

วันที่ 1 ในการพิจารณา

- สถานประกอบการธุรกิจบริการอาหารทุกแห่งต้องมีใบอนุญาตที่ถูกต้องและออกโดยกรมอนามัยแห่งนิวยอร์ก (New York City Health Department)
- ผู้ตรวจการด้านสุขอนามัยมีสิทธิตรวจสอบการดำเนินงานบริการด้านอาหารหรือสถานประกอบการแปรรูปอาหาร ผู้ตรวจการต้องสามารถเข้าถึงทุกพื้นที่ของสถานประกอบการได้ในระหว่างการตรวจสอบ
- ตามมาตรการของกรมอนามัยแห่งนิวยอร์ก (New York City Health Code) ผู้ควบคุมดูแลของสถานบริการด้านอาหารทุกแห่งจะต้องมีใบรับรองการคุ้มครองอาหาร
- *อาหาร* คือ สิ่งที่สามารถรับประทานได้ น้ำแข็ง เครื่องดื่ม หรือ ส่วนผสมที่ใช้ หรือ ขาย เพื่อการบริโภคของมนุษย์
- อาหารที่อาจเป็นอันตราย (Potentially Hazardous Foods, PHFs) คือ อาหารที่ช่วยทำให้จุลินทรีย์เติบโตได้อย่างรวดเร็ว
- ตัวอย่างของ PHFs เช่น เนื้อทุกชนิดทั้งดิบและเนื้อปรุงสุกแล้ว เนื้อสัตว์ปีก นมและผลิตภัณฑ์จากนม, ปลา หอย เต้าหู้ ข้าวสุก เส้นพาสต้า ถั่วชนิดต่างๆ มันฝรั่ง และกระเทียมในน้ำมัน
- อุณหภูมิที่อยู่ในช่วงอันตรายคือระหว่าง **41 ฟาเรนไฮต์ และ 140 ฟาเรนไฮต์** ในช่วงนี้จุลินทรีย์ที่เป็นอันตรายที่สุดจะแพร่พันธุ์ขึ้นอย่างรวดเร็ว
- เทอร์โมมิเตอร์ 3 แบบที่สามารถใช้เพื่อตรวจสอบอุณหภูมิของอาหารคือ : **ก้านแบบไบเมทัล** (ระหว่าง 0 ฟาเรนไฮต์ ถึง 220 ฟาเรนไฮต์), **เทอร์โมคัปเปิล** และ **เทอร์มิสเตอร์** (ดิจิทัล)
กฎหมายห้ามมิให้ใช้เทอร์โมมิเตอร์แบบแก้วในสถานประกอบการธุรกิจบริการอาหาร
- เนื้อสัตว์ที่ผ่านการตรวจสอบโดยกรมการเกษตรของสหรัฐอเมริกา (United States Department of Agriculture, USDA) แล้วจะต้องมีประทับตราตรวจสอบจาก **USDA**
- ปลารมควันจะต้องถูกเก็บไว้ที่อุณหภูมิเท่ากับหรือต่ำกว่า **38 ฟาเรนไฮต์** เพื่อป้องกันการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย *กลอสตรีเทียม โบทูลินัม*
- หอยจะต้องได้รับป้ายสัตว์ทะเลจำพวกเปลือกแข็ง ป้ายต่างๆ นี้ต้องเก็บไว้ในแฟ้มอย่างน้อย **90** วัน หลังจากใช้ผลิตภัณฑ์นั้นๆ
- นมและผลิตภัณฑ์จากนมต้องผ่านการพาสเจอร์ไรส์โดยมีระยะเวลาจำหน่าย **9** วันหรือผ่านการพาสเจอร์ไรส์แบบพิเศษโดยมีระยะเวลาการขาย **45** วัน
- ผลไม้และผักทุกชนิดที่ไม่ผ่านการปรุงสุก ต้องทำการล้างให้สะอาดก่อนนำไปเสิร์ฟ

- อาหารที่ใช้ในเชิงพาณิชย์ทั้งหมดในบรรจุภัณฑ์ที่มีการคัดแปรรพยาภาจะต้องใช้ตามข้อกำหนดของผู้ผลิต
- ห่อบรรจุภัณฑ์สุญญากาศของผลิตภัณฑ์อาหารใด ๆ ในสถานที่ค้าปลีกเป็นสิ่งต้องห้ามตามกฎหมาย เว้นแต่ได้รับอนุญาตเป็นพิเศษจากกรมอนามัยแห่งนิวยอร์ก
- **FIFO** หมายถึง **First In First Out** (เข้าก่อน ออกก่อน) ขั้นตอนแรกในการใช้วิธี **FIFO** คือการระบุวันที่ผลิตของผลิตภัณฑ์
- ตามมาตรการของกรมอนามัยแห่งนิวยอร์กกำหนดให้รายการอาหารทุกชนิดต้องเก็บสูงจากพื้นอย่างน้อย **6 นิ้ว**
- เพื่อป้องกันการปนเปื้อนระหว่างอาหารดิบและอาหารที่ปรุงสุกแล้ว ภายในตู้เย็น อาหารดิบจะต้องเก็บไว้ใต้อาหารปรุงสุก
- อุณหภูมิเย็นจะชะลอการเจริญเติบโตของเชื้อจุลินทรีย์
- อาหารแช่เย็นทั้งหมดต้องจัดเก็บไว้ในอุณหภูมิเท่ากับ หรือต่ำกว่า **41 ฟาเรนไฮต์** (ยกเว้นปลารมควันซึ่งต้องถูกจัดเก็บในอุณหภูมิเท่ากับหรือต่ำกว่า **38 ฟาเรนไฮต์**) ตลอดเวลา
- ที่เก็บของแห้งควรมีแสงสว่างและอากาศถ่ายเทได้อย่างเหมาะสม
- ห้ามเก็บอาหารไว้ใต้แนวท่อระบายน้ำ
- อาหารที่ถูกเก็บไว้ควรเก็บโดยมีการปกปิดไว้อย่างมิดชิดและเก็บบรรจุในที่เก็บที่ไม่เป็นอันตราย
- น้ำแข็งที่มีไว้สำหรับการบริโภคของมนุษย์ไม่สามารถใช้สำหรับจัดเก็บกระป๋อง ขวดหรือผลิตภัณฑ์อาหารอื่น ๆ
- เมื่อเก็บอาหารไว้ในน้ำแข็งโดยตรง น้ำจากน้ำแข็งจะต้องระบายทิ้งอย่างต่อเนื่อง
- โปสเตอร์ "**First Aid Choking**" (การช่วยเหลือขั้นพื้นฐานการสำลักอาหาร) ต้องแปะไว้ในที่สามารถมองเห็น (เด่นชัด) ในแต่ละพื้นที่รับประทานอาหารต่างๆที่กำหนดไว้
- สถานประกอบกิจการบริการอาหารที่ให้บริการเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ต้องแสดงเครื่องหมาย "**Alcohol and Pregnancy Warning**" (แอลกอฮอล์และคำห้ามเตือนสำหรับผู้มีครรภ์)
- ต้องมีเครื่องหมาย "**Wash Hands**" (ล้างมือ) ที่อ่างล้างมือทั้งหมด
- "**No Smoking**" (เครื่องหมายห้ามสูบบุหรี่) ต้องแสดงไว้ในทุกสถานที่

วันที่ 2 ในการพิจารณา

- สิ่งที่เป็นอันตรายหลักต่อสุขภาพของเรามีสามสิ่ง ได้แก่: **ทางกายภาพ, เคมีภาพ, และชีวภาพ**
- การมีวัตถุแปลกปลอม (เช่นเศษแก้ว, เศษโลหะ) ในอาหารถือว่าเป็นอันตรายทางกายภาพ
- การมีสารเคมีอันตราย (เช่น สารกำจัดศัตรูพืช, สารทำความสะอาด, ยาตามใบสั่งแพทย์) ในอาหารเรียกว่าอันตรายทางเคมีภาพ
- การมีจุลชีวะ (แบคทีเรีย, ไวรัส, พยาธิ, และเชื้อรา) ในอาหารเรียกว่าเป็นอันตรายทางชีวภาพ
- อาหารที่ปนเปื้อนแบคทีเรีย (*แบคทีเรียก่อโรค*) อันตราย มักดูเหมือนเหมือนว่าไม่มีการปนเปื้อนใดๆ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงในรูปลักษณะ รสชาติ หรือกลิ่น
- ภายใต้อาหารที่เหมาะสม จำนวนแบคทีเรียในอาหารสามารถเพิ่มขึ้นเป็นสองเท่าทุกๆ 20 ถึง 30 นาที
- การเจริญเติบโตของแบคทีเรียมีสี่ขั้นตอน: **ระยะพัก ระยะลุลาม และ ระยะคงที่** และ **ระยะตาย**
- การเจริญเติบโตที่รวดเร็วที่สุดของแบคทีเรียจะเกิดขึ้นใน **ระยะลุลาม**
- ปัจจัย 6 ประการที่มีผลต่อการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย ได้แก่: **Food** (อาหาร), **Acidity** (ความเป็นกรด), **Temperature** (อุณหภูมิ), **Time** (เวลา), **Oxygen** (ออกซิเจน) และ **Moisture** (ความชื้น) (**FATTOM**)
- ไวรัสไม่สามารถแพร่พันธุ์ในอาหารได้ อย่างไรก็ตามไวรัสสามารถแพร่กระจายไปยังคนได้หากบริโภคอาหาร
- ไวรัสตับอักเสบและไวรัส ท้องเสียโนโรไวรัส เป็นไวรัสสองชนิดที่อยู่ในอาหาร ไวรัสเหล่านี้จะถูกส่งผ่านเมื่อคนรับประทานอาหารหรือน้ำที่ปนเปื้อนด้วยอุจจาระของผู้ติดเชื้อ การล้างมือที่เหมาะสมหลังจากใช้ห้องน้ำสามารถป้องกันการส่งผ่านเชื้อโรคได้
- *ทริคิเนลลา สไปราลิส* เป็นสาเหตุของโรคทริคิโนซิส ซึ่งเป็นพยาธิที่อยู่ในอาหารที่มักพบในเนื้อหมูที่สุกไม่เพียงพอ เพื่อป้องกันโรคทริคิโนซิส เนื้อหมูควรถูกทำให้สุกด้วยอุณหภูมิ 150 องศาฟาเรนไฮต์เป็นเวลา 15 วินาที
- *แอนิซาคิส ซิมเพล็กซ์* (หนอนพยาธิ) เป็นพยาธิที่อยู่ในอาหารซึ่งมักพบในปลาทะเล
- *ซัลโมเนลลา เอนเทอริทิดิส* เป็นแบคทีเรียที่พบได้ทั่วไปในเนื้อสัตว์ปีกดิบและไข่ดิบ
- เราสามารถควบคุมการเจริญเติบโตของเชื้อจุลินทรีย์ *Clostridium perfringens* ได้โดยการใช้ความเย็นอย่างรวดเร็ว และการใช้ความร้อนอย่างรวดเร็ว และหลีกเลี่ยงการเตรียมอาหารล่วงหน้า
- *สแตปฟีโลคอคคัส ออเรียส* เป็นแบคทีเรียที่อยู่ในตัวมนุษย์ทั่วไปที่มีสุขภาพแข็งแรง ปกติดี

- อาหารเป็นพิษจากสแตปฟีโลคอคคัส เป็นสาเหตุของการเจ็บป่วยจากโรคที่เกิดจากอาหารเป็นสื่อ เชื้อสแตปฟีโลคอคคัส ออเรียส ซึ่งสามารถป้องกันได้ โดยการมีสุขอนามัยส่วนบุคคลที่ดี และหลีกเลี่ยงการใช้มือเปล่าสัมผัสกับอาหารแบบพร้อมรับประทาน
- คนงานด้านอาหารที่เป็นโรคที่ติดต่อได้ด้วยการสัมผัสกับอาหาร หรือผ่านอาหาร ไม่ควรทำงานจนกว่าจะหายเป็นปกติ
- เนื้อบด (เช่น แฮมเบอร์เกอร์) ต้องปรุงด้วยอุณหภูมิค่าสุดที่ 158 องศาฟาเรนไฮต์เพื่อกำจัด เชื้ออีโคไล O157:H7
- กลอสติเดียม โบบูลินัม คือเชื้อแบคทีเรียที่ทำให้เกิดโรคผิดปกติทางระบบประสาทอย่างเฉียบพลัน ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับอาหารกระป๋อง ปลารมควัน กระทียมในน้ำมัน และอาหารอื่นๆที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่มีออกซิเจน (ไม่มีอากาศ)
- สคอมบรอย เป็นสารพิษที่เกิดขึ้นจากการรับประทานปลาบางชนิดที่มีค่าฮิสตามีนสูง (เช่น ปลาหมึก ปลาโอ ปลาโอได้มอญ ปลาหิมะ) อันเนื่องมาจากใช้เวลาและอุณหภูมิไม่เหมาะสม
- ต้องล้างมือให้สะอาดหลังจากการทำกิจกรรมใดๆ ที่สามารถก่อให้เกิดการติดเชื้อ ตัวอย่างเช่น ล้างมือทั้งก่อนและหลังการจับต้องอาหารดิบ ก่อนและหลังการใช้ห้องน้ำ การไอ การจาม การสูบบุหรี่ การกิน การดื่ม และการเผา
- ตามมาตรการของกรมอนามัยแห่งนิวยอร์กกำหนดไว้ว่า ต้องมีอ่างล้างมือที่พร้อมเข้าไปใช้ได้ภายในระยะ 25 ฟุตของพื้นที่เตรียมอาหารทั้งหมด และในหรือใกล้ห้องน้ำทั้งหมด
- อ่างล้างมือต้องมีสบู่ น้ำร้อนและน้ำเย็น ผ้าเช็ดมือที่ใช้แล้วทิ้ง หรือเครื่องเป่ามือ และป้าย "Wash Hands" (ล้างมือ) ติดไว้
- กรมอนามัยแห่งนิวยอร์กกำหนดให้คนงานทำอาหารทุกคนใส่ที่รวมผม ผ้ากันเปื้อนและเสื้อผ้าชั้นนอกที่สะอาด และไม่สวมเครื่องประดับใดๆ บนแขนและมือ (ยกเว้นแหวนแต่งงานและกำไลข้อมือทางการแพทย์) คนงานทำอาหารควรหลีกเลี่ยงการแต่งหน้า

วันที่ 3 ในการพิจารณา

- วิธีการละลายอาหารแช่แข็งที่เป็นที่ยอมรับมีสามวิธี ได้แก่: การแช่ในตู้เย็น การล้างด้วยน้ำเย็น หรือ การละลายน้ำแข็งโดยใช้เตาอบไมโครเวฟ พร้อมกับการนำไปปรุงอาหารหลังจากการละลายทันที
- การปนเปื้อนของเชื้อแบคทีเรียเกิดขึ้น เมื่ออาหารดิบปะปนไปในอาหารปรุงให้สุกแล้ว หรืออาหารที่พร้อมรับประทาน
- เนื้อสัตว์ปีก เนื้อสำหรับสอด้ และไส้ที่ใช้ซัด ต้องปรุงสุกโดยมีอุณหภูมิภายในที่ 165 องศาฟาเรนไฮด์
- เนื้ออบและอาหารที่มีส่วนประกอบของเนื้ออบต้องปรุงให้สุกโดยมีอุณหภูมิภายใน 158 องศาฟาเรนไฮด์
- เนื้อหมูต้องปรุงสุกโดยมีอุณหภูมิภายใน 150 องศาฟาเรนไฮด์
- เปลือกไข่ดิบต้องปรุงสุกด้วยอุณหภูมิอย่างน้อย 145 องศาฟาเรนไฮด์
- ปลา หอย เนื้อวัว เนื้อแกะ และเนื้ออื่นๆ ต้องปรุงสุกด้วยอุณหภูมิอย่างน้อย 140 องศาฟาเรนไฮด์
- อาหารร้อนทั้งหลายควรเก็บไว้ในที่เก็บที่มีอุณหภูมิ 140 องศาฟาเรนไฮด์ขึ้นไป
- วิธีที่มีประสิทธิภาพในการทำให้อาหารเย็นได้อย่างรวดเร็ว คือ: การแช่อาหารในน้ำใส่น้ำแข็ง โดยคนเป็นครั้งคราว การเทอาหารลงไปลึก 1 ถึง 2 นิ้วในกระทะทำความเย็นลึก 4 นิ้ว การใช้เครื่องทำความเย็นรวดเร็ว และการหั่นอาหารแช่แข็งเป็นชิ้นเล็กๆ (ขนาด 6 ปอนด์ หรือเล็กกว่านั้น)
- อาหารร้อนที่ใส่ไว้ในตู้เย็นเพื่อระบายความร้อนจะต้องคลุมปิดไว้ เฉพาะหลังจากที่ได้ระบายความร้อนจนไม่เกิน 41 องศาฟาเรนไฮด์
- อาหารปรุงสุกและแช่เย็นก่อนหน้าที่จะนำมาเสิร์ฟจากเครื่องอุ่นต้องอุ่นใหม่อย่างรวดเร็วที่อุณหภูมิ 165 องศาฟาเรนไฮด์โดยใช้เตาหรือเตาอบ ห้ามใช้อุปกรณ์สำหรับเก็บอาหารร้อนในการอุ่นอาหาร
- ห้ามใช้มือเปล่าเวลาทำอาหารพร้อมรับประทาน ต้องสวมถุงมือที่สะอาดถูกสุขลักษณะอนามัย หรือใช้ที่คีบอาหาร ไม้พาย กระจาดรอง หรือช้อนเสิร์ฟอาหาร
- เมื่อใช้ถุงมือชนิดใช้แล้วทิ้ง ให้เปลี่ยนบ่อยๆ เพื่อป้องกันการปนเปื้อนของอาหาร
- ต้องมีท่อแอร์เบอร์ลินในอ่างล้างเครื่องครัว (ที่เกี่ยวกับอาหาร) และอ่างล้างหม้อ/จาน
- ต้องติดตั้งเครื่องดูดควันสูญญากาศ (Atmospheric Vacuum Breakers, AVB) ในอุปกรณ์ใดๆ ที่มีการเชื่อมต่อโดยตรงกับแหล่งจ่ายน้ำดื่ม ตัวอย่างเช่น เครื่องทำน้ำแข็ง เครื่องทำกาแฟ และเครื่องล้างจาน
- สามารถป้องกันการเชื่อมข้ามกันได้โดยการติดตั้งระบบดูดฝุ่นแบบสูญญากาศ

- เครื่องทำน้ำร้อนที่ใช้ก๊าซทั้งหมดต้องติดตั้งโดยช่างวางท่อที่ได้รับอนุญาต และต้องได้รับการตรวจสอบอากาศไหลย้อนกลับตามปล่องไฟท่อ
- กฎหมายนิวยอร์กกำหนดให้การทิ้งน้ำมันหรือไขมันสัตว์ลงในอ่างล้างจานที่ไม่มีถังดักไขมันที่เหมาะสมเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย

วันที่ 4 ในการพิจารณา

- ลำดับที่เหมาะสมในการล้างจานด้วยมือ คือ ล้างจาน ล้างด้วยน้ำ ชำเชื้อโรค และ ผึ่งลมให้แห้ง
- ระหว่างการใช้งานแต่ละครั้ง เชียงหันอาหารต้องมีการล้าง ล้างด้วยน้ำ และฆ่าเชื้อโรค
- การฆ่าเชื้อด้วยน้ำร้อน ให้แช่อุปกรณ์เครื่องใช้ในครัวในน้ำที่มีอุณหภูมิ 170 องศาฟาเรนไฮต์อย่างน้อย 30 วินาที
- การเตรียมสารละลายเพื่อฆ่าเชื้อโรคด้วยสารคลอรีนขนาด 50 PPM ให้เติมสารฟอกขาว 1/2 ออนซ์ลงในน้ำ 1 แกลลอน
- สารละลายฆ่าเชื้อขนาด 50 PPM ใช้สำหรับแช่เครื่องใช้อุปกรณ์ในครัวอย่างน้อย 1 นาที
- ในการจัดเตรียมสารละลายฆ่าเชื้อโรคด้วยสารละลายคลอรีน 100 PPM ให้เติมสารฟอกขาวหนึ่งออนซ์ในน้ำ 1 แกลลอน
- สารละลายฆ่าเชื้อขนาด 100 PPM มักใช้สำหรับการเช็ด การฉีด หรือการเท
- ผ้าเช็ดต้องเก็บไว้ในสารละลายฆ่าเชื้อขนาด 50 PPM
- ในระหว่างการฆ่าเชื้อด้วยสารเคมี สารละลายเคมีต้องได้รับการตรวจสอบด้วยชุดทดสอบ
- ต้องมีห้องน้ำสำหรับลูกค้า เมื่อพื้นที่รับประทานอาหารของสถานประกอบการร้านอาหารมีที่นั่งตั้งแต่ 20 ที่ขึ้นไป
- กลยุทธ์หลักสามประการในการจัดการกำจัดสัตว์พาหะและแมลงแบบบูรณาการ ได้แก่ ทำให้ขาดอาหาร ไล่ออกมา และทำลายทิ้ง
- เมื่อไม่มีอาหารสำหรับพวกหนูที่เข้มารังควานร้านอาหาร หนูก็จะย้ายออกไป
- เป็นที่รู้กันว่าพวกหนูสามารถเข้าไปในอาคารผ่านตามช่องที่มีขนาดเล็กเท่าเหรียญ 25 เซ็นต์
- การพบมูลสดของหนูในสถานประกอบการร้านอาหารถือเป็นการละเมิดระดับรุนแรง
- ยาและสารฆ่าแมลงและกำจัดหนูสามารถใช้ในร้านอาหารได้ โดยเจ้าหน้าที่ควบคุมกำจัดสัตว์นำพาหะและแมลงที่ได้รับอนุญาตเท่านั้น
- วิธีที่ดีที่สุดในการกำจัดแมลงวันและแมลงสาบจากสถานประกอบการ คือ การทำความสะอาดและฆ่าเชื้อที่เหมาะสม

วันที่ 5 ในการพิจารณา

- **HACCP** ย่อมาจาก **Hazard Analysis and Critical Control Point** (การวิเคราะห์อันตราย และจุดควบคุมวิกฤติ)
- HACCP เป็นระบบรักษาความปลอดภัยของอาหาร โดยการควบคุมการเจริญเติบโตของเชื้อจุลินทรีย์ที่เป็นอันตราย
- ประการหลักเจ็ดของ HACCP คือ: ระบุจุดเสี่ยงอันตราย, กำหนดจุดควบคุมวิกฤติ (*Critical Control Points, CCP*), ตั้งค่าขีดจำกัดที่สำคัญ, ตรวจสอบ CCP, ดำเนินการแก้ไข, ตรวจสอบว่าระบบกำลังทำงาน และเก็บบันทึก
- CCP คือ จุดใดๆ ในกระบวนการประกอบอาหารที่จำเป็นต้องมีการดำเนินการเพื่อกำจัดอันตราย
- หากอาหารที่อาจเป็นอันตรายถูกทิ้งอยู่ในโซนอุณหภูมิที่เป็นอันตรายเกิน 2 ชั่วโมง อาหารนั้นจะไม่ปลอดภัยและต้องทิ้ง
- เมื่อใดก็ตามที่สัมผัสเย็น เช่น สลัดปลาทูน่า วิธีปฏิบัติที่ดีที่สุด คือ การแช่เย็นส่วนผสมเอาไว้ก่อน
- ไขมันทรานส์สังเคราะห์ที่เพิ่ม LDL (หรือคอเลสเตอรอลที่ “ไม่ดี”) เป็นต้นเหตุของโรคหัวใจ
- ร้านอาหารทั้งหมดไม่ได้รับอนุญาตให้มีการใช้ไขมันทรานส์สังเคราะห์
- การประเมินตนเองเกี่ยวกับการปฏิบัติงานด้านอาหารจะต้องดำเนินการเป็นกิจวัตร เพื่อพัฒนาความปลอดภัยด้านอาหาร ความปลอดภัยในการปฏิบัติงานและการปฏิบัติงานทั่วไป
- การบาดเจ็บที่พบบ่อยที่สุดในหมู่คนงานที่ทำงานในร้านอาหารคือการลื่น สะดุด ล้ม โดนบาด ฉีกขาด โดนไฟไหม้ กล้ามเนื้อเคล็ดตึง แผลงัดขูด และการโดนไฟดูด
- คนงานทำอาหารต้องสวมใส่รองเท้ากันลื่น เพื่อเป็นการหลีกเลี่ยงการสะดุด ลื่นไถล และหกล้ม