟΤ EN ISO 22000:2005 Συστήματα διαχείρισης της ασφάλειας τροφίμων – Απαιτήσεις για τους οργανισμούς της αλυσίδας τροφίμων
- Μικροβιολογία & Υγιεινή Τροφίμων – Θεωρία & Πράξη, 2013, Keweloh Heribert
- Μικροβιολογία & Υγιεινή Τροφίμων - Εισαγωγή στο μάθημα της Μικροβιολογίας και Υγιεινής Τροφίμων, Καθ. Χρυσάνθη Παπαδοπούλου, Λέκτ. Ηρακλής Σακκάς, 2014. Διαθέσιμο από τη δικτυακή διεύθυνση:
<http://ecourse.uoi.gr/course/view.php?id=1360>
- Μικροβιολογία και υγιεινή στην επαγγελματική εστίαση, 2010, Κυπαρισσίου Πάρις, 2010
- Focus on Enforcement Regulatory Reviews / Enforcement of Regulation in Small Food Manufacturing Businesses, January 2013

Ιστοσελίδες

<http://www.efet.gr>

<https://ec.europa.eu/food/>

<http://www.efsa.europa.eu/>

<http://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius>

<http://www.foodprotection.org>

<https://www.mygfsi.com>

<http://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius>

15. Παράρτημα: υποδείγματα – Έντυπα ελέγχου

ΔΕΙΓΜΑ	
ΑΠΟ (ονομ/νο παιδιού):	
Ημερομηνία:	Προϊόν:
Ζαχαροπλαστέιο (επωνυμία/διεύθυνση):	
Διατηρείται στην κατάψυξη σε αποστειρωμένο περιέκτη, για τουλάχιστον 3 ημέρες μετά την ημερομηνία σερβιρίσματος	
ΔΕΙΓΜΑ	
ΑΠΟ (ονομ/νο παιδιού):	
Ημερομηνία:	
Προϊόν:	
Διατηρείται στην κατάψυξη σε αποστειρωμένο περιέκτη, για τουλάχιστον 3 ημέρες μετά την ημερομηνία σερβιρίσματος	
ΔΕΙΓΜΑ	
ΑΠΟ (ονομ/νο παιδιού):	
Ημερομηνία:	
Προϊόντα:	
Διατηρείται στην κατάψυξη σε αποστειρωμένο περιέκτη, για τουλάχιστον 3 ημέρες μετά την ημερομηνία σερβιρίσματος	

ΜΕΤΡΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑΣ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ, ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ κλπ

Θερμομετρούμε **τουλάχιστον 1 φαγητό και 1 γλυκό** (κέικ, τσουρέκι, κρέμα κλπ), εφόσον παρασκευάζουμε γλυκά, **μία (1) φορά ανά εβδομάδα**. Οι θερμομετρήσεις είναι “κυλιόμενες” – εναλλασσόμενες ανά εβδομάδα, ώστε σε **μηνιαία βάση** να καλύπτουμε όλες της κατηγορίες.

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΩΡΑ	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΠΙΑΤΟΥ, ΣΤΑΔΙΟΥ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ/ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ κλπ	ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΟΥ ΤΡΟΦΙΜΟΥ (°C)	ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ - ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ
			20	
			Νοεμβρίου	
			2011	

ΕΛΕΓΧΟΣ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΟΥ

ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΟ	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ – ΑΠΟΚΛΙΣΗ	ΠΡΟΣΘΕΤΟΥΜΕ ή ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ

ΕΤΟΣ: ΜΗΝΑΣ:

ΜΗΝΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΙ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ & ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ

Εξοπλισμός, χώρος κλπ	Συχνότητα	Μέθοδος	Εβδομ. από έως	Εβδομ. από έως	Εβδομ. από έως	Εβδομ. από έως

ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΡΟΜΗΘΕΥΟΜΕΝΩΝ ΕΙΔΩΝ / ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΩΝ

ΠΡΟΜΗΘΕΥΟΜΕΝΑ ΕΙΔΗ	ΕΠΩΝΥΜΙΑ ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΗ	ΤΗΛΕΦΩΝΟ ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΗ
	ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ - ΘΡΑΚΗ	
	ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ	20 Νοεμβρίου 2011
	ΛΑΡΙΣΑ	
	ΑΘΗΝΑ	
	ΠΑΤΡΑ	
	ΚΡΗΤΗ	
	“Π.Ο.Σ.Ι.Π.Σ.”	