



UPUTE O PREHRAMBENOJ SIGURNOSTI ZA RADNIKE U PREHRAMBENOJ INDUSTRIJI

Mnoge zaraze uzrokovane prehranom mogu se izbjeći pravilnom pripremom hrane. Životinjski proizvodi te grah, riža i tjestenina posebno su opasni. Ove namirnice su „Hrana koja zahtijeva kontrolu vremena i temperature radi sigurnosti (TCS)“. Držite se ovih pravila o prehrambenoj sigurnosti da hrana koju pripremate i poslužujete ne bi bila štetna. Ove upute su donešenu skladu sa FDA (Američke agencije za nadzor hrane i lijekova) zakonom iz 2013-e.

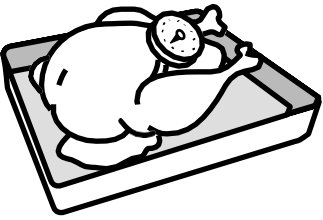
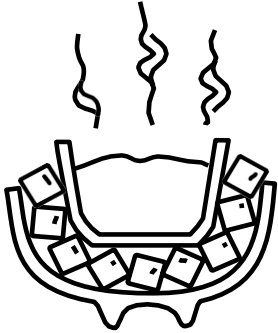
ČUVAJTE VAŠE ZDRAVLJE

Glavna načela	Opasnosti	Poruka o prehrambenoj sigurnosti
Budite zdravi	Mikrobiološke zaraze	<ul style="list-style-type: none"> • Ne pripremajte hranu ukoliko ste bolesni te ukoliko imate gnojne ili otvorene rane na rukama • Obavijestite vašeg poslodavca ukoliko ste bolesni • Ne kišite i kašljite u prostorima za pripremu hrane
Održavajte dobru osobnu higijenu 	Mikrobiološke zaraze	Operite ruke nakon što ste: <ul style="list-style-type: none"> • Koristili WC • Kihali, kašljali ili koristili papirnu ili pamučnu maramicu • Dirali sirovu hranu • Dirali prljavi pribor za jelo ili opremu • Iznijeli smeće
	Medusobne zaraze	<ul style="list-style-type: none"> • Koristite samo umivaonike za osoblje
	Tjelesne zaraze	<ul style="list-style-type: none"> • Nosite uvijek čistu odjeću na posao
	Mikrobiološke te tjelesne zaraze	<ul style="list-style-type: none"> • Nosite redovito mrežice za kosu ili zavežite kosu u prostorima za pripremu hrane • Ne jedite, pijte te pušite kod pripreme hrane • Održavajte vaše nokte čistima i njegovanima

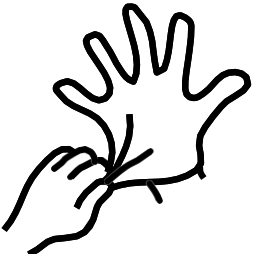
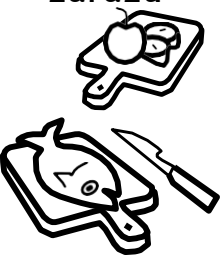

REGULACIJA TEMPERATURE I VREMENA

Glavna načela	Opasnosti	Poruka o prehrambenoj sigurnosti
Regulacija temperature i vremena  Prilikom dostave hrane	Razmnožavanje bakterija te pojava toksina	Držite hranu van „zone opasnosti“: 41°F - 135°F <ul style="list-style-type: none"> • koristite termometar pri mjerenju temperature hrane Prilikom dostave hrane te njene pohrane vodite računa pod kojom temperaturom to obavljate <ul style="list-style-type: none"> • hranu koja se nalazi u frižideru držite na temperaturi od 41°F • zamrznutu hranu držite na temperaturi od 0°F
Tokom pripreme	Razmnožavanje bakterija te pojava toksina	Otapajte zamrznutu hranu u: <ul style="list-style-type: none"> • frižideru • u pitkoj te tekućoj hladnoj vodi na temperaturi ispod 70°F oko otprilike dva sata • u mikrovalnoj pećnici ukoliko je hrana u tijeku pripreme

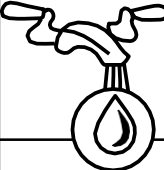
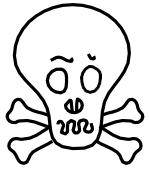
REGULACIJA TEMPERATURE I VREMENA

Glavna načela	Opasnosti	Poruka o prehranbenoj sigurnosti
<p>Regulacija temperature i vremena</p> <p>Prilikom kuhanja</p> 	<p>Otpornost bakterija te pojava toksina</p>	<p>Kuhajte svu hranu do prikladne temperature. Provjerite da li je jelo gotovo tako da držite termometar u jelu toliko dugo koliko je potrebno da isčita željenu temperaturu.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 165°F 15 sekundi perad, punjena mesa, ribu, tjesteninu te nadjeve koji sadrže mesne te riblje proizvode • 165°F 15 sekundi mljevena mesa peradi • 155°F 15 sekundi ili pri 158°F odmah sva mljevena mesa (umrvljena i punjena raznim umacima) te umrvljena mesa uključujući i riblja kao i sirova, istučena jaja nepripremljena za posluživanje • 145°F 15 sekundi perad, ribu te druga mesa kao i nekuhana jaja unaprijed pripremljena za narudžbe • 145°F 3 minute govedu te svinjeću pečenu kao i jela poput pašticide • 145°F mjeriti sa gornje i donje strane jela žilaviji govedu odrezak • 165°F sirove životinjske proizvode kuhane u mikrovalnoj pećnici
<p>Pri čuvanju hrane</p>	<p>Razmnožavanje bakterija te pojava toksina</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Držite vruću „Hranu koja zahtijeva kontrolu vremena i temperature radi sigurnosti (TCS)“ na temperaturi od 135°F i većoj. • Držite hladnu TCS hranu na temperaturi od 41°F te ispod te iste
<p>Kod hladenja hrane</p> 	<p>Razmnožavanje bakterija te pojava toksina</p>	<p>Hladite svu gotovu hranu koja zahtijeva kontrolu vremena i temperature radi sigurnosti (TCS):</p> <ul style="list-style-type: none"> • 135°F do 70°F otprilike 2 sata ili manje • 70°F do 41°F otprilike 4 sata ili manje • Hladna gotova jela na temperaturi od 41°F ili manjoj ukoliko se hladi duže od 4 sata • Označite hranu te zabilježite datum njene pripreme kao i rok istjecanja ukoliko namjeravate čuvati hranu duže od 24 h u kojem slučaju bi je držali u frižideru određeni broj dana zavisno o temperaturi u namjeri da je ponovo upotrijebite <ul style="list-style-type: none"> • pri 41°F-do 7 dana uključujući i datum pripreme • pri 45°F- do 4 dana uključujući i datum pripreme • Hladite svu hranu u plitkim zatvorenim posudama (10.16cm ili niže)
<p>Prilikom podgrijavanja</p>	<p>Otpornost bakterija te njihovo razmnožavanje kao i pojava toksina</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Brzo zagrijte TCS hranu na 165 °F (2 sata ili manje) i držati na 135°F.

SPRIJEČITE ZARAZU

Glavna načela	Opasnosti	Poruka o prehrambenoj sigurnosti
<p>Spriječite zaraženost hrane</p> 	<p>Mikrobiološke te tjelesne zaraze</p>	<ul style="list-style-type: none"> Izbjegavajte dirati već pripremljenu hranu sa golim rukama. Koristite rukavice za jednokratnu uporabu, papir za zamotavanje, spatulu, hvataljke te drugi pribor za jednokratnu uporabu Izbjegavajte dodir golim rukama kod nepripremljene hrane Pohranjajte hranu u zatvorenim posudama ili njihovoj originalnoj ambalaži Ne pohranjajte hranu u ambalaži koja upija tekućinu ukoliko je hrana izložena vodi ili ledu Ne pohranjajte nezapakiranu hranu ukoliko je ona izložena neocijedenom ledu Operite voće i povrće prije njihove pripreme te serviranja Pohranjajte hranu na suha i čista mjesta koja nisu izložena prskanju vodom, prašini ili drugim mogućim onečišćivačima. Hrana mora biti pohranjena najmanje 15.24cm od poda.
<p>Spriječite međusobnu zarazu</p> 	<p>Medusobne zaraze</p>	<ul style="list-style-type: none"> Odvojite prilikom pohrane, pripremanja, čuvanja te serviranja sirove životinjske proizvode od sirovih životinjskih proizvoda koji se kao takvi posluživaju (npr. suši, mekušci, plodovi mora, voće i povrće) te od ostalih već pripremljenih jela
	<p>Mikrobiološke zaraze</p>	<ul style="list-style-type: none"> Perite te dezinficirajte termometre za hranu prije i poslije njihove upotrebe kod gotovih i sirovih jela
	<p>Medusobne zaraze</p>	<ul style="list-style-type: none"> Ne miješajte sirovu hranu sa već pripremljenom
<p>Održavajte mjesta koja dolaze u dodir sa hranom čistima</p> 	<p>Mikrobiološke zaraze</p>	<p>Čistite te dezinficirajte svu opremu koja je u kontaktu sa hranom te također pribor za jelo:</p> <ul style="list-style-type: none"> Prije pripreme raznih sirovih životinjskih proizvoda (govedina, riba, janjetina, svinjetina te perad) Kada god predete sa pripreme sirove hrane na već gotovu hranu Između pripreme sirovog voća i povrća i hrane koja zahtijeva kontrolu vremena i temperature radi sigurnosti. Svaki put tokom pripreme hrane ukoliko postoji mogućnost od zaraze Svaka 4 sata ukoliko ste pripremali hranu koja zahtijeva kontrolu vremena i temperature radi sigurnosti na sobnoj temperaturi većoj od 55°F Perite te dezinficirajte termometre za hranu prije i poslije njihove upotrebe

ODRŽAVAJTE POHRANJENU HRANU NA SIGURNOM MJESTU

Glavna načela	Opasnosti	Poruka o prehrambenoj sigurnosti
Uzmite u obzir podrijetlo nabave te stanje u kojoj se hrana nalazi	Mikrobiološka, tjelesna te kemijska zaraza	<ul style="list-style-type: none"> Nabavljajte hranu od pouzdanih dobavljača Ne upotrebljavajte hranu koja je pripravljena kod kuće Ne koristite hranu iz nabitih, ulupljenih konzervi ili iz oštećene ambalaže
 Koristite pitku vodu	Mikrobiološka i kemijska zaraza	<ul style="list-style-type: none"> Koristite samo pitku vodu Led može biti korišten samo ako je napravljen od pitke vode
Koristite pouzdani prijevoz	Mikrobiološka i kemijska zaraza	<ul style="list-style-type: none"> Zaštite hranu prilikom njenog prijevoza Prevozite hranu u čistim prijevoznim sredstvima te u čistoj opremi Čuvajte hranu u frižiderima na temperaturi od 41°F ili nižoj Održavajte vruću hranu vrućom (na temperaturi od 135°F ili višoj)
Koristite te spremite sve kemikalije te pesticide oprezno 	Kemijska zaraza	<ul style="list-style-type: none"> Upotrebljavajte te spremajte samo kemikalije koje su neophodne Koristite kemikalije u skladnosti sa proizvođačevim uputama Ne spremajte kemikalije na mjesta na kojima se nalazi hrana, pribor za jelo, oprema, stolnjaci, ubrusi te roba za jednokratnu uporabu Jedino ovlašteni korisnici mogu upotrebljavati pesticide

Massachusetts-ovo partnerstvo za obrazovanje o prehrambenoj sigurnosti predstavlja oblik suradnje između University of Massachusetts Extension obrazovnog programa za zdravu ishranu te državnih i federalnih agencija kao i udruga koje suraduju sa potrošačima, regulatorima i zaposlenicima u prehrambenoj industriji uključujući same nabavljače. Cilj ove suradnje je da se smanji rizik zaraze hranom u Massachusetts-u:

- Proširivanjem znanja o prehrambenoj sigurnosti među određenim udrugama te pojedincima
- Obrazovanjem pojedinaca te udruga o boljem sistematskom pristupu pri prehrambenoj sigurnosti
- Povećanjem suradnje te komunikacije između već postojećih udruga

Udruge u suradnji:

- MA Odjel za poljoprivredne resurse
- MA Odjel za osnovno i srednje obrazovanje
- MA Odjel za javno zdravstvo, Program zaštite hrane
- MA zastupništvo za starije građane
- MA Prehrambena udruga
- Massachusetts 'Food Banks'
- MA udruga restorana
- MA Udruženje za zaštitu životne sredine
- MA udruga zdravstvenih agenata
- UMass Extension
- UMass Amherst - Odsjek za ishranu
- Odjel za poljoprivredu SAD-a: 'Food Safety and Inspection Service'
- SAD-ova prehrambena te farmaceutska administracija



Ova uredba je donešena od strane U-Mass-ovog Extension Programa za obrazovanje o ishrani, isto tako u suradnji sa Massachusetts-ovim Partnerstvom za prehrambenu sigurnost. U-Mass Extension pruža jednake prilike svima u svom programu te pri zapošljenju. NU-013 Revidirano: 04/2021.

