

### היום הראשון לביקורת

- כל עסק בענף המזון חייב להחזיק רישיון תקף ומעודכן שהונפק על ידי מחלקת הבריאות של עיריית ניו יורק (New York City Health Department).
- לפקחי בריאות יש זכות לבדוק כל עסק פעיל המכין או מגיש מזון. לפקחים תינתן גישה לכל אזורי העסק במהלך הביקורת.
- על פי קוד הבריאות של עיריית ניו יורק, כל מנהל בענף המזון חייב להחזיק באישור הגנה על מזון (Food Protection Certificate).
- מזון הוא כל חומר אכיל, קרח, משקה או רכיב, המשמש או נמכר למאכל אדם.
- מזונות בעלי פוטנציאל סיכון (Potentially Hazardous Foods, PHF) הם מזונות התורמים לגידול מהיר של מיקרואורגניזמים.
- דוגמאות ל-PHF כוללות בשר חי או מבושל, עופות, חלב ומוצרי חלב, דגים, צדפות, טופו, אורז מבושל, פסטה, שעועית, תפוחי אדמה ושום בשמן.
- תחום הטמפרטורות המסוכן הוא בין  $41^{\circ}$  –  $140^{\circ}$  פרנהייט. מרבית המיקרואורגניזמים המסוכנים מתרבים במהירות בתוך התחום הזה.
- קיימים שלושה סוגי מדחומים בהם ניתן להשתמש למדידת טמפרטורה של מזון: **דו-מתכת** (בין  $0^{\circ}$  –  $220^{\circ}$  פרנהייט), **צמד תרמי ותרמיסטור** (דיגיטלי). **השימוש במדי חום מזכוכית בעסק בענף המזון אסור על פי חוק.**
- לבשר שנבדק על ידי משרד החקלאות של ארצות הברית (United States Department of Agriculture, USDA) חייבת להיות **חותמת ביקורת של USDA**.
- דג מעושן חייב להיות מאוחסן בטמפרטורה של  $38^{\circ}$  פרנהייט ומטה כדי למנוע את גידול החיידק **קלוסטרידיום בוטולינום**.
- צדפות חייבות להתקבל עם **תגי צדפות (shellfish tags)**. יש לשמור תגים אלה במשך 90 יום לפחות לאחר השימוש במוצר.
- חלב ומוצרי חלב חייבים להיות מפוסטרים, עם תאריך תפוגה של 9 ימים, או לעבור פסטור-יתר, עם תאריך תפוגה של 45 יום.
- כל הפירות והירקות הנאכלים ללא בישול חייבים לעבור שטיפה יסודית לפני ההגשה.

- כל מוצר מסחרי באריזה השומרת על אטמוספירה מיוחדת יטופל על פי מפרטי היצרן.
- אריזה בואקום של מוצרי מזון בעסק מזון קמעונאי אסורה על פי חוק, אלא אם התקבל אישור מיוחד ממחלקת הבריאות של עיריית ניו יורק.
- FIFO פירושו "ראשון נכנס, ראשון יוצא" (First In First Out). השלב הראשון ביישום שיטת FIFO היא לתארך את המוצרים.
- קוד הבריאות של עיריית ניו יורק מחייב לאחסן את כל פריטי המזון בגובה של **6 אינץ'** לפחות מעל הרצפה.
- כדי למנוע זיהום צולב, מזונות לא מבושלים חייבים להיות מאוחסנים במקרר מתחת למזונות מבושלים.
- טמפרטורות נמוכות תורמות להאטת גידול המיקרואורגניזמים.
- כל המזונות הקרים חייבים להיות מאוחסנים בטמפרטורה נמוכה מ- $41^{\circ}$  פרנהייט (למעט דג מעושן, שחייב להיות מאוחסן בטמפרטורה נמוכה מ- $38^{\circ}$  פרנהייט, בכל זמן נתון).
- אזורי אחסון יבש צריכים להיות מוארים היטב ומאווררים.
- לעולם אל תאחסן מזון מתחת לצינורות מי ביוב.
- מזון מאוחסן חייב להישמר כשהוא מכוסה ומאוחסן במכלים חסינים למזיקים.
- אסור להשתמש בקרח המיועד למאכל אדם כדי לאחסן פחיות, בקבוקים או מוצרי מזון אחרים.
- כאשר מאחסנים מזון על קרח, המים מאותו קרח חייבים להיות מנוקזים כל הזמן.
- השלט "First Aid Choking" (עזרה ראשונה במקרה של חנק) חייב להיות תלוי במקום נראה ובולט בכל אזור המיועד לאכילה.
- עסקים בענף המזון המגישים משקאות חריפים נדרשים להציג את השלט "Alcohol and Pregnancy Warning" (אזהרה בנושא אלכוהול והריון).
- יש לתלות את השלט "Wash Hands" (שטוף ידיים) ליד כל כיור לשטיפת ידיים.
- יש להציג שלטים "No Smoking" (אסור לעשן) בכל רחבי המתקן.

## היום השני לביקורת

- קיימים שלושה גורמי סיכון עיקריים לבריאותנו: **פיזיים, כימיים וביולוגיים**.
- הנוכחות של עצם זר (למשל, שברי זכוכית, פיסות מתכת) במזון נחשבת כגורם סיכון פיזי.
- הנוכחות של כימיקלים מזיקים (למשל, קוטלי מזיקים, חומרי ניקוי, תרופות במרשם) במזון נקראת גורם סיכון כימי.
- הנוכחות של מיקרואורגניזמים (חיידקים, וירוסים, טפילים ופטריית) במזון נקראת גורם סיכון ביולוגי.
- לעתים קרובות, מזונות שזוהמו בחיידקים מזיקים (פאטוגנים) אינם נראים מזוהמים; אין כל שינוי במראה, בטעם או בריח.
- בתנאים נוחים, מספר החיידקים במזון יכול לגדול פי שניים כל 20 עד 30 דקות.
- קיימים ארבעה שלבים בגידול חיידקים: **שלב ההשהיה, שלב ההכפלה, שלב העמידה, ושלב התמותה**.
- הגידול המהיר ביותר של חיידקים מתרחש **בשלב ההכפלה**.
- גידול חיידקים מושפע על ידי שישה גורמים: מזון, חומציות, טמפרטורה, זמן, חמצן ולחות (Food, Acidity, Temperature, Time, Oxygen and Moisture, FATTOM).
- וירוסים אינם יכולים להתרבות במזון. אולם וירוסים יכולים לעבור לאנשים, אם הם נמצאים במזון.
- וירוס צהבת ויראלית ונורו-וירוס הם שני וירוסים שכיחים המועברים באמצעות מזון. וירוסים אלה מועברים כאשר אדם מעכל מזון או מים שזוהמו בצואה של אדם נגוע במחלה. שטיפת ידיים נכונה לאחר שימוש בשירותים יכולה למנוע את העברת המחלה.
- **טריכינלה**, שגורמת לטריכינוזיס, היא טפיל הנישא במזון, אותו ניתן למצוא בבשר חזיר שלא בושל מספיק. כדי למנוע טריכינוזיס, צריך לבשל בשר חזיר ב-150<sup>o</sup> פרנהייט במשך 15 שניות.
- **אניסאקיס** הוא טפיל הנישא במזון, אותו ניתן למצוא בדגי ים.
- **סלמונלה** הוא חיידק אותו ניתן למצוא בעופות חיים ובביצים לא מבושלות.
- ניתן לשלוט בצמיחה של החיידק **קלוסטרידיום** על ידי **קירור מהיר, חימום חוזר מהיר** ועל ידי **הימנעות מהכנת מזון מראש**.

- סטפילוקוקוס הוא חיידק שנישא לעתים קרובות על ידי אנשים בריאים.
- הרעלת מזון על ידי סטפילוקוקוס היא גורם שכיח למחלה המועברת על ידי מזון שנגרמת על ידי סטפילוקוקוס אאוראנוס, שניתן למנוע על ידי היגיינה אישית טובה והימנעות ממגע בידיים חשופות באוכל מוכן לאכילה.
- עובדי מזון החולים במחלה שעלולה להיות מועברת על ידי מגע במזון או באמצעות מזון נדרשים לא לעבוד לפני שהם הברואו לחלוטין.
- בשר טחון (למשל, המבורגר) חייב להיות מבושל בטמפרטורה מינימלית של  $158^{\circ}$  פרנהייט כדי לחסל חיידקי אי-קולי 0157:H7.
- קלוסטרידיום בוטולינום הוא חיידק הגורם לבוטוליזם. הוא קשור במזונות משומרים שהוכנו בבית, דג מעושן, שום בשמן, וכל מזון בסביבה אנארובית.
- הרעלת סקומברויד נובעת מאכילת דגים מסוימים עם תכולה גבוהה של היסטמינים (למשל, טונה, מקרל, בוניטו, מאהי מאהי, ו-bluefish) עקב אי הקפדה על כללי זמן וטמפרטורה.
- יש לשטוף ידיים היטב לאחר כל פעילות שבה ייתכן שהן הזדהמו. למשל, יש לשטוף ידיים לפני ולאחר טיפול במזון לא מבושל, שימוש בשירותים, שיעול, התעטשות, עישון, אכילה, שתייה והתגרדות.
- קוד הבריאות של עיריית ניו יורק מחייב גישה לכיורים לשטיפת ידיים במרחק של 25 רגל מכל אזורי הכנת מזון, ובתוך או ליד כל חדרי השירותים.
- כל כיור לשטיפת ידיים חייב להיות מצויד בסבון, מים קרים וחמים זורמים, מגבות חד-פעמיות או מייבש ידיים, ושלט "Wash Hands" (שטוף ידיים).
- קוד הבריאות של עיריית ניו יורק מחייב שכל עובד מזון ילבש כיסוי ראש הולם, סינר ובגדים עליונים נקיים, ולא יענוד תכשיטים כלשהם על הזרוע והיד (למעט טבעת נישואין וצמידים רפואיים). עובדי מזון חייבים גם להימנע מאיפור.

## היום השלישי לביקורת

- קיימות שלוש שיטות מקובלות להפשרת מזונות קפואים: אחסון במקרר, הנחה מתחת למים קרים זורמים, או הפשרה במיקרוגל עם בישול רציף לאחר מכן.
- זיהום צולב מתרחש כאשר חיידקים ממזון לא מבושל נכנסים לתוך מזון מבושל או מוכן לאכילה.
- עופות, בשר ממולא ומילוי חייבים לעבור בישול עד לטמפרטורה פנימית של  $165^{\circ}$  פרנהייט.
- בשר טחון ומזונות המכילים בשר טחון חייבים לעבור בישול עד לטמפרטורה פנימית של  $158^{\circ}$  פרנהייט.
- בשר חזיר חייב לעבור בישול עד לטמפרטורה פנימית של  $150^{\circ}$ .
- ביצים חיות בקליפה חייבות להתבשל עד לטמפרטורה מינימלית של  $145^{\circ}$  פרנהייט.
- דגים, צדפות, בשר בקר, בשר כבש וכל שאר סוגי הבשר חייבים להתבשל בטמפרטורה מינימלית של  $140^{\circ}$  פרנהייט.
- כל מזון חם המאוחסן במתקן אחסון בחום חייב להימצא בטמפרטורה מינימלית של  $140^{\circ}$  פרנהייט.
- דרכים יעילות לקירור מהיר של מזון כוללות: הטבלת המזון באמבט של מי קרח עם בחישה מידי פעם; מזיגת האוכל בגובה של 1-2 אינץ' לתוך מחבת קירור בעומק 4 אינץ'; שימוש במתקן קירור מהיר; וחיתוך מזונות מוצקים לחתיכות קטנות יותר (במשקל של 6 פאונד ומטה).
- כאשר מכניסים מזונות חמים למקרר, מותר לכסות אותם רק לאחר שהם התקררו באופן מלא לטמפרטורה של  $41^{\circ}$  פרנהייט ומטה.
- מזונות שבושלו וקוררו, ויוגשו ממתקן אחסון בחום, חייבים לעבור חימום חוזר מהיר עד ל-  $165^{\circ}$  פרנהייט תוך שימוש בכיריים או תנור אפייה. *אסור להשתמש במתקן לאחסון בחום לצורך חימום מחדש של מזון.*
- אסור לגעת בידים חשופות במזונות מוכנים לאכילה. **לבש תמיד כפפות סניטריות נקיות, או השתמש במלקחיים, כף שטוחה, מפית נייר או כף הגשה.**
- בעת שימוש בכפפות חד-פעמיות, החלף אותן לעתים תכופות כדי לא לזהם את המזון.
- חובה להתקין צינורות ניקוז אוויר (air breaks) בכל כיוור המשמש להכנת מזון או לשיטפת סירים וכלים.

- חובה להתקין מונעי זרימה חוזרת (Atmospheric Vacuum Breakers) בכל מתקן שיש לו קשר ישיר לאספקת מי שתייה. דוגמאות כוללות מכונות קרח, מכונות קפה ומדיחי כלים.
- ניתן למנוע חיבור צולב על ידי התקנת צינור למניעת זרימה חוזרת (hose bib vacuum breaker).
- כל מחמם מים חמים המופעל בגז חייב להיות מותקן על ידי שרברב מוסמך, וחייב לעבור ניטור לגילוי התלקחות מחדש (back draft).
- חוקי עיריית ניו יורק אוסרים על שפיכת שומן בכל כיוור שאין לו לוכד שומן הולם.

## היום הרביעי לביקורת

- סדר הפעולות הנכון לשטיפת כלים ביד הוא הדחה, שטיפה במים, חיטוי וייבוש באוויר.
- לוחות חיתוך חייבים לעבור הדחה, שטיפה וחיטוי בין כל שני שימושים.
- כדי לחטא במים חמים, הכנס כלים למים בטמפרטורה של  $170^{\circ}$  פרנהייט למשך 30 שניות לפחות.
- כדי להכין תמיסת חיטוי עם כלור בריכוז של 50 PPM, הוסף חצי אונקיה של אקונומיקה לגלון אחד של מים.
- השתמש בתמיסת חיטוי בריכוז של 50 PPM כדי לשקע בה כלים במשך דקה אחת לפחות.
- כדי להכין תמיסת חיטוי עם כלור בריכוז של 100 PPM, הוסף אונקיה אחת של אקונומיקה לגלון אחד של מים.
- תמיסת חיטוי בריכוז של 100 PPM משמשת בדרך כלל לניגוב, התזה או מזיגה.
- יש להחזיק מטליות ניגוב בתמיסת חיטוי בריכוז של 50 PPM.
- במהלך חיטוי באמצעות חומר כימי, יש לבדוק את תמיסת החומר הכימי באמצעות ערכת בדיקה.
- בכל עסק בענף המזון חייבים להיות שירותים ללקוחות אם אזור האכילה כולל 20 מקומות ישיבה ומעלה.
- שלושת האסטרטגיות העיקריות לטיפול משולב במזיקים הן: הרעיבו אותם, הרחיקו אותם על ידי בנייה, והשמידו אותם.
- כאשר עכברים שנמצאים במסעדה לא מוצאים יותר מזון זמין, הם עוזבים אותה.
- חולדות מצליחות להיכנס לבניינים דרך פתחים שגודלם אינו עולה על גודל של מטבע קוורטר.
- הימצאות גללי חולדות טריים בעסק בענף המזון מהווה הפרה חמורה.
- רק קצין בקרת מזיקים מוסמך רשאי להשתמש בקוטלי חרקים וקוטלי מכרסמים במסעדה.
- השיטה הטובה ביותר להרחקת זבובים וג'וקים מבית עסק היא באמצעות ניקוי וחיטוי נכונים.

## היום החמישי לביקורת

- ראשי התיבות באנגלית **HACCP** (Hazard Analysis and Critical Control Point) מציינים ניתוח גורמי סיכון ונקודות בקרה קריטיות.
- HACCP היא שיטת בטיחות מזון שנועדה לשלוט בגידול של מיקרואורגניזמים מזיקים.
- שבעת העקרונות של HACCP הם: זהה גורמי סיכון, הגדר נקודות בקרה קריטיות (Critical Control Points, CCP), הגדר גבולות קריטיים, עקוב אחר ה-CCP, נקוט בפעולות מתקנות, ודא שהמערכת מתפקדת, ותעד.
- CCP היא כל נקודה בזרימת המזון שבה חייבים לנקוט בפעולה כדי להעלים את גורם הסיכון.
- אם משאירים מזונות בעלי פוטנציאל סיכון באזור עם טמפרטורה מסוכנת במשך יותר משעתיים, המזון אינו בטוח יותר, וחייב להיזרק.
- בעת הכנת סלטים קרים, כגון סלט טונה, הנוהל הטוב ביותר הוא לקרר מראש את הרכיבים.
- שומן רווי מלאכותי מעלה את רמות ה-LDL (כולסטרול "רע"), המוביל למחלות לב.
- אסור להשתמש בשומן רווי מלאכותי במזונות המוגשים במסעדה.
- כדי לשפר את הנהלים של בטיחות מזון, אבטחה ועבודה, בצע הערכה עצמית של שירותי המזון באופן קבוע.
- הפציעות השכיחות ביותר בקרב עובדי מסעדה במקומות עבודה הן החלקות, מעידות, נפילות, חתכים, כוויות, התכווצות או מתיחת שריר, והתחשמלות.
- כדי למנוע החלקות, מעידות ונפילות, עובדי מזון חייבים לנעול נעליים מונעות החלקה.