

Recapitulare – Ziua 1

- Toate unitățile de servicii alimentare trebuie să aibă o autorizație valabilă la zi eliberată de Departamentul de Sănătate al orașului New York (New York City Health Department).
- Inspectorii sanitari au dreptul de a inspecta orice unitate funcțională de servicii alimentare sau de prelucrare a produselor alimentare. Inspectorilor trebuie să li se permită accesul la toate zonele unității în timpul unei inspecții.
- Conform Codului sanitar al orașului New York (New York City Health Code), directorii tuturor unităților de servicii alimentare trebuie să dețină un Certificat de protecție alimentară.
- *Produce alimentară* înseamnă orice substanță comestibilă, gheață, băutură sau ingredient utilizat sau comercializat pentru consumul uman.
- Produse alimentare potențial periculoase (Potentially Hazardous Foods, PHF) înseamnă produse alimentare care favorizează proliferarea rapidă a microorganismelor.
- Exemplele de PHF includ toate tipurile de carne crudă sau preparată, carnea de pasăre, laptele și produsele lactate, peștele, crustaceele, tofu, orezul preparat, pastele, fasolea, cartofii și usturoiul în ulei.
- Intervalul de temperatură periculos este **41°F (5°C) – 140°F (60°C)**. În acest interval, majoritatea microorganismelor periculoase se reproduc rapid.
- Cele trei tipuri de termometre care pot fi utilizate pentru măsurarea temperaturii alimentelor sunt: **cele cu tijă bimetalică** (interval de la 0°F [-17,7°C] la 220°F [104,4°C]), **cele cu termocuplu** și **cele cu termistor** (digitale). *Utilizarea termometrelor din sticlă într-o unitate de servicii alimentare este interzisă prin lege.*
- Carnea inspectată de Departamentul Agriculturii din SUA (United States Department of Agriculture, USDA) trebuie să aibă o **ștampilă de inspecție USDA**.
- Peștele afumat trebuie să fie păstrat **la o temperatură de cel mult 38°F (3,3°C)** pentru a preveni proliferarea bacteriilor *Clostridium botulinum*.
- Crustaceele trebuie recepționate cu **etichetele speciale pentru crustacee**. Aceste etichete trebuie păstrate la dosar timp de cel puțin **90 de zile** de la utilizarea produsului.
- Laptele și produsele lactate trebuie să fie pasteurizate, cu perioade de valabilitate pentru comercializare de 9 zile, sau ultra-pasteurizate, cu perioade de valabilitate pentru comercializare de 45 de zile.

- Toate fructele și legumele servite crude trebuie spălate bine înainte de a fi servite.
- Toate produsele alimentare comerciale ambalate în atmosferă modificată trebuie să fie utilizate în conformitate cu specificațiile producătorului.
- Ambalarea în vid a oricărui produs alimentar într-o unitate alimentară de comerț cu amănuntul este interzisă prin lege, cu excepția cazului în care se obține o autorizație specială din partea Departamentului de Sănătate al orașului New York.
- FIFO înseamnă **First In First Out** (Primul intrat, primul ieșit). Primul pas în implementarea metodei FIFO este datarea produselor.
- Codul sanitar al orașului New York prevede ca toate alimentele să fie depozitate la cel puțin **6 inch (15,2 cm)** deasupra podelei.
- Pentru a preveni **contaminarea încrucișată**, produsele alimentare crude din frigider trebuie depozitate **sub** produsele alimentare gătite.
- Temperaturile scăzute încetinesc proliferarea microorganismelor.
- Toate produsele alimentare reci trebuie păstrate la o temperatură de cel mult 41°F (5°C) (cu excepția peștelui afumat, care trebuie păstrat la cel mult 38°F (3,3°C)) în permanență.
- Păstrați spațiile de depozitare uscate bine luminate și ventilate.
- Nu păstrați niciodată alimente sub conductele de ape uzate.
- Alimentele depozitate trebuie păstrate acoperite și în recipiente rezistente la dăunători.
- Gheața destinată consumului uman nu poate fi utilizată pentru depozitarea conservelor, sticlelor sau altor produse alimentare.
- Atunci când produsele alimentare sunt depozitate direct în gheață, apa provenită de la gheața respectivă trebuie scursă constant.
- Posterul „First Aid Choking” (Prim ajutor în caz de asfixiere) trebuie afișat într-un loc vizibil (la vedere) în fiecare zonă destinată consumului de alimente.
- Unitățile de servicii alimentare care servesc băuturi alcoolice trebuie să afișeze semnul „Alcohol and Pregnancy Warning” (Avertisment privind consumul de alcool în timpul sarcinii).
- Semnul „Wash Hands” (Spălați-vă pe mâini) trebuie afișat lângă toate chiuvetele pentru spălarea mâinilor.
- Semnele „No Smoking” (Fumatul interzis) trebuie afișate în toate spațiile fiecărei unități.

Recapitulare – Ziua 2

- Există trei tipuri principale de pericole la adresa sănătății noastre: *fizice, chimice și biologice*.
- Prezența unui obiect străin (de exemplu, fragmente de sticlă, bucăți de metal) într-un produs alimentar este considerată un pericol fizic.
- Prezența unor substanțe chimice nocive (de exemplu, pesticide, agenți de curățare, medicamente eliberate pe bază de prescripție medicală) într-un produs alimentar reprezintă un pericol chimic.
- Prezența microorganismelor (bacterii, virusuri, paraziți și fungi) într-un produs alimentar reprezintă un pericol biologic.
- De multe ori, produsele alimentare care au fost contaminate cu bacterii nocive (*patogene*) nu par să fie contaminate; nu există nicio modificare a aspectului, gustului sau mirosului.
- În condiții favorabile, numărul bacteriilor dintr-un produs alimentar se poate dubla la fiecare 20 - 30 de minute.
- Există patru faze ale proliferării bacteriilor: **faza de latență, faza de creștere exponențială, faza staționară și faza de declin.**
- Cea mai rapidă proliferare a bacteriilor are loc în **faza de creștere exponențială.**
- Există șase factori care afectează proliferarea bacteriilor: **Produsul alimentar, Aciditatea, Temperatura, Timpul, Oxigenul și Umezeala (Food, Acidity, Temperature, Time, Oxygen and Moisture, FATTOM).**
- Virusurile nu se pot reproduce în produsele alimentare. Totuși, acestea pot fi transmise oamenilor dacă pătrund în produsele alimentare.
- Hepatita A și norovirusul sunt două virusuri frecvent transmise prin alimente. Aceste virusuri sunt transmise atunci când o persoană ingerează alimente sau apă contaminată cu fecalele unei persoane infectate. Spălarea adecvată pe mâini după utilizarea toaletei poate preveni transmiterea.
- *Trichinella spiralis*, care cauzează trichinoza, este un parazit găsit în general în carnea de porc insuficient preparată termic. Pentru prevenirea trichinozei, carnea de porc trebuie să fie supusă unei temperaturi de 150°F (65,5°C) timp de 15 secunde.
- *Anisakis simplex* este un parazit alimentar întâlnit de obicei în peștele marin.
- *Salmonella enteritidis* este o bacterie întâlnită frecvent în carnea crudă de pasăre și în coaja ouălor crude.

- Putem controla proliferarea microorganismului *Clostridium perfringens* prin **răcire rapidă, reîncălzire rapidă și evitarea preparării alimentelor în avans.**
- *Staphylococcus aureus* este o bacterie prezentă frecvent în organismul uman sănătos.
- Intoxicația alimentară stafilococică este o cauză frecventă a unei boli de origine alimentară cauzată de *Staphylococcus aureus*, care poate fi prevenită printr-o bună igienă personală și evitarea contactului fără mănuși cu produsele alimentare gata de consum.
- Lucrătorii din domeniul alimentar care au o boală care poate fi transmisă prin contact cu alimentele sau prin alimente nu trebuie să lucreze până când nu se însănătoșesc pe deplin.
- Carnea tocată (de exemplu, pentru hamburgeri) trebuie să fie gătită la o temperatură minimă de 158°F (70°C) pentru eliminarea bacteriei *E. coli O157:H7*.
- *Clostridium botulinum* este o bacterie care cauzează botulismul. Este asociată cu alimente conservate în casă, pește afumat, usturoi în ulei și orice aliment aflat într-un mediu anaerob (fără aer).
- Intoxicația *scombroidă* apare în urma consumului anumitor pești cu niveluri ridicate de histamine (de exemplu, ton, macrou, bonito, mahi mahi, lufăr), din cauza nerespectării condițiilor de timp și temperatură.
- Măinile trebuie spălate corespunzător după orice activitate în care este posibil să fi fost contaminate. De exemplu, mâinile trebuie spălate înainte de începerea lucrului și după manipularea alimentelor crude, după un episod de tuse, strănut, fumat, mâncat, băut și scărpinat.
- Codul sanitar al orașului New York prevede ca toate chiuvetele pentru spălarea mâinilor să fie imediat accesibile, la o distanță de cel mult 25 de picioare (7,62 m) de toate spațiile dedicate preparării alimentelor și în interiorul sau în apropierea tuturor toaletelor.
- Chiuvetele pentru spălarea mâinilor trebuie să fie prevăzute cu săpun, apă caldă și rece curentă, prosoape de unică folosință sau un uscător de mâini și semnul „Spălați-vă pe mâini”.
- Codul sanitar al orașului New York prevede ca toți lucrătorii din domeniul alimentar să poarte plase pentru păr, îmbrăcăminte exterioară și șorțuri curate, precum și să nu poarte bijuterii pe brațe și pe mâini (cu excepția verighetelor și brațării medicale). De asemenea, lucrătorii din domeniul alimentar trebuie să evite să poarte machiaj.

Recapitulare – Ziua 3

- Există trei metode acceptabile de decongelare a alimentelor: refrigerarea, așezarea alimentelor sub jet de apă rece sau decongelarea în cuptorul cu microunde, urmată de gătire continuă.
- Contaminarea încrucișată apare atunci când bacteriile de pe un aliment crud ajung pe un aliment gătit sau gata de consum.
- Carnea de pasăre, produsele din carne umplute și umplutura trebuie gătite la o temperatură internă de 165°F (68,3°C).
- Carnea tocată și alimentele care conțin carne tocată trebuie gătite la o temperatură internă de 158°F (70°C).
- Carnea de porc trebuie gătită la o temperatură internă de 150°F (68,3°C).
- Ouăle crude în coajă trebuie gătite la o temperatură minimă de 145°F (62,7°C).
- Peștele, crustaceele, carnea de vită, carnea de miel și toate celelalte tipuri de carne trebuie gătite la o temperatură minimă de 140°F (60°C).
- Toate alimentele fierbinți păstrate într-o unitate de păstrare la cald trebuie păstrate la o temperatură de cel puțin 140°F (60°C).
- Metodele eficiente de răcire rapidă a produselor alimentare includ: scufundarea în baie de apă cu gheață, amestecând ocazional; turnarea alimentelor până la o înălțime de 1-2 inch (2,5-5 cm) în tăvi de răcire de 4 inch (10 cm); utilizarea unei unități de răcire rapidă; și tăierea alimentelor solide în bucăți mai mici (de cel mult 6 lbs. [2,7 kg]).
- Alimentele fierbinți introduse în frigider pentru răcire trebuie acoperite doar după ce s-au răcit complet la 41°F (5°C) sau mai puțin.
- Alimentele preparate termic în prealabil și refrigerate care vor fi servite dintr-o unitate de păstrare la cald trebuie reîncălzite rapid la 165°F (73,8°C) utilizând o plită sau un cuptor. *Nu utilizați niciodată o unitate de păstrare la cald pentru reîncălzirea alimentelor.*
- Nu lucrați niciodată fără mănuși cu alimente gata de consum. Purtați întotdeauna o **pereche de mănuși curate și igienice** sau utilizați un **clește**, o **spatulă**, **hârtie de ambalat** sau o **lingură pentru servit**.
- Când utilizați mănuși de unică folosință, acestea trebuie înlocuite des pentru a preveni contaminarea alimentelor.
- Trebuie prevăzute ventile cu aer în toate chiuvetele din spațiile culinare (asociate alimentelor) și de spălare a vaselor de gătit/veselei.

- Trebuie instalate ventile antiretur (Atmospheric Vacuum Breakers, AVB) pe orice echipament care are o conexiune directă la sursa de alimentare cu apă potabilă. Exemplele includ mașinile de gheață, aparatele de preparare a cafelei și mașinile de spălat.
- Se poate preveni conexiunea încrucișată prin instalarea unui ventil antiretur cu robinet pentru furtun.
- Toate încălzitoarele cu apă caldă alimentate cu gaz trebuie montate de un instalator autorizat și trebuie monitorizate pentru depistarea tirajului invers.
- Legislația orașului New York interzice aruncarea grăsimii în orice chiuvetă care nu are un separator de grăsime corespunzător.

Recapitulare – Ziua 4

- Secvența corectă pentru spălarea manuală a vaselor este: *spălare, clătire, dezinfectare și uscare la aer*.
- După fiecare utilizare, tocătoarele trebuie *spălate, clătite și dezinfectate*.
- Pentru dezinfectarea cu apă fierbinte, scufundați ustensilele în apă la temperatura de **170°F (76,6°C)** timp de cel puțin 30 de secunde.
- Pentru a prepara o soluție dezinfectantă pe bază de clor de 50 PPM, adăugați ½ uncie (14,1 g) de înălbitor la 1 galon (3,7 litri) de apă.
- Soluția dezinfectantă de 50 PPM este utilizată pentru scufundarea ustensilelor timp de cel puțin 1 minut.
- Pentru a prepara o soluție dezinfectantă pe bază de clor de 100 PPM, adăugați 1 uncie (28,3 grame) de înălbitor la 1 galon (3,7 litri) de apă.
- Soluția dezinfectantă de 100 PPM este utilizată de obicei pentru ștergere, pulverizare sau turnare.
- Lavetele de șters trebuie să fie păstrate într-o soluție dezinfectantă de 50 PPM.
- În timpul dezinfectării chimice, soluția chimică trebuie verificată cu un kit de test.
- Trebuie asigurate toalete pentru clienți în situațiile în care există 20 sau mai multe locuri în zona dedicată consumului de alimente într-o unitate alimentară.
- Cele trei strategii-cheie ale sistemului integrat de combatere a dăunătorilor sunt: *înfometarea, prevenirea accesului și distrugerea acestora*.
- Atunci când șoarecii care au infestat un restaurant nu mai găsesc hrană disponibilă, aceștia vor pleca.
- Se știe că șobolanii pot intra în clădiri și prin deschideri de mărimea unei monede.
- Prezența excrementelor proaspete de șobolan într-o unitate alimentară este o încălcare gravă.
- Insecticidele și rodenticidele pot fi aplicate într-un restaurant doar de către un agent autorizat pentru combaterea dăunătorilor.
- Cea mai bună metodă de eliminare a muștelor și gândacilor dintr-o unitate este prin curățare și dezinfectare corespunzătoare.

Recapitulare – Ziua 5

- **HACCP** înseamnă **H**azard **A**nalysis and **C**ritical **C**ontrol **P**oint (analiza riscurilor și punctele critice de control).
- HACCP este un sistem de siguranță a alimentelor care vizează în principal controlul microorganismelor nocive.
- Cele șapte principii ale sistemului HACCP: *identificarea riscurilor, stabilirea punctelor critice de control (Critical Control Points, CCP), stabilirea limitelor critice, monitorizarea CCP, luarea de măsuri corective, verificarea funcționării sistemului și păstrarea evidențelor.*
- Un CCP este orice punct din fluxul alimentar în care trebuie luate măsuri pentru eliminarea riscului.
- Dacă alimente potențial periculoase sunt lăsate în intervalul de temperatură periculos mai mult de 2 ore, alimentele respective nu mai sunt sigure și trebuie aruncate.
- Cele mai bune practici impun ca ori de câte ori sunt preparate salate reci, precum cele de ton, ingredientele să fie răcite în prealabil.
- Grăsimile trans artificiale cresc nivelul de LDL (colesterol „rău”), putând cauza boală cardiacă.
- Grăsimile trans artificiale sunt interzise în toate alimentele servite în restaurante.
- Pentru îmbunătățirea siguranței alimentelor, a securității și a practicilor generale de lucru, efectuați evaluări de rutină ale operațiunilor alimentare.
- Cele mai frecvente vătămări la locul de muncă în rândul lucrătorilor din restaurante sunt cauzate de **alunecări, împiedicări, căderi, tăieri, lacerății, arsuri, întinderi musculare și electrocutare.**
- Pentru a evita alunecările, împiedicările și căderile, lucrătorii din domeniul alimentar trebuie să poarte încălțăminte cu talpă antiderapantă.