

6. 製備規劃應避免交叉污染。
7. 製備之菜餚，應於適當之溫度分類貯存及供應，並應有防塵、防蟲等貯放食品及餐具之衛生設施。
8. 餐飲業外購即食菜餚，應確保其衛生安全。
9. 廚房內所有之機械與器具應保持清潔。
10. 供應生冷食品者應於專屬作業區調理、加工及操作。
11. 生鮮原料蓄養場所應與調理場所有效區隔。
12. 製備時段內廚房之進貨作業及人員進出，應有適當之管制。
13. 外燴業者另應合下列規定：
  - ① 烹調場所及供應之食物應避免直接日曬、雨淋、接觸污染源，並應有遮掩設施。
  - ② 應有適當冷藏設備或措施。
  - ③ 烹調食物時，應合新鮮、清潔、迅速、加熱與冷藏原則。
  - ④ 烹調食物時，應避免交叉污染。
  - ⑤ 餐具應確實保持乾淨。
14. 設備與器具之清洗應遵守下列規定：
  - ① 食品接觸面應保持平滑、無凹陷或裂縫，並保持清潔。
  - ② 用於製造、加工、調配、包裝等之設備與器具，使用前應確認其清潔，使用後應清洗乾淨；已清洗與消毒過之設備和器具，應避免再受污染。
  - ③ 設備與器具之清洗與消毒作業，應防止清潔劑或消毒劑污染食品、食品接觸面及包裝材料。
15. 凡清潔度要求不同之場所應加以有效區隔。

16. 有效殺菌方法，係指下列任一之殺菌方式：

- ① 煮沸殺菌法：以溫度攝氏一百度之沸水，煮沸時間五分鐘以上(毛巾、抹布等)或一分鐘以上(餐具)。
- ② 蒸汽殺菌法：以溫度攝氏一百度之蒸汽，加熱時間十分鐘以上(毛巾、抹布等)或二分鐘以上(餐具)。
- ③ 熱水殺菌法：以溫度攝氏八十度以上之熱水，加熱時間二分鐘以上(餐具)。
- ④ 氯液殺菌法：氯液之有效餘氯量不得低於百萬分之二百，浸入溶液中時間二分鐘以上(餐具)。
- ⑤ 乾熱殺菌法：以溫度攝氏一百一十度以上之乾熱，加熱時間三十分鐘以上(餐具)。

污染區	驗收、洗滌
準清潔區	製備、烹調
清潔區	包裝、配膳
一般作業區	辦公室、洗手間



3-3 砧板-分顏色使用



3-4 洗滌區



3-5 廚房換風系統



3-6 烹調區



3-7 食品容器具  
倒蓋與分類



3-8 保持乾燥的廚房

## 第 4 章

# 洗滌、食物前處理

1. 於進行不同工作項目之前，應先洗手。
2. 應於蔬果處理區、肉品處理區、魚貝處理不同類食品。

說明：主要目的在於避免交互污染。

3. 若只有一處理區時，應分時段處理各類生鮮食品。

先後順序：蔬果類→肉類→魚貝類。

乾貨(如香菇、蝦米…)→加工食品類

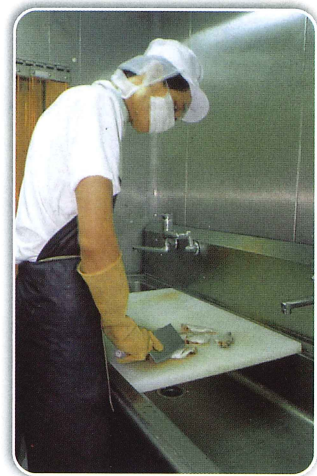
(素食,如沙拉筍、酸菜…)→加工食品類

(葷食,如皮蛋、鹹蛋、水發魷魚…)

→蔬果類(如蒜頭、生薑…)→牛羊肉

→豬肉→雞鴨肉→蛋類→魚貝類。

\* 於清洗各類食品後，應記得消毒及清洗水槽。



4-1 魚貝處理區



4-2 蔬果處理區

#### 4. 洗滌場所設施：

- (1) 應有充足之自動自來水，水龍頭高度應高於水槽滿水位高度。
- (2) 餐具洗滌應有可順暢作業的洗滌、沖洗及有效殺菌設施。

洗滌槽：43~49°C熱水+洗潔劑。

沖洗槽：25°C流動水沖洗，將清潔劑沖洗乾淨。

殺菌方法：

- a. 80°C以上熱水浸泡2分鐘。
- b. 濃度百萬分之二白百有效氯水浸泡2分鐘
- c. 110°C以上乾熱30分鐘。



4-3 具有洗滌、沖洗及有效殺菌之三槽式洗滌設備

5 濃度百萬分之二百的有效氯水可用於：

① 洗手。

② 餐具、用具、砧板、刀具、抹布、工作檯面之消毒。

\* 餐具、抹布應浸泡二分鐘以上。

\* 使用漂白水之後，均應以清水清洗。

6. 冷凍庫溫應保持 $-18^{\circ}\text{C}$ 以下，冷藏庫 $7^{\circ}\text{C}$ 以下。

\* 冷凍庫應經常除霜，尤以冷凝器及安全把手為重要，以維持冷凍庫之冷度及從業人員之安全。



4-4 冷凍庫應保持 $-18^{\circ}\text{C}$ 以下

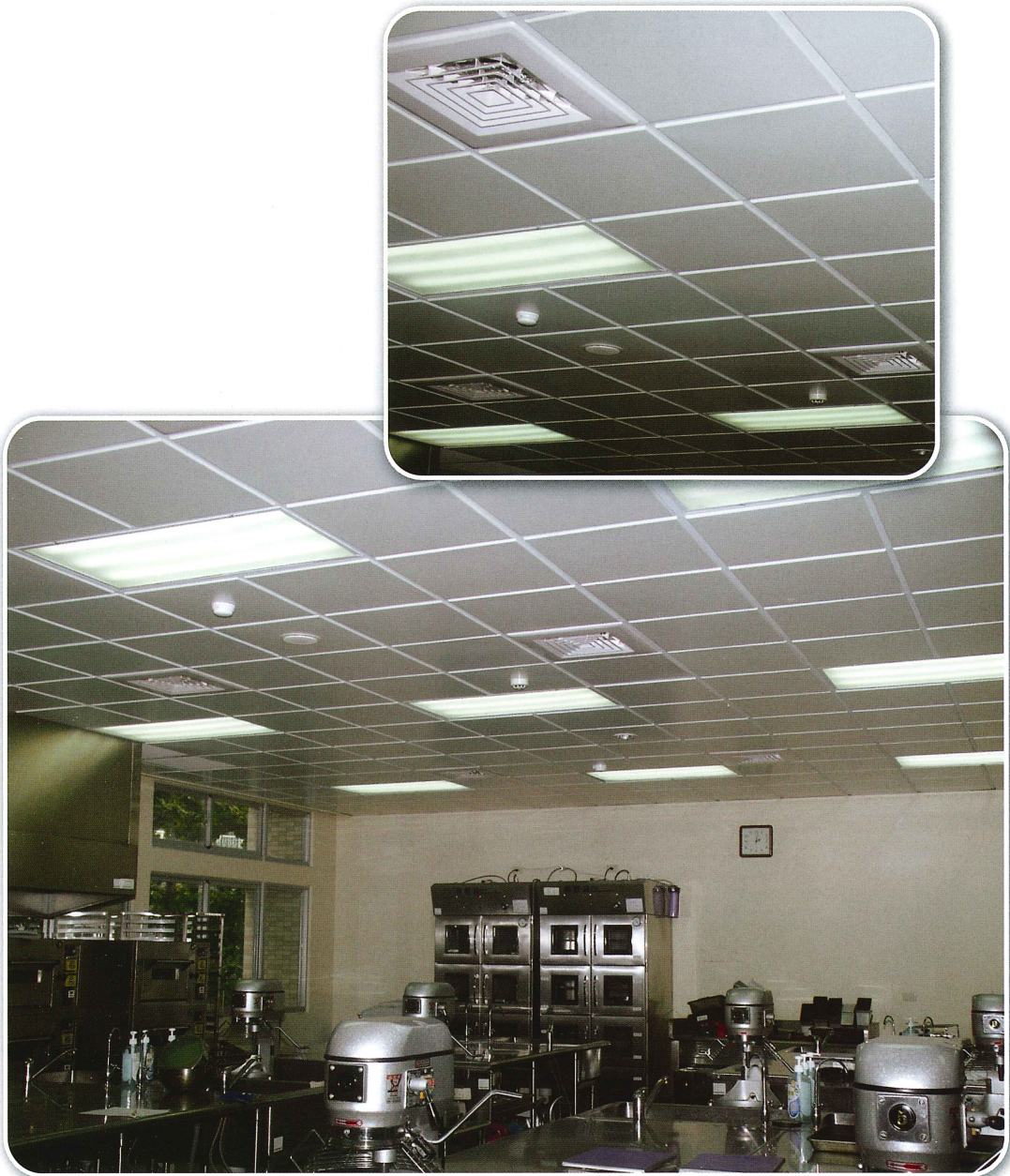
7. 庫房內的食材應以食物類別分開儲存，且同類食物生熟食勿混放，應分開儲放，並以「先進先出」為使用原則。冷凍(庫)櫃、冷藏(庫)櫃應冷凍食品之中心溫度應保持 $-18^{\circ}\text{C}$ 以下；冷藏食品應保持在攝氏 $7^{\circ}\text{C}$ 以下凍結點以上。



## 第 5 章

# 烹飪、調理加工衛生

1. 調理場所之照明應在二百燭光以上，並有燈罩保護以避免污染。



5-1 照明設備應有燈罩保護

## 2. 食物調理檯面，應以不銹鋼板鋪設。

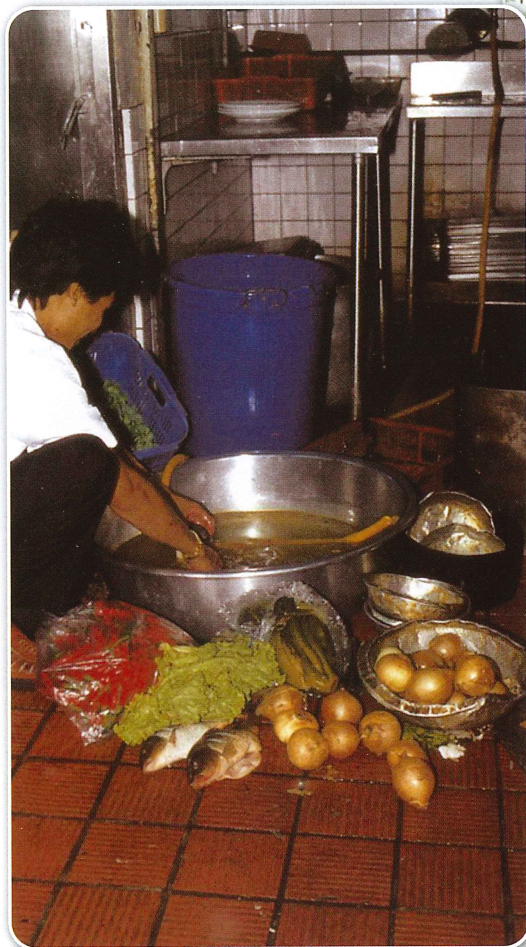
注意事項：① 不銹鋼板內之襯木應完全以不銹鋼板覆蓋，以免襯木腐朽。

② 麵食製作檯面，可應實際需要以大理石鋪設，但宜避免使用酸性物質。

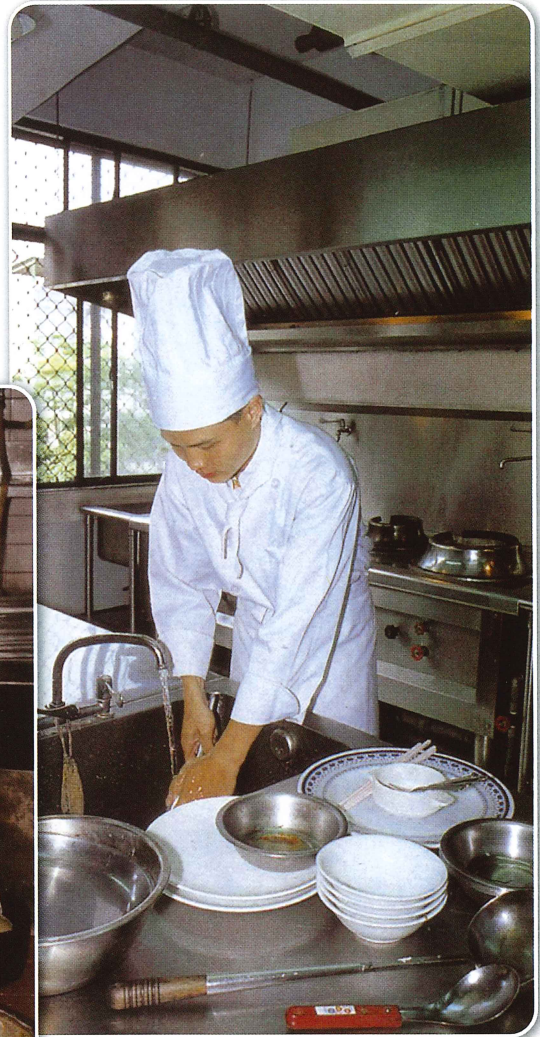


5-2 食物調理檯應以不銹鋼板覆蓋

3. 食品、食品容器及器具不可放置於地上，以避免污染，即使是待洗的食品、食品 容器及器具亦不可放置於地上。



5-4 待洗食品放置地上是錯誤行為



5-3 待洗器具應放置檯面上

#### 4. 廚房應設有空氣補足系統(Air Make-up System)

其優點為：①彌補廚房因空氣抽出而造成的不足。

②隔熱。

③降溫。



5-5 廚房應設空氣補足系統

5. 烹調過程中，應採用高熱效率的爐具，以減少廚房因熱度太高，而使病原菌得以有大量滋生的機會。

\* 現中餐廳大多以鼓風爐作業，其優點為大火快炒速度快，但幾近百分之七十的熱度卻是廚房衛生相當嚴重的問題。

6. 凡大量膳食業應儘量採用瓦斯迴轉鍋及蒸、烤二用箱，以減少廚房的油煙及廢熱。

\* 現業者大多以傳統式方法油炸，不但易產生大量油煙、廢熱，也易導致因油劣變而產生健康上的問題。蒸、烤二用箱或使用AOM值(安定度指標，Active Oxygen Method)30小時以上較安定的精製油，即可解決以上的困擾。



5-6 廚師正確操作(應戴口罩)

7. 宴會供應顧客食用之冷盤菜餚，應儘量供應經酸化處理或脫水之食品，以保障飲食安全。



5-7 水洗式UV燈油煙罩



5-8 瓦斯迴轉鍋