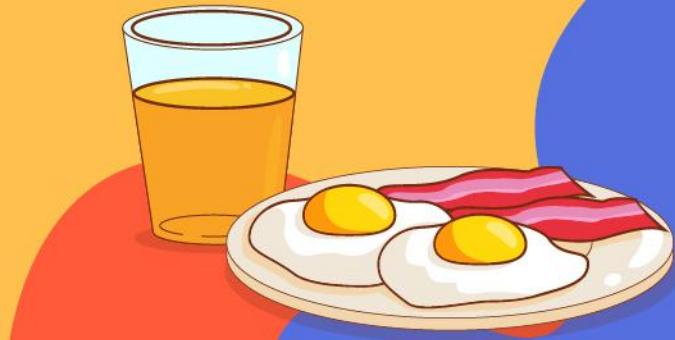


# 早餐安心吃

早餐從業人員  
衛生操作指引手冊



# 序言

為落實餐食衛生安全之執行，並配合114年6月修正之食品良好衛生規範準則 (Regulations on Good Hygiene Practice for Food, 下稱GHP準則)修正「早餐從業人員衛生操作指引手冊」，手冊以「人員、食品、環境、餐具」之四大面向為架構說明，藉由本手冊之內容，協助早餐店經營業者建立自主管理機制。

因應早餐店常見操作習慣，強調接觸金錢後應立即清洗或消毒雙手，抹布應保持清潔且不得與食品接觸。食品衛生方面，應落實食材源頭管理，對採購之各項食材進行控管並留存紀錄，且生、熟食之操作、儲存亦為此項目之輔導重點。環境衛生方面，因早餐店型態為半開放式小型餐飲業者，大多數店面正門未設置隔離設施（如玻璃門、拉門等），在此情況下，建議業者要增加清掃與清潔頻率以維持乾淨，並避免廢棄物品囤積，以減少及預防病媒孳生。

餐具衛生則是餐飲業必備之基本要求，除了使用、清洗、儲存應保持清潔外，盛裝冷熱飲時應選擇並使用正確餐具，避免不耐熱塑膠材質盛裝高溫食品或飲品，以降低食品安全風險。

藉由本手冊，早餐店經營業者及連鎖總部可依循正確作業方式，降低食品中毒案件發生，為消費者提供安全、安心且衛生的優良飲食環境。

衛生福利部食品藥物管理署

署長 姜至剛 謹識

中華民國114年12月

# 目錄

一、食品從業人員好衛生	1
二、食品新鮮好安全	4
三、餐飲環境好整潔	7
四、餐具清洗好乾淨	10

# 做好4大重點、達到安心標準！

如何達到衛生安全之標準，業者須著重於「**人員**、**食品**、**環境**、**餐具**」4大方向，讓食品從業人員瞭解每個方向應注重之環節、達到符合早餐店衛生安全標準，藉由「4在好安心」讓消費者「食在好安心」：



**人員操作好衛生**



**食品新鮮好安全**



**餐飲環境好整潔**



**餐具清洗好乾淨**

**人員操作好衛生**：穿戴圍裙、帽子、配戴口罩、養成良好衛生習慣。

**食品新鮮好安全**：做好食材源頭管制、生熟食不交叉污染。

**餐飲環境好整潔**：清掃整理餐飲環境、避免病媒孳生。

**餐具清洗好乾淨**：餐具清洗乾淨、不殘留污垢。

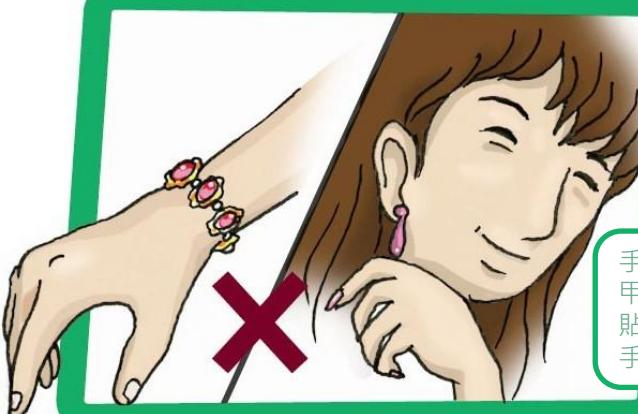
# 食品從業人員好衛生

配戴口罩、圍裙及帽子、養成良好衛生習慣



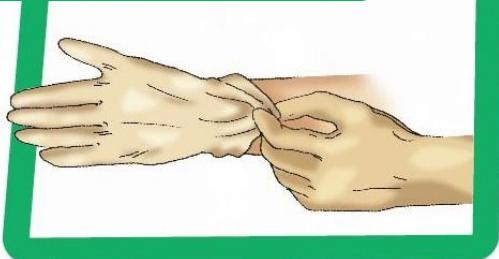
應正確戴帽子（頭巾）、穿圍裙及配戴口罩（戴帽子或頭巾可避免頭髮等異物掉入食物中、圍裙應經常清洗並保持乾淨）。

新進食品從業人員應至少3小時教育訓練、並於從業期間內、持續接受每年至少3小時相關教育訓練。



手部不得蓄留指甲、塗抹指甲油、指甲彩繪、使用指甲貼片或佩戴飾品（例如戒指、手（耳）環、手錶等）。

調理即食食品之手部要保持乾淨，手部不可直接接觸有污染之虞之物品，如接觸金錢後應立即清洗、消毒手部或更換手套（金錢被多數人接觸或經過不潔環境、再碰觸食品可能將細菌帶入乾淨的食品中）。



手部若有傷口應先確實包紮，再配戴一層外部手套，避免包紮用品混入食材中成為異物來源，因而污染食品。



不得於食品作業現場抽菸、嚼檳榔、口香糖、飲食或其他可能污染產品之行為。



## 檢查項目

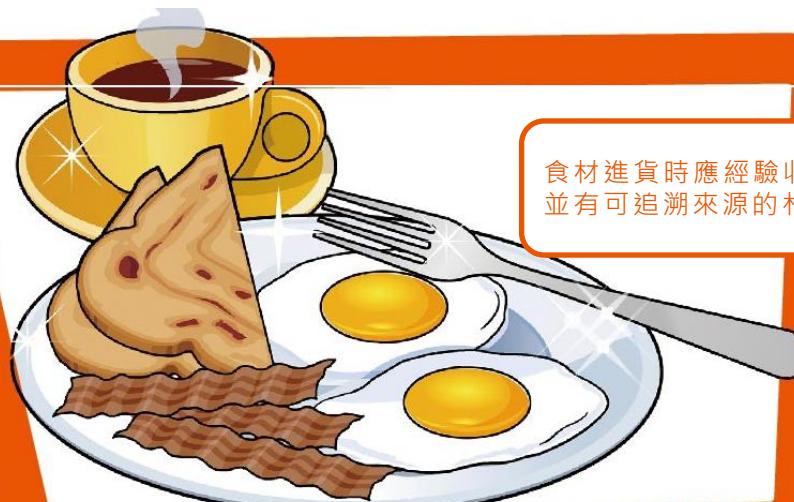
- A型肝炎
- 傷寒
- 手部皮膚病



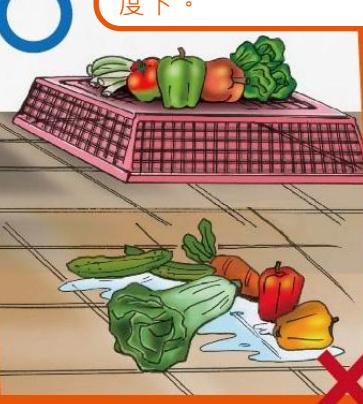
- 每年至少接受健康檢查一次並留有紀錄。
- 從業人員如有嘔吐、腹痛、腹瀉等腸胃不適症狀，應等症狀解除至少48小時後，才可恢復工作。

# 食品新鮮好安全

做好食材源頭管制、生熟食不交叉污染



食材進貨時應經驗收程序，  
並有可追溯來源的相關紀錄。



食材不得直接置放於地面，  
可使用墊底籃或棧板及架子，  
食材應保存於正確溫度下。



製作食品相關區域及設  
備器具應保持清潔。

食材不得腐敗變質，常溫食材不得直接受陽光曝曬。



注意食材之保存條件，如果標示需冷藏或冷凍，則依照指示存放，尤其部分食材開封後會建議冷藏存放。

抹布不得與食品直接接觸且應保持清潔。



定期檢查食材有效日期，尤其已開封食品，特別注意使用期限，並儘早使用完畢。



為確保油炸油品質，以下任一情形發生時，應予以換油。

1. 總極性化合物 $\geq 25\%$ 。
2. 發煙點溫度低於 $170^{\circ}\text{C}$ 時（亦即油炸油於低溫時即已冒煙）。
3. 油色太深或黏漬。
4. 具油耗味。
5. 泡沫多、大且有顯著異味且面積超過油炸鍋 $1/2$ 以上。
6. 酸價 $\geq 2.0 \text{ mg KOH/g}$ 。

抹布上以肉眼看似為髒污，但是經由顯微鏡下觀察，則是佈滿了微生物，所以務必要注意抹布使用狀況及保持清潔。有關抹布之殺菌或消毒，可使用蒸氣、沸水、氯液或其他有效方法處理。





烹煮操作台之排煙、截油設施應保持清潔。



冷藏櫃 / 庫溫度應達到7°C以下凍結點以上；冷凍櫃 / 庫溫度應達到-18°C以下。



食材（品）之存放應有效區隔，避免生、熟食品交叉污染。  
冷藏、冷凍櫃內避免使用紙箱或紙板作為區隔的隔板，以防止病媒躲藏及污染食品。

## 食品與溫度的重要性

依據GHP準則要求、食品需維持適當的溫度管理；冷凍保存應低於-18°C、冷藏在7°C以下、而熟食熱藏則需高於60°C。

若熟食未進行熱藏而降溫至危險溫度帶（7~60°C）應儘早食用，若要冷藏備用，需在兩小時內放入冰箱，以避免細菌快速增殖並產生毒素。配送時可依降溫速度安排烹煮順序，並強化保溫措施，以降低食品中毒風險。

# 餐飲環境好整潔

清掃整理餐飲環境、避免病媒孳生



營業場所四周環境保持清潔（須經常打掃清洗，建議為每日開店進行小清潔，閉店時進行全部清潔），垃圾每日清除，避免病媒孳生。

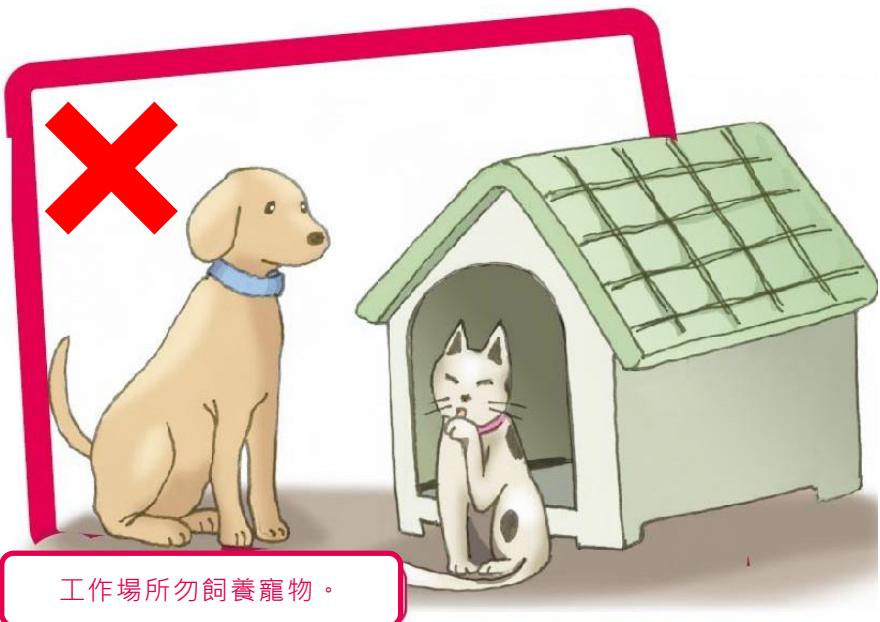


天花板、牆壁、地板、門窗保持清潔乾淨，不得有塗層剝落、破損或蜘蛛網。

通風應良好無不良氣味，空調通風口保持清潔（建議每週定期擦拭，每月定期清洗）。







## 病媒防治 三重點



做好清潔不積垢，儲存食材無破損、外露、無異味，可減少病媒出沒。



垃圾桶應加蓋避免異味飄散，建議使用腳踏式垃圾桶，避免乾淨之手遭受污染。並且妥善處理廢棄物，防止病媒孳生。

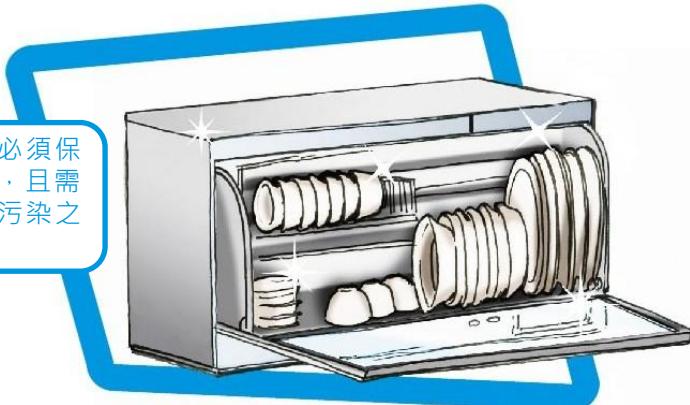
# 餐具清洗好乾淨

餐具清洗乾淨、不殘留污垢



餐具保持乾燥清潔，不可有破損、  
缺口或鏽蝕，已清潔之器具妥善包  
覆避免污染。

餐具存放地點必須保  
持乾燥、乾淨，且需  
有防塵或防蟲污染之  
措施。



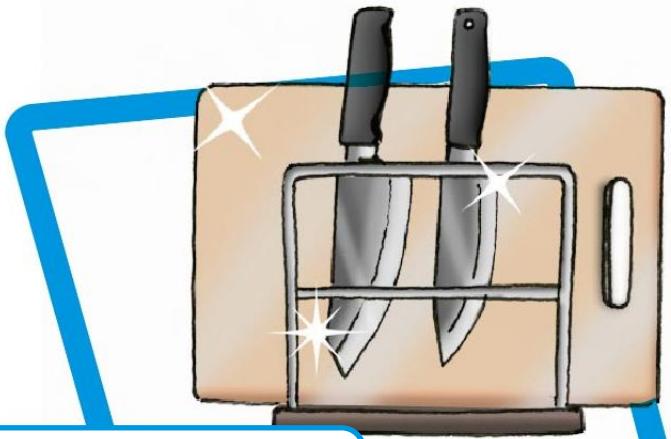


如果使用免洗餐具  
請用畢即丟，且使  
用前應確認供貨來  
源。

與食品接觸之器具、容器或包裝不得  
有不良變色、異臭、異味、污染、發  
霉，提供飲用之吸管也要確認品質符  
合「食品器具容器包裝衛生標準」。



不是所有塑膠杯（袋）都能裝盛熱  
飲，要注意容器的耐熱程度，盛裝  
熱飲請用耐熱材質。



保持刀具砧板的衛生，每次使用後需澈底清洗、清潔，儲存時保持乾淨。

## 使用耐熱材質盛裝熱飲

盛裝熱食時建議選用有清楚標示耐熱溫度及材質之環保杯，並依照標示正確使用。

熱食或熱飲應使用耐熱材質容器盛裝，如陶瓷杯、鋼杯、玻璃杯等。



## 早餐從業人員衛生操作指引手冊

出 版 機 關	衛生福利部食品藥物管理署
地 址	115021 臺北市南港區研究院路一段130巷109號
網 址	<a href="http://www.fda.gov.tw">http://www.fda.gov.tw</a>
電 話	( 02 ) 2787-8200、1919 ( 全國食安專線 )
發 行 人	姜至剛
總 編 輯	蔡淑貞
副 總 編 輯	許朝凱
審 核	周珮如、蕭惠文
編輯小組 ( 第二版 )	路景翔、陳若宇、莊沛樺、李婉嫻
編輯小組 ( 第一版 )	台灣食品GMP發展協會
出 版 年 月	民國114年12月 ( 第二版 )
設 計 單 位	財團法人食品工業發展研究所

著作財產人：衛生福利部食品藥物管理署  
本書保留所有權利，如有需要，請洽衛生福利部食品藥物管理署



衛 生 福 利 部  
食 品 藥 物 管 理 署  
Taiwan Food and Drug Administration

地址：115021 臺北市南港區研究院路一段130巷109號

電話：( 02 ) 2787-8000

網址：[www.fda.gov.tw](http://www.fda.gov.tw)



衛 生 福 利 部  
食品藥物管理署  
Taiwan Food and Drug Administration

地址：115021臺北市南港區研究院路一段130巷109號  
電話：(0 2) 2787-8000  
網址：[www.fda.gov.tw](http://www.fda.gov.tw)

