



# 盆菜食物安全講座

食物安全資料

二零零五年十一月至二零零六年二月



## 內容

1. 「食物安全計劃」資料
2. 盆菜—
  - 食物安全問題
  - 主要致病原
  - 食物中毒原因
  - 預防措施
3. 其他潛在的食物安全問題
4. 如何清洗雙手

## 附加資料

主要病菌的資料

盆菜宴檢查清單

# 食物安全計劃簡介



## 食物安全計劃

近年甚受香港市民歡迎的盆菜，是一種極具本地特色的菜肴。由於盆菜的材料種類很多，製作工序繁複，製作時間也較長，從業員在製造盆菜時如沒有注意食物安全，便可能引致食物中毒事故的發生。

為了協助業界供應安全的盆菜，本署特別製備此課程資料，為大家分析製造盆菜的風險及應採取的預防措施。本資料內容包括：

### 食物安全計劃簡介 –

- 食物安全計劃的優點
- 建立食物安全計劃的基本步驟

### 供應安全盆菜的資料 –

- 食物安全問題
- 常見的致病原
- 引致中毒的原因
- 預防措施



## 食物安全計劃的優點

近年，國際間已達成共識，認為「食物安全重點控制」系統(HACCP)可有效地確保食物安全。因此，世界各地許多食品製造公司都已採用此系統。



以下為大家介紹一個根據「食物安全重點控制」系統的原則來擬訂的「食物安全計劃」。

### 食物安全計劃具有以下優點：

- ✚ 能有效地預防問題發生
- ✚ 可保護消費者的健康及保障食肆的聲譽
- ✚ 加強消費者對食品安全的信心
- ✚ 長遠來說，有助降低生產成本





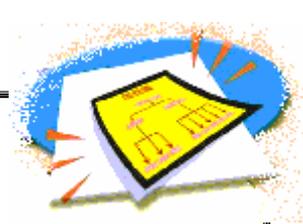
## 建立食物安全計劃的基本步驟

### 第一步：規劃

#### 成立「食物安全計劃」小組

- 
- ▶ 由 1 至 5 個員工組成
    - ◇ 成員須具備食物安全知識
    - 和認識其製造的食物及製作流程
  - ▶ 小組應有足夠的權力和資源

### 第二步：製作食物流程圖

- 
- 列出由選購原材料至製成食物的每個步驟
  - 不同的經營方式會有不同的流程圖

## 第三步：建立食物安全計劃

### 六個元素

- (一) 在每個製作步驟列出可能發生的問題
- (二) 再寫出解決問題的方法
- (三) 建立監察程序
- (四) 建立矯正程序
- (五) 保存有關紀錄
- (六) 檢查及檢討



只要在製造食物過程中適當地採納上述的元素，再配合一些基本的衛生工作（例如清潔及消毒、個人衛生、防治蟲鼠、廢物處理和員工訓練等），便能有效地預防食物出現問題，確保食物安全。

\* 有關詳情請參閱「如何推行食物安全計劃」小冊子。

如欲索取本小冊子，可在本署網頁  
[www.fehd.gov.hk](http://www.fehd.gov.hk) 下載，或前往本署傳達資源小組索取。電話：  
2381 6096





## 其它參考網址：

### 「食物安全重點控制」系統(HACCP)

美國：[www.cfsan.fda.gov/~lrd/haccp.html](http://www.cfsan.fda.gov/~lrd/haccp.html)

[www.fsis.usda.gov/Science/Hazard\\_Analysis\\_&\\_Pathogen\\_Reduction/index.asp](http://www.fsis.usda.gov/Science/Hazard_Analysis_&_Pathogen_Reduction/index.asp)

加拿大：[www.inspection.gc.ca/english/fssa/polstrat/haccp/haccpe.shtml](http://www.inspection.gc.ca/english/fssa/polstrat/haccp/haccpe.shtml)

### 食品法典委員會：

[www.fao.org/documents/show\\_cdr.asp?url\\_file=/DOCREP/005/Y1579E/Y1579E00.HTM](http://www.fao.org/documents/show_cdr.asp?url_file=/DOCREP/005/Y1579E/Y1579E00.HTM)

[www.fao.org/es/ESN/food/quality\\_haccp\\_en.stm](http://www.fao.org/es/ESN/food/quality_haccp_en.stm)

### 食物安全計劃(Food Safety Program/Plan)

香港：[www.fehd.gov.hk/safefood/food\\_safety\\_plan/industry-safec.html](http://www.fehd.gov.hk/safefood/food_safety_plan/industry-safec.html)

澳洲：[www.health.vic.gov.au/foodsafety/templates.htm](http://www.health.vic.gov.au/foodsafety/templates.htm)

[www.foodsmart.vic.gov.au/login.php4](http://www.foodsmart.vic.gov.au/login.php4)

英國：[archive.food.gov.uk/dept\\_health/pdf/catsec.pdf](http://archive.food.gov.uk/dept_health/pdf/catsec.pdf)

美國：[vm.cfsan.fda.gov/~dms/hret-toc.html](http://vm.cfsan.fda.gov/~dms/hret-toc.html)

### 一般食物安全／衛生

香港：[http://www.fehd.gov.hk/publications/code/code\\_indexc.htm](http://www.fehd.gov.hk/publications/code/code_indexc.htm)

美國：<http://www.cfsan.fda.gov/~dms/foodcode.html>

### 澳洲：

<http://www.foodstandards.gov.au/mediareleasespublications/publications/safefoodaustralia2nd519.cfm>

盆菜  
之  
食物安全問題



## 盆菜 - 食物安全問題

### 1. 未有徹底煮熟食物

很多食物原材料可能受病原體所污染。例如鮮蠔、貝類等海產，雞、鴨等家禽等，本身容易受海水中或體內的病原體污染。如果海產沒有被完全煮熟，消滅病原體，就會引致食物中毒。因此，要確保食物安全，食物必須徹底煮熟，方可進食。

### 2. 過早烹煮食物，增加受交叉污染的機會

過早烹煮食物，會增加熟食因不恰當儲存而受污染的機會。因此，食物最好在使用前才烹煮，要在烹煮後蓋好並保持在攝氏 60 度或以上。如果需要預先準備熟食材料，可以：

- (一) 利用速涼設施(或其它方法)將食物加快冷卻；
- (二) 製作盆菜當日將食物徹底翻滾；

把交叉污染和細菌繁殖的機會減至最低。

## 盆菜 - 食物安全問題

### 3. 煮熟了的食物在室溫下存放過久

高危的熟食(如：熟肉)在室溫或在攝氏 4 至 60 度下存放過久，細菌會大量繁殖，便可能引致食物中毒。因此，熟食應存放在攝氏 4 度以下或攝氏 60 度以上。

### 4. 熟食在烹煮後仍需經人手和器具多番接觸，易受污染

要留意製造「熟食」(例如白切雞、鼓油雞等)的工序流程。如在選擇這些供應商時，應小心視察他們的工場，確保所提供的「熟食」或「即食食物」是在安全及衛生的情況下生產。要特別留意處理即食食物的環境、器具、員工和處理的程序，減少污染的機會。



## 盆菜 - 食物安全問題

### 5. 未能保持做好的盆菜溫度在攝氏 60 度或以上

即已做好的盆菜沒有熱存。這個食物安全問題主要由二個原因造成：

- (一) 過早將盆菜做好；及
- (二) 盆菜在食用前，被存放在不當的溫度(攝氏 4 至 60 度)下過久。例如在運送盆菜期間和在客人提取盆菜後。

### 6. 進食盆菜前，翻熱溫度不夠

在進食盆菜前，要把盆菜徹底翻熱至攝氏 75 度或以上，把細菌重新繁殖的機會減低。



## 盆菜 - 食物安全問題

### 7. 短時間內準備太多食物，設備及人手不足。

製造盆菜前，要評估自己生產能力。當中包括人力（例如：員工人數、員工對製造食物的認識、員工對食物衛生和安全的認識及承擔等）及物力（例如：足夠的烹煮、冷卻、冷凍及保溫等工具）。

供應商若沒有評估自己的生產能力（或高估自己的生產能力），以上的食物安全問題（即沒有嚴格篩選食物原料供應商、未有徹底煮熟食物、熱存的溫度不正確、已煮熟的食物受污染、冷卻的時間太長）便可能隨時會發生。

盆菜中的致病原  
及  
引致中毒的原因

## 盆菜中的致病原

在香港，盆菜中的致病原  
有：



副溶血性孤菌

金黃葡萄球菌

諾沃克類病毒

沙門氏菌

\*有關這些病菌的資料，請看附頁。

## 其他致病原

甲型肝炎病毒

(人是帶菌者)



# 盆菜 - 食物中毒原因

因進食盆菜而引致食物中毒的原因，大致可歸納為兩大類：(1) 盆菜食物在製造過程中受病菌污染及 (2) 病菌在盆菜食物中不斷生長。

## 食物受病菌污染

原料已受污染  
(熟食更為危險)

- 鮮蠔
- 白切雞
- 豉油雞

交叉污染

- 食物污染食物 (未煮的原料污染已煮好的食物)
- 員工污染食物
- 用具污染食物

員工染病 / 帶菌

食物沒有完全被煮熟

- 致病原沒有被完全消滅

## 病菌在盆菜中生長

在室溫下冷卻時間太長

- 煮熟的食物整夜被放在室溫下

食物存放在「危險溫度範圍」\*下過久

熱存 / 冷存的溫度不適當\*\*

\*危險溫度範圍：食物不應存放在 4°C 至 60°C 之間

\*\*正確的貯存溫度：

冷吃食物放在 4°C 或以下

熱吃食物放在 60°C 或以上

盆菜

之

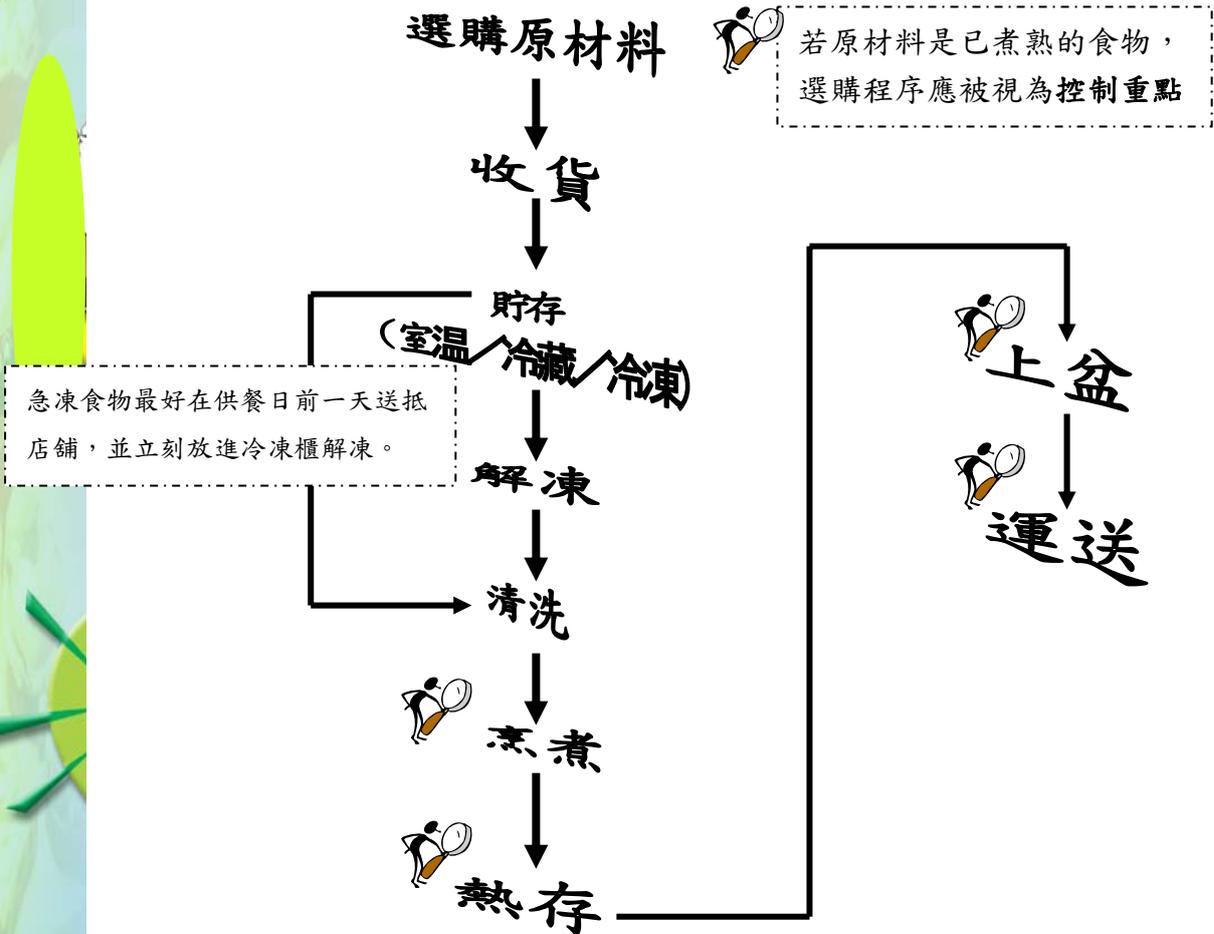
預防食物中毒的措施

## 預防食物中毒的措施

大家可根據引致食物中毒的兩大原因分析在製作流程中可能出現的問題，並制訂有關預防措施來防止問題出現。

- 預防食物受污染（特別是「已煮熟」或「即食」的食物）
- 預防病菌生長

## 盆菜製作流程



控制重點

註：不同工場、不同流程會有不同的控制重點



你應根據貴公司實際情況訂立預防措施  
(以下的措施只供參考之用)

步驟	預防措施
選購	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 只向信譽良好及可靠的供應商購貨</li> <li>▶ 訂明運送貨物時的溫度(例：冷凍食物的溫度須保持在 4°C 或以下)</li> <li>▶ 選用較安全的原材料</li> </ul>
收貨	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 檢查運送車輛的衛生情況</li> <li>▶ 檢查原料狀況</li> <li>▶ 檢查包裝</li> <li>▶ 原料沒有超過保質期，即「此日期前食用」或「此日期前最佳」</li> <li>▶ 原料到達時的溫度：冷凍食物須保持在 4°C 或以下，冷藏食物必須完全在凍結狀態</li> <li>▶ 立即(例如 10 分鐘內)貯存冷凍／冷藏食物在 4°C / -18°C 或以下</li> <li>▶ 冷藏食物應放在冷凍櫃內解凍，以待來日取用</li> </ul>
貯存 (冷藏／ 冷凍)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 已製成的食物及未煮的原料須分開貯存</li> <li>▶ 遮蓋 / 包裹原料</li> <li>▶ 確保包裝完好</li> <li>▶ 避免原料存放的時間過長(採用先入先出存放法)</li> <li>▶ 定時監察冷藏／冷凍櫃的溫度</li> <li>▶ 貯存原料的範圍要清潔衛生</li> </ul>
解凍	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 放入攝氏八度或以下的冷凍櫃解凍</li> <li>▶ 食物經防水包裝後，置放清涼及流動的自來水中解凍</li> <li>▶ 冷藏食物在烹煮前必須完全被解凍</li> <li>▶ 若不是立刻烹煮，已解凍的原料應擺放在冷凍櫃內(攝氏四度或以下)</li> </ul>



## 控制重點 ➤ 預防措施

<b>選購</b> (已煮熟的 原材料)	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 只向信譽良好及可靠的供應商購貨</li><li>➤ 實地觀察製造原材料(例如：白切雞)的情況，確保製造過程是既安全又衛生的</li><li>➤ 留意及確保製造過程中的所有控制重點已得到適當的監控</li><li>➤ 清楚訂明送貨時的條件。例如食物必需蓋好，冷凍食物的溫度須保持在 4°C 或以下</li></ul>
<b>烹煮</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 盡量在供盆菜當日才開始烹煮所有食物，包括腩肉、燒味等</li><li>➤ 烹煮時，食物的中心溫度須達攝氏 75 度或以上</li><li>➤ 要格外小心處理烹煮後要人手加工的食物，例如：白切雞、燒鴨，以免受到污染。</li></ul>
<b>熱存、 上盆</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 避免過早烹煮食物</li><li>➤ 食物煮熟後，應盡快上盆。否則要把材料保持在攝氏 60 度或以上。</li><li>➤ 在嚴格控制的衛生情況下(包括員工及器具)將食物上盆，避免交叉污染</li><li>➤ 如未能即時上盆的熟食，應使用保溫設備(如：擺放在熱櫃內)，把食物保持在攝氏 60 度以上。</li></ul>
<b>熱存</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 利用熱櫃、蒸爐、保溫箱等將盆菜保持在攝氏 60 度以上</li></ul>
<b>運送</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 利用保溫箱或其他有效方法將盆菜保持在攝氏 60 度或以上</li></ul>

註：在製造盆菜的過程中，使用溫度計來檢查及紀錄食物的溫度是一個良好的做法。你可考慮在食物烹煮、熱存、速冷、翻熱或當盆菜送抵客人時探測食物的溫度。

# 其他潛在的食物安全問題



## 貝類及其他海產

由於海產易受海水中的致病原污染，因此海產要徹底煮熟方可食用。

製作盆菜時需特別留意鮮蠔等貝類海產須煮熟，因為其生長環境(河口、近岸)和覓食方式(過濾海水中的食物)，令貝類食物比較容易受污染。



## 燒味

燒味(特別是豉油雞、白切雞等)在煮熟後要再經人手斬切處理。如果控制不當，使增加與人、器具或生食交叉污染的機會。

# 如何清洗雙手

# 如何清洗雙手

(員工訓練材料)

「洗手是唯一最有效的措施  
來防止散播細菌／病毒和預防食物中毒」

美國疾病控制及預防中心

## 洗手洗得有道理

食物業從業員在處理食物過程中，往往會忽略了良好個人衛生習慣的重要性。要減低在食物製造過程污染食物的機會，養成良好的個人衛生習慣是非常重要的。清潔雙手看似非常容易，其實過程中亦有很多值得留意的地方，大家不妨參考一下以下的建議：

# 應如何清潔雙手？

1



用溫水把手弄濕



2



使用肥皂液



3



雙手互相搓擦 20 秒

(徹底洗淨前臂、手腕、手掌、手背、手指及指甲邊等)



可用指甲刷協助清潔指甲邊，但應注意保持指甲刷清潔衛生。



4



徹底沖洗雙手



5



用抹手紙抹乾雙手

(抹手紙可再用來關掉水源)



6



用抹手紙包裹著水龍頭來關掉水源

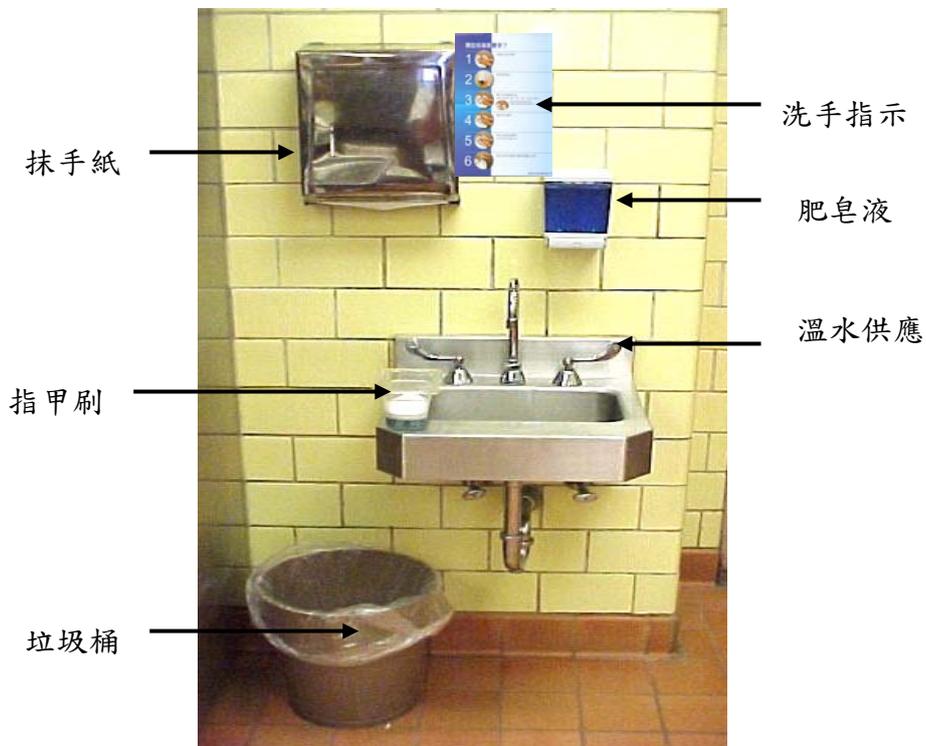
## 洗手設施及設備比較

溫水供應	<p>雖然用溫水或凍水洗手對除菌功效並不會有太大分別，但我們還是建議大家用溫水洗手。原因其實很簡單——就是令大家可以舒舒服服地洗手。試問在冬天的時候，誰會願意用冷冰冰的水洗手呢！此外，用溫水洗手有助去除部分油污。至於水溫方面，宜大約在攝氏 40 度左右。</p>
消毒肥皂和普通肥皂的比較	<p>消毒肥皂有可能比普通肥皂更有效地去除手上的細菌，不過由於其藥性關係，消毒肥皂較容易對皮膚造成傷害，例如引致皮膚過乾及變紅。有見及此，我們認為使用消毒肥皂或普通肥皂並非最重要；最重要的還是要用正確的方法及在適當的時候徹底地清潔雙手。</p>
洗手 20 秒	<p>洗手時間越長，去除細菌的功效便越顯著（最重要是<b>摩擦力</b>）。因此我們建議從業員洗手 20 秒才足夠。要知道 20 秒是多長時間呢？原來唱兩次生日快樂歌就差不多需時 20 秒，大家不妨試一試！</p>
使用指甲刷	<p>洗手時，可使用指甲刷協助清潔指甲邊。但應注意保持指甲刷清潔衛生。</p>
抹手紙和乾風機的比較	<p>（註：抹乾了的手在散播細菌方面的機會較低。）</p> <p>(1)抹手紙很快將雙手徹底弄乾。此外，在用(2)抹手紙抹手時所產生的摩擦力能進一步去除手上的細菌，(3)抹手紙在抹乾</p>

手後更可再用來關掉水源及扭動門柄，以加強保護已清潔的手。

## 員工用廁所

員工用的廁所要跟客人用的分開，也要遠離食物配製範圍；但員工仍可從工作的地方很快到達。如果員工沒有專用廁所，他們一定要在廁所內洗手。當返回工作地點時，要再洗一次，以保衛生。恰當的洗手設備應如下圖：



## 正確地用手套

防止食物受污染的最可靠和有效的措施是

**徹底洗淨雙手**

徹底洗淨雙手後，再戴上手套，可減低傳播細菌的機會。

以下是一些正確使用手套的建議：

✓ 選用供處理食物使用及大小適中的手套。

✓ 戴手套前及脫去手套後，都要徹底洗淨及抹乾雙手。



✓ 處理即食食物前，最好戴上手套。

✓ 在轉換或離開工作崗位時，記緊更換手套及將用過的手套立刻棄掉。



✓ 工作期間要經常更換手套（例如每半／一小時更換一次）。因為汗水和細菌會在皮膚和手套間不斷增加。

## 附加資料

常見病菌的資料  
盆菜宴檢查清單

## 盆菜中較常見的致病菌

### (1) 副溶血性弧菌

潛伏期：大約是 4 至 30 小時（通常是 12 至 24 小時）。

主要徵狀：嘔吐、腹痛及肚瀉。有時會出現輕微發燒徵狀。

來源：海洋環境及海產食物。

生長條件：

	最理想	範圍
溫度(°C)	37	5-43
酸鹼度(pH)	7.8-8.6	4.8-11
氧氣濃度	含氧環境	含氧至缺氧環境
鹽分(%)	3	0.5-10

進入食物的途徑：

1. 食用未完全煮熟或生吃受污染的海產。
2. 煮熟的食物受到交叉污染。

常牽涉的食物：

1. 海產食物，特別是未完全煮熟或生吃的蠔和蜆。
2. 一些食物在烹煮後受到污染，再經過一段時間存放在危險溫度範圍內食物（危險溫度範圍為 4 至 60 度）。

特性：

1. 徹底煮熟食物，可有效把這種細菌消滅。

2. 廣範存在於世界各地的近岸海水中。
3. 該細菌在危險溫度範圍(攝氏 4 至 60 度，尤其在攝氏 37 度)能快速繁殖。

**防止感染，要注意以下數點：**

1. 食物要徹底煮熟。
2. 在不同的地方處理生的食物（特別是未煮的海產）和已煮熟的食物。
3. 將生熟食物（特別是生海產），分開放置及貯存。

## (2) 諾沃克類病毒

**潛伏期：**通常是大約 24 至 48 小時（可由 10 至 50 小時）。

**主要徵狀：**一般是較輕微及短暫的腸道疾病。病徵可以包括噁心、嘔吐、肚瀉及腹部痙攣。

**來源：**人類是唯一已知的宿主。

**生長條件：**在人類的食道生長。在人體外雖能存活但不能繁殖。

**進入食物的途徑：**

1. 食用在出產地已受污染的食物。例如：在污水區捕獲的貝類，或用受污染灌溉水種植的蔬菜。生、未經煮熟或未完全煮熟的食物風險特別高。
2. 食物受帶菌者污染。
3. 熟食被帶病毒的食物或人交叉污染。

**常牽涉的食物：**

1. 海產食物，特別是未完全煮熟或生吃的蠔、蜆。
2. 生吃的蔬菜(如：沙律)受到污染。
3. 食物在烹煮後受到污染。

**特性：**

1. 存在於受人類排泄物污染的水中。
2. 食物可能經受感染人士的糞便、嘔吐物、飛沫，經食物、器具和呼吸等途徑傳染。
3. 急凍不能把它消滅。

**防止感染，要注意以下數點：**

1. 員工要有及保持高度的食物衛生水平及知識。有腸道疾病徵狀的員工不應處理食物。
2. 向可靠及信譽良好的供應商採購材料。
3. 食物要徹底煮熟。
4. 生吃的蔬菜(如：沙律)要徹底洗淨及包好。
5. 在不同的地方處理生的食物（特別是未煮的海產）和已煮熟的食物。

6. 將生熟食物蓋好，分開放置及貯存。

### (3) 金黃葡萄球菌

潛伏期：大約是1至7小時（通常是2至4小時）。

主要徵狀：嘔吐、腹痛及肚瀉。

來源：鼻孔、喉嚨、皮膚、頭髮、傷口瘡及發炎點。百分之五十的人是帶菌者。

生長條件：

	細胞生長		生產毒素	
	最理想	範圍	最理想	範圍
溫度(°C)	37	7-48	40-45	10-48
酸鹼度(pH)	6-7	4-10	7-8	4.5-9.6
氧氣濃度	含氧環境	含氧至缺氧環境	含氧環境	含氧至缺氧環境

進入食物的途徑：

1. 傷口、瘡或癬。
2. 咳嗽或打噴嚏或流鼻水時產生的噴霧和水點。
3. 受污染的用具。

常牽涉的食物：

1. 一些要經人手多重處理的冷吃。如冷盤中的肉、沙律（雞蛋、吞拿魚、雞肉、薯仔、通心粉）、三文治、乳和乳制成品、手捲肉餡等。
2. 一些食物在烹煮後受了污染，再經過一段時間存放在危險溫度範圍內食物（如豉油雞、白切雞等燒味、滷味）（危險溫度範圍：4至60度，在20至45度範圍內尤其危險）。

特性：

1. 在沸水溫度下迅速死亡。
2. 高溫不能消滅它們產生的毒素。人進食了含毒素的食物，可能會中毒。
3. 能在水份低和高鹽度的食物(例如火腿、雲腿、醃肉等)中生長。

**防止感染，要注意以下數點：**

1. 員工要有及保持高度的食物衛生水平及知識。
2. 儘量避免直接用手接觸已煮熟的食物。如要處理熟食（或其它即食食物）時，一定要用器具(如匙、鉗、筷子等)來處理。
3. 儘量將食物儲存於低溫（攝氏4度或之下）環境，防止金黃葡萄球菌生長及繁殖。

## (4) 沙門氏菌

**潛伏期：**大約八至 72 小時。

**主要症狀：**腹痛、頭痛、作悶、嘔吐、發燒及肚瀉。

**來源：**禽、畜、野生動物及人類（腸臟內）。

**進入食物的途徑：**

1. 病菌在禽畜的表面傳到熟食上（交叉污染）。
2. 從業員可能是帶菌者。如果他們如廁後沒有適當地清洗雙手，就可能將沙門氏菌傳至食物中。

**常牽涉的食物：**

1. 家畜或家畜及其產品
2. 肉類及肉類產品
3. 奶、有殼蛋

**特性：**

在高溫下迅速死亡。

**防止感染，要注意以下數點：**

1. 將食物徹底煮熟。
2. 在不同的地方處理生的食物（特別是未煮的生肉）和已煮熟的食物。
3. 將生熟食物（特別是生肉），分開放置及貯存。
4. 如廁、處理生肉後，要徹底清洗雙手。

## 盆菜宴 檢查清單\*

日期：\_\_\_\_\_

### 食物製造

步驟	監控標準	是	否	不適用	備註
收貨	收貨後，立即檢查送來的食物及物料				
	<b>適當地貯存所有食物及物料</b>				
	冷凍及冷藏食品運來時的溫度是適當的				
冷存設施及溫度控制	採用先入先出的方法				
	食物受到保護避免受污染				特別是散裝食物
	保持適當的溫度： 冷凍櫃在攝氏四度或以下及冷藏庫在攝氏零下 18 度或以下				冷凍櫃的溫度: _____ 冷藏櫃的溫度: _____
	熟的食物存放在生的食物之上，並最好把生熟食物存放在不同的冷凍或冷藏櫃				注意冷凍及冷藏櫃的整潔，預留空間貯存盆菜的食物原料。
處理食物	<b>避免過早處理食物</b>				
	在冷凍櫃中或在清涼及流動的自來水中解凍冷藏食物				
	冷凍食物存放在攝氏四度或以下及熱的食物在攝氏 60 度或以上				用溫度計量度
	二套刀及砧板來斬切熟及未煮的食物				
熱存	<b>食物熱存的溫度為攝氏 60 度或以上</b>				用溫度計量度
	<b>保護食物免受污染</b>				
運送	<b>運送食物的容器是已遮蓋</b>				
	運送車輛清潔				如可行，請檢查車輛
翻熱	<b>食物需加熱至中心溫度為攝氏 75 度或以上。</b>				用溫度計量度

**注意：在任何情況下，煮熟後的食物不應放在室溫下超過兩小時。**

\* 此檢查清單謹作參考之用。使用清單時需按實際情況增減內容。