

## **1. Gün Gözden Geçirmesi**

- Tüm gıda hizmeti işletmelerinin New York City Sağlık Departmanı (New York City Health Department) tarafından verilmiş güncel ve geçerli bir ruhsata sahip olması şarttır.
- Sağlık müfettişleri faal bütün gıda hizmeti veya gıda işleme işletmelerini teftiş etme hakkı bulunmaktadır. Müfettişlere teftiş esnasında işletmenin bütün alanlarına erişim izni verilmesi şarttır.
- New York City Sağlık Kanunu (New York City Health Code) uyarınca, bütün gıda hizmeti işletmesi süpervizörlerinin Gıda Koruma Sertifikasına sahip olmaları şarttır.
- İnsan tüketimi için kullanılan veya satılan her türlü yenilebilir madde, buz veya katkı maddesine *gıda* denir.
- Potansiyel Olarak Tehlikeli Gıdalar (Potentially Hazardous Foods, PHF), mikroorganizmaların hızla çoğalmasına imkan veren gıdalardır.
- PHF örnekleri arasında bütün çiğ ve pişmiş etler, kümes hayvanları, süt ve süt ürünleri, balıklar, kabuklu deniz hayvanları, tofu, pişmiş pirinç, makarna, fasulye, patates ve yağda sarımsak yer almaktadır.
- **41°F ve 140°F** arası Tehlikeli Sıcaklık Bölgesidir. Mikroorganizmaların çoğu bu aralıkta hızla çoğalır.
- Gıda sıcaklıklarını ölçmek için kullanılacak üç tür termometre şunlardır: **bimetal termometre** (0°F ila 220°F arası), **termokupl** ve **termistör** (dijital). ***Gıda hizmeti işletmelerinde cam termometrelerin kullanılması kanunen yasaktır.***
- Amerika Birleşik Devletleri Tarım Bakanlığı (United States Department of Agriculture, USDA) tarafından denetlenen etlerde **USDA muayene mührü** olması şarttır.
- Tütsülenmiş balıkların, *Clostridium botulinum* adlı bakterinin üremesini engellemek amacıyla **38°F veya daha düşük** sıcaklıklarda tutulması şarttır.
- Kabuklu deniz hayvanlarının **kabuklu deniz hayvanı etiketi** ile birlikte teslim alınması şarttır. Bu etiketlerin, ürünün kullanılmasının ardından en az **90 gün** boyunca dosyada tutulması şarttır.

- Süt ve süt ürünlerinin 9 günlük son satış tarihi içerecek şekilde pastörize edilmiş veya 45 günlük son satış tarihi içerecek şekilde ultra pastörize edilmiş olması şarttır.
- Çiğ servis edilen bütün meyve ve sebzelerin servis edilmeden önce iyice yıkanması şarttır.
- Modifiye atmosferde paketlenmiş bütün ticari gıdaların imalatçı talimatları uyarınca kullanılması şarttır.
- Perakende gıda işletmelerinde herhangi bir gıda ürününün vakumla ambalajlanması, New York City Sağlık Departmanından özel izin alınmadığı sürece kanunen yasaktır.
- FIFO (**F**irst **I**n **F**irst **O**ut), ilk giren ilk çıkar demektir. FIFO yöntemini uygulamanın ilk adımı, ürünleri tarihlendirmektir.
- New York City Sağlık Kanunu uyarınca bütün gıda maddeleri yerden en az **6 inç** yukarıda muhafaza edilmek zorundadır.
- Çapraz bulaşmayı önlemek için buzdolaplarındaki ham gıdalar pişmiş gıdalardan **daha aşağıda** muhafaza edilmelidir.
- Düşük sıcaklıklar mikroorganizmaların çoğalmasını yavaşlatır.
- Bütün soğuk gıdalar daima 41°F veya altında tutulmalıdır (38°F altında tutulması gereken tütsülenmiş balık hariç).
- Kuru muhafaza alanlarını iyi aydınlatın ve iyi havalandırın.
- Gıdaları asla atıksu borularının altında muhafaza etmeyin.
- Muhafaza edilen gıdalar kapalı tutulmalı ve haşerelerin giremeyeceği kaplarda muhafaza edilmelidir.
- İnsan tüketimine yönelik buz; teneke kutuları, şişeleri veya başka gıda ürünlerini muhafaza etmek için kullanılamaz.
- Gıdalar doğrudan buz içinde muhafaza edildiğinde, söz konusu buzdan gelen suyun sürekli olarak tahliye edilmesi şarttır.
- "First Aid Choking" (Boğaz Tıkanmasında İlk Yardım) posterinin yemek yemeye ayrılmış her bir alanda görülür (belirgin) bir yere asılması şarttır.
- Alkollü içkiler servis eden gıda hizmeti işletmelerinin "Alcohol and Pregnancy Warning" (Alkol ve Gebelik Uyarısı) levhasını asmaları gerekmektedir.

- Bütün el yıkama lavabolarının bulunduğu yerlerde birer "Wash Hands" (Ellerinizi Yıkayın) levhasının asılı olması şarttır.
- "No Smoking" (Sigara İçilmez) levhalarının her bir tesis boyunca asılı olması şarttır.

## 2. Gün Gözden Geçirmesi

- Sağlığımıza yönelik başlıca üç tehdit bulunmaktadır: *fiziksel, kimyasal ve biyolojik*.
- Bir gıdada yabancı bir nesnenin (ör., cam parçacıkları, metal parçaları) bulunması fiziksel bir tehlike olarak değerlendirilir.
- Bir gıdada zararlı kimyasalların (ör., böcek ilacı, temizlik maddeleri, reçeteli ilaçlar) bulunmasına kimyasal tehlike adı verilir.
- Bir gıdada mikroorganizmaların (bakteriler, virüsler, parazitler ve zararlı mantarların) bulunmasına biyolojik tehlike denir.
- Zararlı (*hastalık yapıcı*) bakteriler bulaşmış olan gıdalar genellikle pislik bulaşmış gibi görünmez; görünüşlerinde, tatlarında veya kokularında herhangi bir değişiklik olmaz.
- Gıdalardaki bakteri sayısı uygun koşullar altında her 20 ila 30 dakikada iki katına çıkabilir.
- Bakteri gelişiminin dört evresi vardır: **bekleme, üreme, durma ve ölüm**.
- Bakterilerin en hızlı çoğaldığı evre **üreme evresidir**.
- Bakterilerin üremesini etkiler altı faktör etkiler: Gıda, Asitler, Sıcaklık, Süre, Oksijen ve Nem (**F**ood, **A**cidity, **T**emperature, **T**ime, **O**xxygen and **M**oisture, FATTOM).
- Virüsler gıdaların içinde çoğalamazlar. Ancak, virüsler gıdalara girerse insanlara bulaşabilirler.
- Hepatit A ve norovirüs, gıda kaynaklı iki yaygın virüsdür. Bu virüsler, bir kişi enfekte olmuş birinin dışkısı bulaşmış olan yiyecek veya suyu yuttuğunda bulaşır. Tuvalete gittikten sonra ellerin düzgünce yıkanması bulaşmayı önleyebilir.
- Trişin hastalığına yol açan *Trichinella spiralis* genellikle gereğinden az pişmiş domuz etinde bulunan, gıdayla taşınan bir parazittir. Trişini önlemek için domuz etini 150°F sıcaklıkta 15 saniye boyunca pişirin.
- *Anisakis simplex* genellikle deniz balıklarında bulunan, gıdayla taşınan bir parazittir.
- *Salmonella enteritidis* genellikle çiğ kümes hayvanlarında ve kabuklu yumurtada bulunan bir bakteridir.

- *Clostridium perfringens* adlı mikroorganizmanın çoğalmasını ise **hızlı soğutma, hızlı yeniden ısıtma ve gıdaların önceden hazırlanmasından kaçınarak** kontrol altına alabiliriz.
- *Staphylococcus aureus* sağlıklı insanlar tarafından yaygın olarak taşınan bir bakteridir.
- Stafilokokal gıda zehirlenmesi, *Staphylococcus aureus*'un *neden olduğu yaygın bir hastalık olup iyi kişisel hijyen sayesinde ve yemeğe hazır gıdalara çıplak elle temas etmekten kaçınmak suretiyle önlenbilir.*
- Gıdalarla temas veya gıdalar üzerinden bulaşabilecek bir hastalıkları olan gıda işçilerinin tamamen iyileşene kadar çalışmaları gerekir.
- *E. coli 0157:H7*'nin önlenmesi için kıyma etin (hamburgerin) 158°F sıcaklığa kadar pişirilmesi şarttır.
- *Clostridium botulinum*, botulizme neden olan bir bakteridir. Evde yapılan konserve gıdalar, fûme balık, yağda sarımsak ve anaerobik (hava içermeyen) her türlü ortamlardaki gıdalarla ilişkilidir.
- *Scombroid* zehirlenmesi yüksek seviyelerde histamin içeren ve bayat veya ısıya maruz kalmış bazı balıkların (ör., ton balığı, uskumru, palamut, lambuka, lüfer) yenmesi nedeniyle oluşur.
- Ellere pislik bulaşması ihtimali içeren her türlü faaliyetin ardından eller iyice yıkanmalıdır. Eller, örneğin, çalışmaya başlamadan önce ve çiğ yiyeceklerle temas ettikten, tuvaleti kullandıktan, öksürme, hapşırma, sigara içme, bir şeyler yeme ve içme ve kaşınmadan sonra mutlaka yıkanmalıdır.
- New York City Sağlık Kanunu uyarınca bütün gıda hazırlama alanlarına 25 fit mesafede ve tuvaletlerin içinde veya yakınında el yıkama lavabolarının bulunması gerekmektedir.
- El yıkama lavabolarında sabun, sıcak ve soğuk akan su, kullan-at havlular veya el kurutucusu ve bir "Wash Hands" (Ellerinizi Yıkayın) levhası bulundurulması şarttır.
- New York City Sağlık Kanunu uyarınca bütün gıda işçilerinin uygun bir saç bonesi, temiz önlükler takması ve temiz giysiler giymesi ve kollarına ve ellerine (alyans veya tıbbi bileklikler hariç) herhangi bir takı takmamaları gerekmektedir. Gıda işçileri ayrıca makyaj yapmaktan da kaçınmalıdırlar.

### 3. Gün Gözden Geçirmesi

- Donmuş gıdaları çözdürmenin kabul edilebilir üç yöntemi mevcuttur: buzdolabına koymak, akan soğuk su altına koymak veya bir mikrodalga fırında çözdürdükten sonra ara vermeksizin pişirmek.
- Çiğ gıdalardaki bakteriler pişmiş veya yemeye hazır gıdalara geçtiğinde çapraz bulaşma oluşur.
- Kümes hayvanları, doldurulmuş etler veya dolmaların iç sıcaklıkları 165°F olana kadar pişirilmeleri şarttır.
- Kıyma etin ve kıyma et içeren gıdaların iç sıcaklıkları 158°F olana kadar pişirilmeleri şarttır.
- Domuz etinin iç sıcaklığı 150°F olana kadar pişirilmesi şarttır.
- Kabuklu çiğ yumurtaların en az 145°F sıcaklığa kadar pişirilmeleri şarttır.
- Balıkların, kabuklu deniz hayvanlarının, dana, kuzu ve diğer bütün etlerin en az 140°F sıcaklığa kadar pişirilmeleri şarttır.
- Sıcak tutma ünitesinde muhafaza edilen bütün gıdaların 140°F veya daha yüksek sıcaklıkta tutulmaları şarttır.
- Gıdaların hızla soğutulmasının etkin yöntemleri arasında şunlar bulunmaktadır: gıdaların bir buzlu su banyosuna batırılarak arada sırada karıştırılması; 1 ila 2 inç derinliğindeki gıdaların 4 inç derinliğindeki soğutma tavaalarına dökülmesi; hızlı soğutma ünitesi kullanılması; ve katı gıdaların kesilerek daha küçük parçalara (6 lbs. veya daha küçük parçalara) bölünmesi.
- Soğutma amacıyla buzdolabına yerleştirilen sıcak gıdaların ancak 41°F veya altına kadar tamamen soğumalarının ardından üstlerinin kapatılması şarttır.
- Daha önceden pişirilmiş ve buzdolabında soğutulmuş olup sıcak tutma ünitesinden servis edilecek gıdaların ocakta veya fırında 165°F'ye kadar hızla yeniden ısıtılması şarttır. *Gıdaları yeniden ısıtmak için asla sıcak tutma ünitesini kullanmayın.*
- Yemeye hazır gıdalarla çalışırken elleriniz asla çıplak olmasın. Daima **temiz ve steril bir çift eldiven takın** veya **maşa, spatula, gıda kağıdı, veya servis kaşığı** kullanın.
- Kullan-at eldivenler kullanırken, gıdalara bulaşma olmasını engellemek için eldivenleri sık sık değiştirin.

- Bütün mutfak (gıdayla ilişkili) ve tencere/tabak yıkama eviyelerinde havalı kesiciler bulunması şarttır.
- Bir içme suyu kaynağıyla doğrudan bağlantısı olan bütün ekipmanların içine Atmosferik Vakumlu Kesiciler (Atmospheric Vacuum Breakers, AVB) monte edilmesi şarttır. Örnekler arasında buz makineleri, kahve makineleri ve bulaşık makineleri bulunmaktadır.
- Çapraz bağlantı bir hortum ucu vakumlu kesici monte edilerek önlenebilir.
- Gazla çalışan bütün sıcak su ısıtıcılarının ruhsatlı bir tesisatçı tarafından monte edilmesi ve geri tepmeye karşı izlenmesi şarttır.
- New York City kanunları uyarınca uygun bir yağ tutucusu olmayan herhangi bir lavaboya yağ dökmek yasadışıdır.

#### 4. Gün Gözden Geçirmesi

- Elle bulaşık yıkamanın uygun sıralaması *yıkama, durulama, dezenfekte etme ve havayla kurutmadır.*
- Kesme tahtalarının her bir kullanım arasında *yıkanması, durulanması ve dezenfekte edilmesi şarttır.*
- Sıcak suyla dezenfekte etmek için mutfak gereçlerini **170°F** suyun içine daldırıp en az 30 saniye boyunca bekletin.
- 50 PPM klor bazlı bir dezenfekte etme solüsyonu hazırlamak için 1 galon suya ½ ons çamaşır suyu ekleyin.
- 50 PPM dezenfekte etme solüsyonu, mutfak gereçlerinin en az 1 dakika boyunca daldırılması için kullanılır.
- 100 PPM klor bazlı bir dezenfekte etme solüsyonu hazırlamak için 1 galon suya bir ons çamaşır suyu ekleyin.
- 100 PPM dezenfekte etme solüsyonu tipik olarak silme, spreyleme veya üzerine dökme için kullanılır.
- Silme Bezlerinin 50 PPM bir dezenfekte etme solüsyonu içinde saklanması şarttır.
- Kimyasal dezenfekte etme sırasında kimyasal solüsyonun bir test kitiyle kontrol edilmesi şarttır.
- Bir gıda işletmesinin yemek yeme alanında 20 veya daha fazla oturacak yer varsa müşteriler için tuvalet sağlanması şarttır.
- Entegre Haşere Yönetiminin üç temel stratejisi şunlardır: *haşereeleri aç bırakın, dışarı çıkmalarını sağlayın ve imha edin.*
- Bir restoranı istila eden fareler gıda bulamadıklarında dışarı çıkarlar.
- Sıçanların 25 sent büyüklüğündeki deliklerden bile binalara girebildikleri bilinmektedir.
- Bir gıda işletmesinde taze sıçan dışkılarının bulunması ciddi bir ihlaldir.
- Böcek öldürücüler ve kemirgen öldürücüler bir restoranda yalnızca ruhsatlı bir haşere kontrol görevlisi tarafından uygulanabilir.
- Sinekleri ve hamamböceklerini bir işletmeden bertaraf etmenin en iyi yolu uygun temizlik ve dezenfektasyondur.



## 5. Gün Gözden Geçirmesi

- **HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points)**, Tehlike Analizi ve Kritik Kontrol Noktaları anlamına gelmektedir.
- HACCP, zararlı mikroorganizmaların çoğalmasını kontrol etmeye yönelik bir gıda güvenliği sistemidir.
- Yedi HACCP ilkesi şunlardır: *tehlikelerin belirlenmesi, Kritik Kontrol Noktalarının (Critical Control Points, CCP) belirlenmesi, kritik limitlerin belirlenmesi, CCP'nin izlenmesi, düzeltici faaliyetler, sistemin işlemekte olduğunun teyidi ve kayıt tutulması.*
- Bir CCP, gıda akışı içinde tehlikenin bertaraf edilmesi için girişimde bulunulması gereken herhangi bir noktadır.
- Potansiyel olarak tehlikeli gıdalar Tehlikeli Sıcaklık Bölgesinde 2 saatten fazla bırakıldığında artık güvenli olmaktan çıkarlar ve atılmaları şarttır.
- Ton balığı gibi soğuk salatalar yapılırken her zaman için en iyi uygulama malzemelerin önceden soğutulmasıdır.
- Yapay trans yağlar LDL'yi ("kötü" kolesterolü) artırarak kalp hastalığına neden olur.
- Yapay trans yağların herhangi bir restoran gıdasında kullanılması yasaktır.
- Gıda güvenliği, emniyeti ve genel iş uygulamalarını iyileştirmek için gıda operasyonlarınızla ilgili olarak kendi kendinizi rutin biçimde değerlendirmeye tabi tutun.
- Restoran işçileri arasındaki en yaygın işyeri yaralanmaları **kaymalar, tökezlemeler, düşmeler, kesilmeler, yarılmalar, yanmalar, kas tutulmaları, burkulmalar** ve **elektrik çarpması** bulunmaktadır.
- Kayma, tökezleme ve düşmelerin önlenmesi için gıda işçileri tarafından kaymaya dayanıklı ayakkabıların giyilmesi şarttır.