

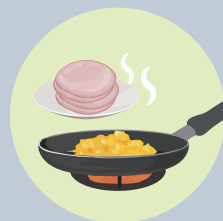
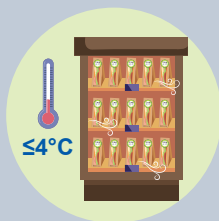
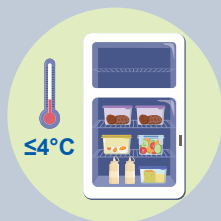
三文治

給食物業的食物安全指引



本指引重點

- 三文治屬高風險食物，原因是製作過程中通常需以人手處理，容易導致交叉污染。另外，三文治所用的配料容易變壞，稍一處理不當，便有機會被細菌污染。
- 食物處理人員應勤洗手，時刻保持雙手清潔，並且把生的配料與熟食或即食配料分開貯存及處理。
- 醬汁、餡料等容易變壞的食材在不使用時應存放於雪櫃內。
- 包裝好的三文治應盡快奉客，否則應冷存而非室溫展示。
- 如適用的話，食物應徹底煮熟。



引言及適用範圍

三文治屬高風險食物，原因是沙門氏菌及李斯特菌等致病菌可能存在於一些配料中，例如蛋、沙律醬／塗抹醬、凍食肉片及新鮮即食蔬菜，而處理及貯存不當更會令這些細菌滋生。此外，配製三文治時通常會以人手處理即食配料，人體皮膚上的致病菌（例如金黃葡萄球菌）及其他抗菌素耐藥性微生物（「超級細菌」）便可污染三文治。

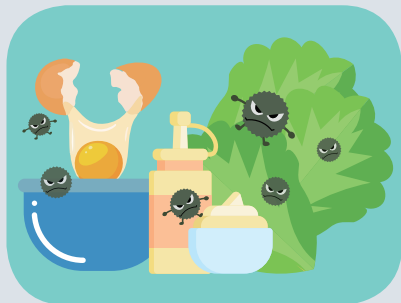
本指引是為配製、展示和售賣三文治的食物業界而編製，旨在協助業界在營運時推行「良好衛生規範」（Good Hygiene Practices，簡稱GHP）及適當的食物安全措施，以製作和供應安全衛生的三文治。

本指引並非法律文件，其使用純屬自願性質，但當中審視了一系列與「良好衛生規範」相關的重要指標，食物業經營者應考慮當中建議的最佳做法，以向消費者提供安全的食物。





製作三文治常見的 食物安全問題



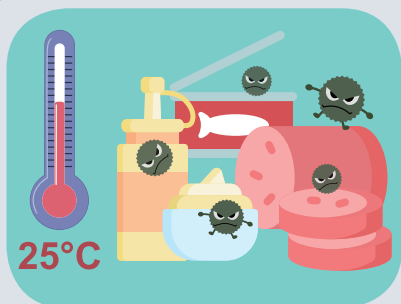
配料因欠徹底清洗或烹煮而受污染

- 未經巴士德消毒的生蛋沒有煮至攝氏 75 度以殺死致病菌，或在未經充分熱處理下用於製作塗抹醬
- 生的即食蔬菜在使用前未經徹底清洗



配製或包裝過程中食物受到交叉污染

- 食物處理人員在接觸生的配料後未有洗手或更換手套，便處理熟食或即食食物
- 使用相同的器具（例如刀和砧板）處理生的食物和即食配料或熟食



貯存溫度不當導致細菌滋生

- 沒有冷存易壞的即食配料，例如含蛋的沙律醬／塗抹醬、已開封的罐頭吞拿魚
- 在沒有冷凍下展示預先包裝的三文治

安全製作三文治

要配製安全的三文治，食物處理人員在日常運作時必須遵從「**食物安全五要點**」：



精明選擇：
選擇安全的原材料



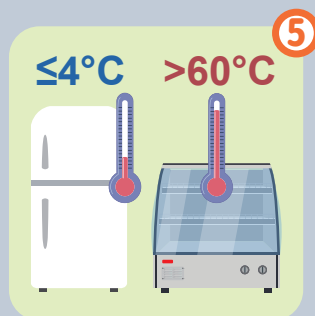
保持清潔：
保持雙手及用具清潔



生熟分開：
分開生熟食物



煮熟食物：
徹底煮熟食物



安全溫度：
把食物存放於安全溫度

採購及收貨

1

● 採購時應選擇：

- 來自認可及可靠來源的食材；
- 經巴士德消毒的蛋類及奶類製品（如適用者），例如以經巴士德消毒的蛋類製作的沙律醬／塗抹醬及用經巴士德消毒的奶類製成的芝士；
- 大小合適的罐頭，例如罐頭吞拿魚¹，以免開封後要存放太久。



● 收貨時應檢查食材以確保：

- 食材未過「此日期或之前食用」或「此日期前最佳」日期；
- 食材沒有任何受污染或包裝受損的跡象；
- 冷凍／冷藏（急凍）食材在運抵時的貯存溫度正確（例如冷藏（急凍）食物貯存在攝氏零下 18 度或以下；冷凍食物貯存在攝氏 4 度或以下），並且沒有曾置於不當溫度的跡象。



● 肉類、肉類製品、魚類、芝士、蛋類、沙律醬／塗抹醬及乳製品等高風險食物容易變壞和受到污染，收貨後應立即貯存：

- **冷凍食品**應貯存在**攝氏 4 度或以下**；
- **冷藏（急凍）食品**應貯存在**攝氏零下 18 度或以下**。

≤-18°C

≤4°C



生的食物

即食食物 / 熟食

● 可室溫貯存的食物應存放在陰涼乾燥的地方。

¹ 罐頭吞拿魚開封後如存放於室溫過久，可能會產生大量組胺，引致食物中毒。購買細罐裝的吞拿魚為較佳做法。

- 生的食物應與熟食或即食食物分開貯存，例如放在兩個不同的雪櫃內，或同一個雪櫃的上層貯存格只用作存放熟食或即食食物，以防止交叉污染。
- 預先包裝的即食食材在開封後要標示「此日期或之前食用」日期，尤其是需要冷存的食材。按照「先入先出」的原則使用存貨。
- 記錄棄置過期食材的情況。

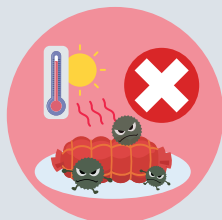
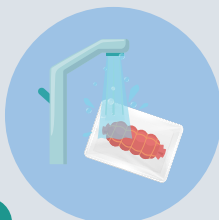
2 配製

在開始工作前，必須清潔及消毒所有配製食物的工作面，並且徹底洗手：

- 預先計劃製作三文治的時間或次序，以免容易變壞的配料存放在室溫下過久。
- 除非製造商說明可以直接烹煮，否則食物應完全解凍才烹煮：
 - 把冷藏（急凍）食物放在攝氏 4 度或以下的雪櫃、微波爐或流動自來水下解凍。
 - 冷藏（急凍）但無需烹煮即可食用的食物，例如凍食肉片和煙三文魚，應在雪櫃中解凍。
 - 盡快使用已解凍的食物。
 - 解凍後的配料不可在室溫下存放超過兩小時。



無需烹煮即可食用的食物



正確解凍方法

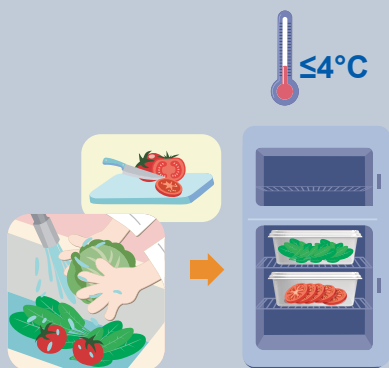
請勿在室溫下
解凍食物

- 所有設備和用具均須保持清潔及妥善保養。使用不同的用具、器皿及砧板來處理生的食物和熟食或即食食物，以減少交叉污染的機會。



處理即食新鮮蔬果

- 以流動自來水徹底洗淨所有生的即食新鮮蔬果，並盡可能在專用洗滌槽中清洗。按需要剝皮或修切蔬菜。
- 以清潔的蔬果刷洗刷青瓜及其他表面堅實的蔬果。
- 如使用消毒劑處理即食新鮮蔬果：
 - 消毒劑須為食品級別（food grade），並購自信譽良好的供應商；
 - 遵照製造商指示的濃度和接觸時間；以及
 - 監控消毒劑的濃度，以確保既有效又安全。
- 番茄、青瓜等新鮮蔬果切開後容易滋生細菌，須放入雪櫃貯存。



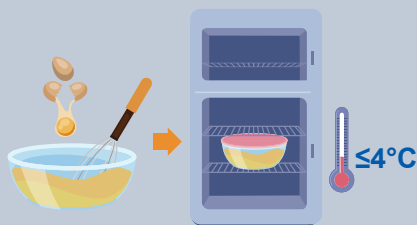
處理醬汁及餡料

- 所有三文治醬汁和餡料，尤其是沙律醬／塗抹醬、其他含蛋的醬汁和魚肉，在不使用時應貯存在攝氏4度或以下。在室溫下放置太久的醬汁和餡料會迅速滋生細菌。
- 預先包裝或罐頭食物開封後應按照製造商的指示貯存，並盡快用完。
- 於冷存前，將已開封罐頭內的食物轉至乾淨的有蓋容器中。
- 避免過早製備自製的醬汁及餡料，並應即日用完。



製作混合蛋漿

- 生蛋可能含有沙門氏菌。製作混合蛋漿時，如有一隻蛋含菌，便會污染整盤蛋漿。為了降低微生物風險，應採取下列措施：
 - 盡可能在消費者下單後，才製作足夠分量的混合蛋漿作即時之用。
 - 預先編訂製作時間表，避免過早製備過多混合蛋漿。
 - 備用的混合蛋漿應以有蓋容器貯存在雪櫃內，使用時只取出所需分量。
 - 混合蛋漿應即日用完，不要添加新蛋。
 - 混合蛋漿應徹底煮熟至中心溫度達攝氏 75 度，或經同等的熱處理。
- 混合蛋漿煮熟後如稍後才食用，熱食應保持在攝氏 60 度以上，凍食則保持在攝氏 4 度或以下。



即日用完

更多有關安全製備雞蛋和蛋製品（例如蛋黃醬）的詳情，請掃描二維碼：



烹煮及翻熱

- 需烹煮或翻熱的配料（例如蛋、煙肉、香腸、雞肉及牛肉）必須徹底煮熟或翻熱，食物中心溫度須達攝氏 75 度或以上最少 30 秒。
- 煮熟的食材不應在室溫下放置太久，所以要計劃好製作時間，避免過早烹製食材。

包裝

- 製作三文治的櫃格上只存放所需分量的餡料 / 配料。餡料應蓋好並貯存在攝氏 4 度或以下。
- 三文治配製後應立即冷存。
- 所有預先包裝的三文治應加上標籤列明「此日期或之前食用」日期、貯存方法等資料²。

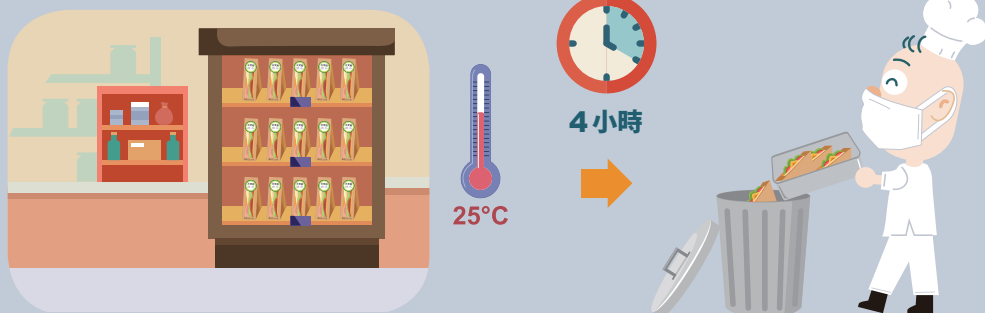
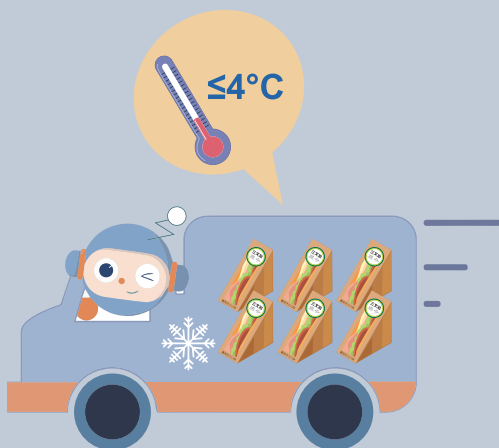


² 詳情請參閱《食物及藥物（成分組合及標籤）規例》（第132W章）。

運送、分發和展示

3

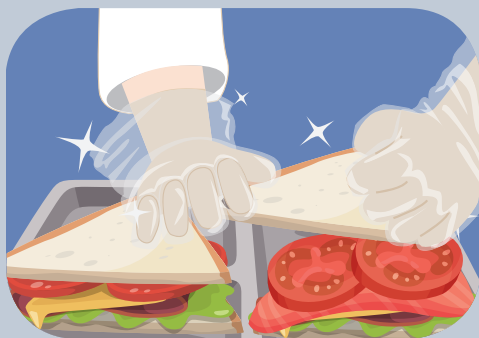
- 在攝氏 4 度或以下妥善運送、分發和展示三文治。
- 運送、分發和展示三文治的設備應盡可能設有準確可靠的溫度控制及監測儀器，並每天量度及記錄溫度兩次。
- 按照「先入先出」的原則分發和售賣三文治。
- 如選擇在室溫下展示三文治，展示時間不應超過 4 小時，當中須計及在攝氏 4 度至 60 度下運送、貯存或配製三文治的全部時間。
- 可採用識別系統（例如不同顏色的圓點時限貼紙）來標示三文治的展示時限（即「展示至」），以防止三文治展示時間過長，特別是在室溫下展示三文治。在指定時間內仍未售出的三文治，即須丟棄。
- 應確保售賣三文治的零售店鋪設有適當及足夠的冷存設備。如貯存和展示空間有限，應只接收 / 配製適量的三文治，並貯存或展示在攝氏 4 度或以下。



4 個人衛生

時刻保持良好個人衛生習慣，包括：

- 在處理食物前後（尤其是接觸生的食物後）或如廁後，以流動清水和視液徹底清洗雙手 20 秒。
- 如有外露的傷口，應貼上鮮色防水膠布或戴上手套。
- 適當使用手套或工具（例如食物鉗），可以避免徒手接觸食物。在接觸過生的食材後，應更換手套或工具，並徹底清洗雙手，才處理熟食或即食食物。
- 處理食物時不應使用手提電話。如需要使用，用後應徹底洗手。
- 如染上或懷疑染上傳染病或出現腹瀉、嘔吐、發燒、喉嚨痛及腹痛等病徵，應暫停處理食物。



向消費者作出食用忠告

如三文治含有生或未煮熟的配料（例如煙三文魚、以生蛋製成的蛋黃醬），應讓消費者知悉進食生或未煮熟食物的風險。在合適情況下，業界可在菜單展示板、小冊子、指示牌、食品標籤及標語牌上作出食用忠告。



食用忠告示例如下：

食用生或未煮熟的食物，可增加患上食源性疾病的風險，尤其是孕婦、嬰幼兒、長者和免疫力弱人士。



提供致敏物資訊

法例規定食物業界在製備預先包裝食物時，須提供有關食物中所含致敏物的準確資訊。三文治中常見的食物致敏物包括但不限於：蛋類、魚類、麩質（源自麵包）、奶類（源自乳製品）及花生（源自塗抹醬）等。



如生產預先包裝的三文治，食物業界可以各種方式在包裝上提供致敏物資訊。

本中心的標籤指引詳細說明了有關致敏物資訊的標籤規定，詳情請掃描二維碼：

