



早餐安心吃

早餐從業人員
衛生操作指引手冊



序言

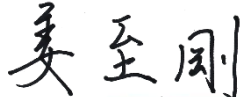
為落實餐食衛生安全之執行，並配合114年6月修正之食品良好衛生規範準則 (Regulations on Good Hygiene Practice for Food, 下稱GHP準則)修正「早餐從業人員衛生操作指引手冊」，手冊以「人員、食品、環境、餐具」之四大面向為架構說明，藉由本手冊之內容，協助早餐店經營業者建立自主管理機制。

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  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。

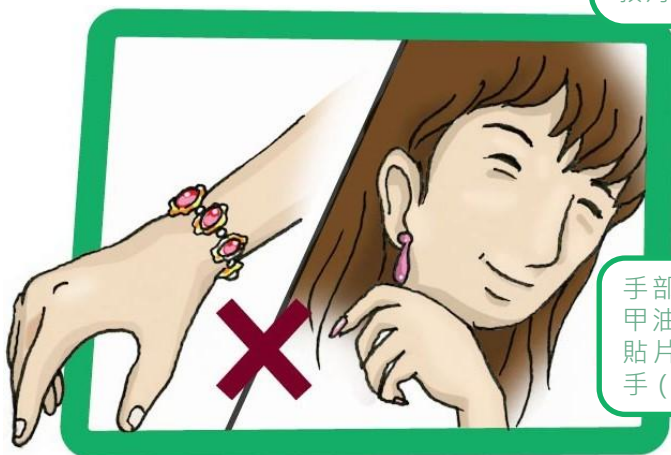
食品從業人員好衛生

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）。

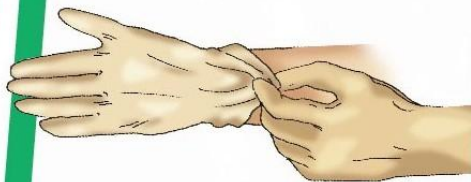
新進食品從業人員應至少3小時教育訓練、並於從業期間內、持續接受每年至少3小時相關教育訓練。



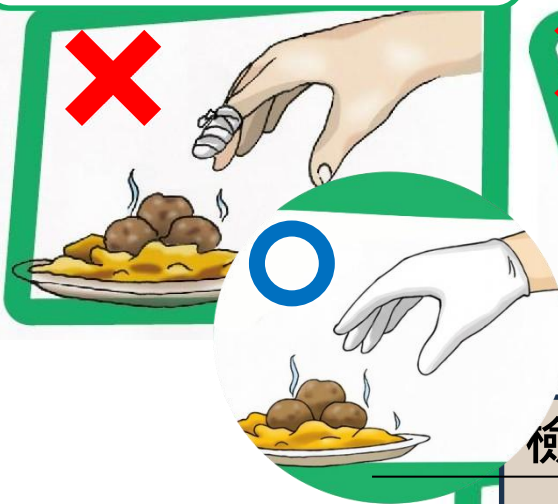
手部不得蓄留指甲、塗抹指甲油、指甲彩繪、使用指甲貼片或佩戴飾品（例如戒指、手（耳）環、手錶等）。



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

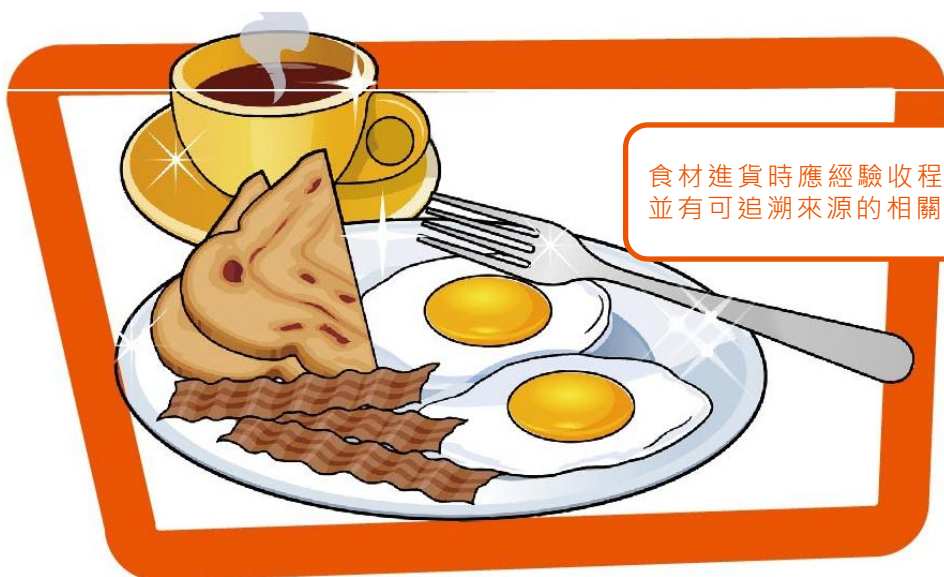
- 每年至少接受健康檢查一次並留有紀錄。
- 從業人員如有嘔吐、腹痛、腹瀉等腸胃不適症狀，應等症狀解除至少48小時後，才可恢復工作。

- A型肝炎
- 傷寒
- 手部皮膚病



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。

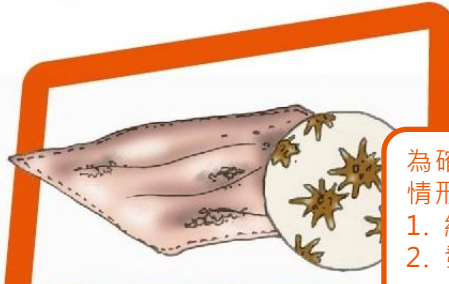


注意食材之保存條件，如果標
示需冷藏或冷凍，則依照指示
存放，尤其部分食材開封後會
建議冷藏存放。

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。



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。

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°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 $\geq 2.0 \text{ mg KOH/g}$ 。





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 、冷藏於 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（ $7\sim 60^{\circ}\text{C}$ ）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）。

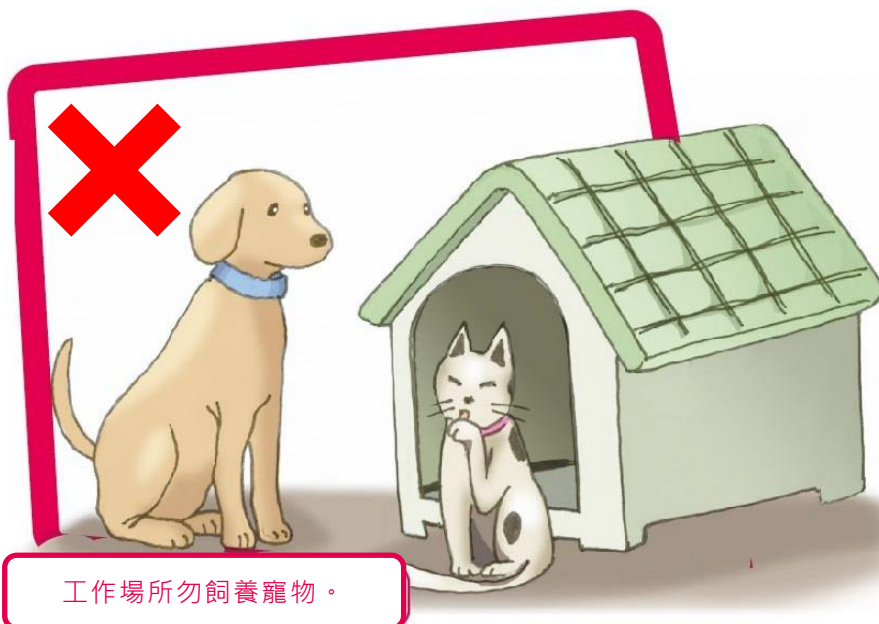




營業場所無病媒出沒痕跡（例如老鼠、蟑螂、蒼蠅等）。



建築物的通道、出入口、門窗、通風口及其他孔道設置防止病媒侵入設施。



病媒防治 三重點



不給來



不給住



不給吃

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。



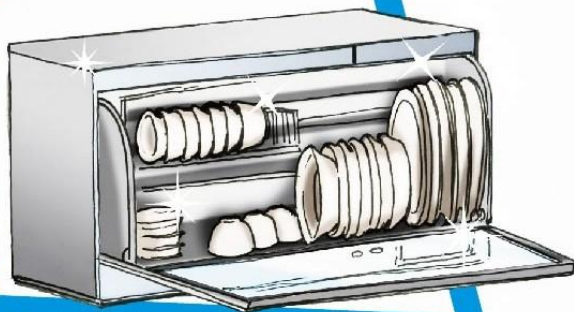
垃圾桶應加蓋避免異味飄散，建議使用腳踏式垃圾桶，避免乾淨之手遭受污染。並且妥善處理廢棄物，防止病媒孳生。

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。

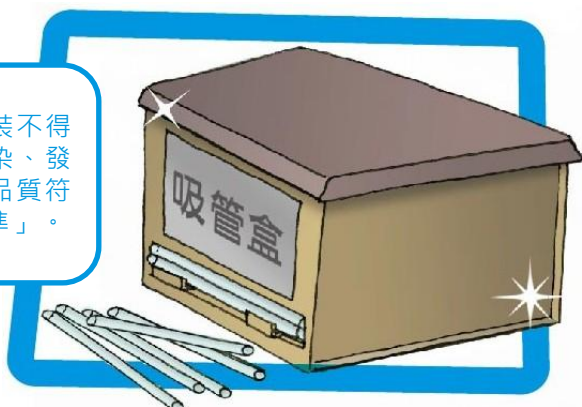


餐具存放地點必須保持乾燥、乾淨，且需有防塵或防蟲污染之措施。



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	http : //www.fda.gov.tw
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、李婉嬪
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



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

