

# 음식위생은 모든 사람의 책임입니다

## 식중독을 예방하는 방법들



와싱턴 주 음식 & 음료수 관리 안내  
(Korean)

# 내용 안내

1 부 : 음식위생 안내	1
대부분의 식중독은 세균에 의해 생깁니다	2
일부의 사람들은 비교적 자주 걸릴 수 있습니다	3
위험 물질	4
생리적 위험물질(세균)	6
2부 : 일반적으로 모든 식중독을 예방할 수 있는 세가지 방법들	8
<b>음식위생 방법 : 개인 위생</b>	<b>9</b>
손 씻기	10
음식을 맨손으로 다루는 것을 피한다	12
개인 위생습관	13
<b>음식위생 방법 : 온도 조절</b>	<b>14</b>
온도계	15
뜨거운 음식은 뜨겁게 조리 및 보관	16
차가운 음식은 차갑게 조리 및 보관	18
<b>음식위생 방법 : 간접적 세균전염 예방</b>	<b>20</b>
씻기, 헹구기, 및 소독	21
부가적 음식위생 안내	22
음식관리사들을 위한 특별 주의들	24

이 안내서에서 제공되는 안내들은 워싱턴 주 식품판매 규율에 준한 것입니다 그리고 이는 식품관리에 대해 교육할 시에 사용될 것을 고려하여 제작되었습니다. 이 안내서는 워싱턴 주 식품판매 규율을 모두 포함하지 않습니다. 더 자세한 안내를 원하시면, 지역 건강부에 문의하시길 바랍니다.



Washington State Department of Health DOH Pub 332-036 April 2005 The Department of Health is an equal opportunity agency. If you need this publication in an alternative format, please call 1-800-525-0127 (voice) or 1-800-833-6388 (TTY relay service).

**PUBLIC HEALTH**  
ALWAYS WORKING FOR A SAFER AND HEALTHIER WASHINGTON

감사합니다.

음식을 위생적으로 준비하고 관리하는 방법에 대해 적극적으로 배우고자 하심에 감사 드립니다. 음식 관리자로서, 여러분은 다른 사람을 위해 음식을 준비하십니다. 사람들은 여러분이 위생적으로 음식을 다룰 것을 믿습니다. **사람들이 식중독에 걸리지 않도록, 여러분은 음식을 위생적으로 준비하고 관리할 책임이 있습니다.**

이 안내서에 있는 안내는 여러분이 직장에서나 가정에서나 음식을 위생적으로 보관하고, 준비하고, 그리고 관리할 수 있도록 도움을 드릴 것입니다.

이 안내서는 2부로 나누어 집니다:

- 1부 식중독 안내
- 2부 식중독을 예방하기위한 음식 관리법

이 안내서를 끝내실 때에, 여러분은 다음을 확인하실 것입니다:

1. 식중독은 여러 방법으로 감염될 수 있다
2. 깨끗한 손 및 위생적인 음식관리의 중대성을 인지한다
3. 주의 온도를 어떻게 피하면 식중독을 예방할 수 있는 지를 안다
4. 기본적 음식위생법을 기억할 수 있도록 몇몇의 도움을 받는다
5. 음식 관리자로서의 책임감을 인지한다

음식위생법은 당신과 다른 사람들을 보호합니다. 이 안내서에 나오는 안내를 신중히 배우시고 직장에서나 가정에서 실천하시길 바랍니다. 문의가 있으시면, 지역 건강부에 문의해 주십시오.

올바르게 교육 받은 음식 관리자들은 안전한 음식의 가장 중요한 요소란 점을 기억하십시오. 와싱턴 주의 음식위생팀이 여러분을 환영합니다.

## 식중독

식중독은 음식점에서만 생기는 질병이 아닙니다. 음식을 다루는 모든 사람들이 식중독을 전염할 수 있습니다.

섭취한 음식에 위험한 화학 물질 또는 세균이 있어서 질병을 앓는 경우가 있습니다. 이 질병을 일반적으로 식중독이라 합니다. 대부분의 식중독은 독성음식 또는 세균감염에 의해 생깁니다.

사람들이 식중독이라 하는 경우에는, 일반적으로 독성음식을 말합니다. 화학물질, 박테리아, 또는 독성 버섯 등을 포함한 일부 음식을 독성음식이라 칭합니다. 독성음식 섭취로 인한 식중독은 일반적으로 섭취 후 몇 시간 안에 증세가 시작됩니다, 그리고 종종 구토를 유발합니다.

식중독을 유발하는 세균은 일반적으로 박테리아, 바이러스, 또는 기생충입니다.

그러나, 실제로 대부분의 식중독은 독성음식에 의한 것이 아닙니다. 대부분의 식중독은 음식이나 우리의 몸 안에서 자라는 세균에 의한 감염입니다. 이 감염의 증상은 설사, 구토, 발열, 두통, 및 복통을 포함합니다. 증상은 음식을 섭취 후 몇 시간 후 내지 몇 주 이후에도 나타납니다.

미국 내에서, 질병관리센터가 조사한 바로는, 매년 비위생적인 음식으로 인해 76백만이 질병을 앓고 5000명까지 사망합니다. 이 안내서에 있는 음식위생법을 잘 지키므로 여러분은 대부분의 식중독을 예방할 수 있습니다.



담당인 : 각 장소에 지정된 담당인은 영업 내내 주의하여야 하며 모든 음식위생법이 지켜지는지를 확인하여야 합니다. 또한, 담당인은 워싱턴 주의 음식위생법을 인지하고 영업장소에서 실제로 이가 올바르게 행해지는지를 확인해야 합니다. 만일 여러분이 문의가 있으시면, 담당인에게 문의하십시오. 만일 본인이 담당인이라면, 음식 관리자들이 올바른 교육을 받고 그들이 각각의 책임을 올바르게 행할 수 있도록 안내해야 합니다.

---

2면 음식위생 안내 : 대부분의 식중독은 예방될 수 있습니다.

## 감염에 민감한 사람들

일부의 음식은 민감한 사람들에게 식중독을 유발할 수 있습니다.

비위생적으로 다루어진 음식에 의해 어느 누구나 감염될 수 있으나, 일부의 사람들은 감염에 특히 민감하며 심각한 질병을 앓을 수 있습니다. 이러한 사람들을 고도의 감염민감 인구라 칭합니다. 그들은 다음을 포함합니다:

이러한 음식은 다음을 포함합니다:

- 안 익힌 고기
  - 생굴
- 안 익힌 계란
  - 새싹
  - 저온 살균되지 않은 우유나 주스

- 5세 이하
- 65세 이상
- 임산부
- 면역결핍(암, AIDS, 당뇨, 일종의 약복용, 또는 외의 조건들로 인한)



고도의 감염민감 인구에게 음식을 제공하는, 병원, 어린이보호센터, 유치원, 보육원, 및 성인보호소 같은 시설에서는 부가적인 음식위생법이 적용됩니다. 이러한 규율들 중에 몇몇이 이 안내서에 강조됩니다. 더 자세한 안내를 원하시면, 지역 건강부에 문의하여 주십시오.

## 음식에 포함된 위험물질

음식위생의 목표는 식중독 및 외의 상해를 유발하는 것을 예방하기 위함입니다. 음식에 포함된 위험물질은 눈에 보이지 않으며, 냄새도 없으며, 맛도 느낄 수 없습니다.

음식에 포함된 위험물질은, 질병 또는 상해를 유발하는 물리적, 화학적, 또는 생리적 요소를 말합니다. 대부분의 식중독은 생리적 물질(세균)에 의해 유발됩니다.

위험	예들	와싱턴 주에서 생긴 일입니다...
물리적	음식에 포함된 딱딱하거나 부드러운 물질이 상해를 유발할 수 있습니다. 예를 들면, 유리조각, 액세서리, 반창고, 스테이플, 및 손톱 등등입니다.	동부 와싱턴에 위치한 빵집에서 구입한 생일케이크에서 여러 개의 스테이플이 발견되었습니다. 그 케이크는 종이가 걸려있는 메모판 아래에서 준비되었습니다.
화학적	자연적으로 생겼거나 또는 음식을 준비하는 과정에서 생긴 독성물질. 예를 들면, 세척제, 살충제, 및 몇몇의 금속 등등.	소다 자판기 속에 있는 밸브가 부러지면서, 서부 와싱턴에 거주하는 몇몇의 소비자들이 소다를 마신 후 몇분 내에 구리중독 증상을 일으켰습니다.
생리적	현미경 사용 없이는 볼 수 없는 세균. 예를 들면, 기생충, 박테리아, 및 바이러스.	서부 와싱턴에서 질병을 앓고 있었던 직원이 준비한 샌드위치를 섭취한 후에 몇몇의 소비자들이 간염 A에 감염 되었습니다.

**물리적 위험** 음식에 포함된 물리적 위험물질을 삼켰을 경우 상해를 초래할 수 있습니다. 대부분의 경우에, 물리적 위험물질은 비위생적인 음식관리 또는 사고로 인해 음식에 포함됩니다. 신체적 상해를 예방하기 위해서 다음을 지킵시다:

- 과일과 채소를 신중히 씻는다
- 자신이 준비하고 있는 음식에 주의한다
- 음식에 이물질이 떨어질 수 없도록, 음식준비 지역을 잘 정돈한다

---

4면 음식위생 안내 : 대부분의 식중독은 세균에 의한 감염입니다.

**화학적 오염** 화학물질이 음식에 포함되는 경우, 이로 인해 식중독이 유발될 수 있습니다. 비누, 세척제, 소독제, 그리고 살충제 등의 모든 화학물질은 음식, 용기, 및 음식준비 지역으로부터 멀리 떨어져 있도록 관리해야 합니다.

만일 화학물질이 부엌에 저장되어야 할 필요가 있는 경우에는, 반드시, 음식 및 음식준비지역 아래에 배치하여 절대 음식에 포함되는 일이 없도록 합니다. 만일 화학물질이 영업장소에 필요하지 않다면, 완전히 이를 제거하도록 합니다.

모든 화학물질 용기에는 쉽게 읽을 수 있는 표시 및 관리법을 반드시 부착해야 합니다.



### 음식 저장용기

도금된 용기는 몇몇의 용기들은 음식저장 용기로 인정되지 않습니다. 이러한 용기들은 쓰레기 봉투, 도금된 캔, 화학물질을 담았던 용기 등을 포함합니다. 남은 화학물질이 음식에 들어갈 수 있으므로 이러한 용기들은 음식저장에 적합하지 않습니다.

아연을 포함합니다.

### 화학물질로부터 음식을 안전이 보호:

- 음식 가까이 두어도 된다는 승인을 받은 화학물질만을 영업장소에 보관한다
- 모든 화학물질을 음식 및 음식조리장소 아래에 배치하여 절대 음식에 포함되는 일이 없도록 한다
- 모든 화학용기에 표시한다
- 음식저장에 인정 받은 용기만을 사용한다
- 모든 기구가 올바르게 작동하는 지 확인하다

**생리적 감염** 우리는 많은 세균과 함께 세상을 공유하고 있습니다. 일반적으로 세균은 우리에게 이득 합니다, 그러나 몇몇은 우리에게 질병을 줍니다. 이 안내서는 식중독을 유발하는 유해 세균에 중점을 둡니다: 기생충, 바이러스, 및 박테리아.

**기생충** 음식에 포함된 기생충은 대부분 원래 생선, 돼지고기, 또는 육류에 살고있는 작은 벌레입니다. 냉동하거나 올바른 온도에서 조리 될 시, 이 기생충은 죽습니다. 다른 종류의 기생충이 오염된 물에서 발견될 수 있습니다.

**기생충으로부터 음식을 안전이 보호:**

- 모든 돼지고기, 쇠고기 및 생선을 올바른 온도에서 조리한다
- 회로 사용되는 생 생선은 기생충을 제거하는 처리를 받은 생선을 이용한다
- 검정 받은 식수를 이용한다

**바이러스** 바이러스가 작을지라도, 오직 단 몇 개라도 식중독을 유발할 수 있습니다. 기생충과는 달리, 바이러스는 냉동에 죽지않습니다.

우리 모두 바이러스에 의해 질병을 앓은 적이 있습니다. 수두, 감기, 및 인플루엔자가 모두 바이러스에 의해 생기며 기침이나 재채기로 인해 사람들에게 감염됩니다. 음식을 통해 감염될 수 있는 바이러스는 비위생적인 음식관리자로부터 전염됩니다. 구토나 배설물에 있는 세균을 깨끗이 제거하지 않은 손으로 음식을 관리하는 경우입니다. 이는 항문-구강 전염이라 합니다. 허나 많은 사람들은 역겨운 전염이라 합니다.

역겨울 지라도, 아마 여러분은 우리가 감염 A 및 노로바이러스를 이와 같이 전염한다는 것을 알고 계실 것입니다. 이러한 질병을 예방하기 위해, 우리는 개인적 위생에, 특히 음식을 다룰 때, 주의해야 합니다.

**바이러스로부터 음식을 안전이 보호:**

- 설사, 구토, 또는 발열을 할 시에는 음식을 다루지 않는다
- 화장실 사용 후에는 손을 두 번 씻는다 - 화장실에서 한번, 그리고 부엌에서 다시 한번
- 섭취이전의 음식을 다룰 시에는 맨손보다 장갑이나 기구를 사용한다

---

6면 음식위생 안내 : 음식이 세균에 감염되었는 지는 눈으로 알 수 없습니다.

**박테리아** 바이러스와는 달리, 박테리아는 음식에서 자랄 수 있습니다. 이는 모든 곳에 있으며, 음식관리자가 시간, 온도, 및 청결에 주의하지않은 경우에 음식에서 번식할 수 있습니다. 박테리아는 음식을 상하게 하고 식중독을 일으킵니다.

식중독을 일으키는 박테리아는 원래 흙, 동물, 생고기, 및 사람들에 있습니다. 여러 곳에서부터 원래 생겼을 지라도, 이 박테리아는 일반적으로 음식에서만 번식합니다. 이러한 음식을 **잠재적으로 위험한 음식**이라 칭합니다.

**박테리아의 번식을 방지하기 위해, 잠재적으로 위험한 음식은 반드시 뜨겁게 또는 차게 보관합니다.**

**잠재적으로 위험한 음식**

잠재적으로 위험한 음식은 다음을 포함합니다:

**동물**

- 고기, 생선, 조류고기, 해물, 계란
- 유제품

**익힌 전분**

- 익힌 쌀, 콩, 국수, 감자

**과일 및 채소**

- 익힌 채소
- 두부
- 새싹 (알파파 또는 콩새싹 등등)
- 잘려진 멜론
- 마늘 또는 기름에 담은 허브



잠재적으로 위험한 음식

**박테리아로부터 음식을 안전이 보호:**

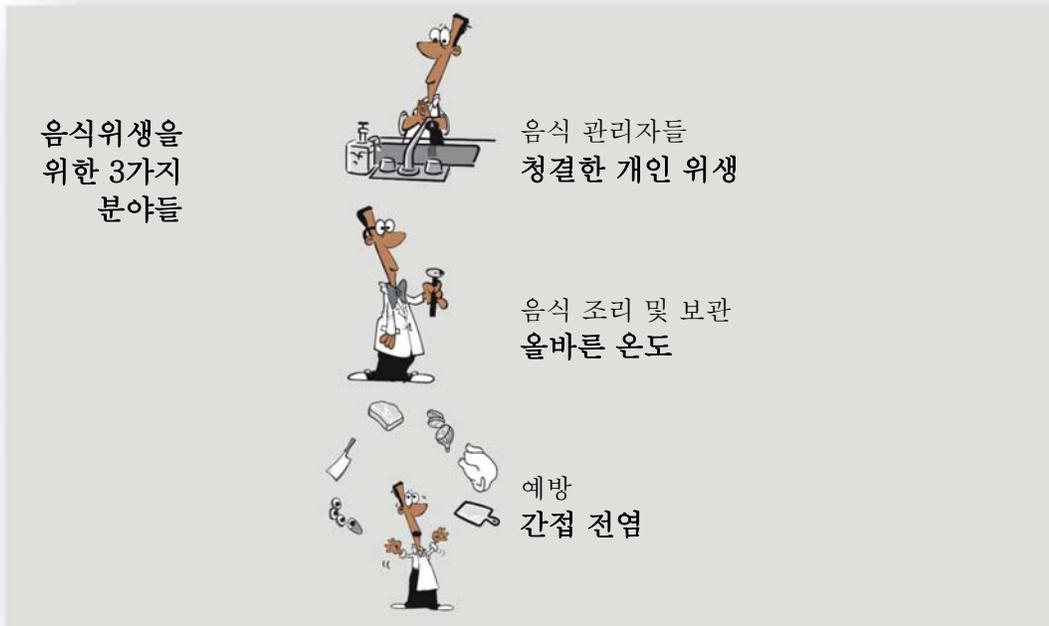
- 주의 온도(41°F-140°F) 밖에서 잠재적으로 위험한 음식을 보관한다
- 얇고 있는 경우(철사, 구토, 또는 발열)에 음식을 다루지 않는다
- 화장실 사용 후에는 손을 두 번 씻는다 - 화장실에서 한번, 그리고 부엌에서 다시 한번
- 섭취이전의 음식을 다룰 시에는 맨손보다 장갑이나 기구를 사용한다
- 음식준비에 사용되는 모든 기구들을 씻고, 헹구고, 소독한다

7면 음식위생 안내 : 잠재적으로 위험한 음식을 주의합니다.

## 2부 질병예방 음식위생을 위한 3가지 분야들

이제는 세균이 거의 모든 식중독을 일으킨다는 사실을 인정하실 것입니다, 앞으로 음식을 통해 질병을 앓는 일이 없도록 세균을 제거하기 위한 방법에 대해 알아보시다. 음식에 있는 세균은 눈으로 볼 수 없고, 냄새가 없으며, 맛을 느낄 수도 없기 때문에, 음식이 괜찮게 보일 지라도 음식위생에 각별히 주의하여야 합니다.

다음 면에서 음식위생의 세가지 분야에 대해 공부합니다 - **개인 위생, 온도조절, 그리고 간접 전염** - 이 모든 분야에서 완벽하여야 세균으로부터 음식을 안전이 보호할 수 있습니다.



---

8면 음식위생 안내 : 거의 모든 식중독을 예방하기 위한 3가지의 간단한 음식 위생 방법들.

## 개인 위생

건강하게 보이거나 느낄지라도, 개인 위생에 주의하지 않으면, 음식 관리자들은 고의 없이 음식에 유해한 세균을 전염시킬 수 있습니다. **청결한 개인위생을 유지하는 음식 관리자들이 음식에 세균이 전염되는 것을 예방할 수 있습니다.**

음식 관리자들의 올바른 개인위생은 다음을 포함합니다:

- **얹고있는 경우에는 음식을 다루지 않는다**
- **올바른 시간에 올바르게 손을 씻는다**
- **음식을 다룰 시에는 깨끗한 장갑 또는 기구를 사용한다**
- **손톱을 짧게 유지하여, 항상 손을 쉽게 씻을 수 있도록 한다**

음식 관리자의  
건강

청결한 음식관리자는 식중독을 예방하는 가장 중요한 요소입니다. 본인이 얹고 있으면, 절대로 음식을 다루지 마십시오. 본인의 질병을 유발한 세균이 음식 또는 다른 이에게 전염될 수 있습니다.

음식을 다루기에  
너무 얹고 있는  
경우

다음은 얹고 있는 음식 관리자들은 음식을 다루어서는 안됩니다:

- **설사, 구토, 또는 황달**
- **음식을 통해 전염될 수 있는 감염들**  
살모넬라균, 시겔라, E. 콜리, 또는 감염 A
- **덮개가 없는 감염된 상처**
- **계속되는 재채기, 기침, 또는 콧물**



질병을 얹고있는 음식 관리자들은 담당인에게 이를 알려야 합니다. **아픈 음식관리자는 집으로 보내져야 합니다.** 만일 아픈 음식관리자가 집으로 갈 수 없는 경우에는, 음식을 다루는 일 외의 다른 일을 하거나 음식구역에서 떨어져 있어야 합니다. 예를 들면, 쓰레기를 버리거나, 걸레질하거나, 빗질하거나, 화장실을 청소하거나, 테이블을 닦는 일 등등을 할 수 있습니다.

감염에 민감한  
사람들

고도의 감염민감 인구에게 서비스를 제공하는 시설에서 근무하는 음식 관리자들은 설사, 구토, 또는 황달이 있는 경우, 그 시설 내에서 근무할 수 없습니다. 얹고있는 음식 관리자는 증세가 완전히 없어질 때까지 **근무하지 말아야 합니다.**

**손씻기** 깨끗한 손은 가장 중요한 음식위생 도구입니다, 그러나 손이 단순히 깨끗하다는 이유로, 세균이 없다고는 할 수 없습니다. 손씻는 행위는 질병을 유발하는 세균을 제거하는 행위입니다. 하루 내내, 손이 깨끗이 보일 때도, 자주 손을 씻는 행위는 매우 중요합니다.

자주 손을 씻는 행위는 질병을 유발하는 세균을 자신의 몸으로부터 그리고 본인이 다루는 음식으로부터 제거하는 데에 매우 중요합니다. 음식 관리자들은 언제 그리고 어떻게 손을 씻는 지를 알아야 합니다.

**언제 씻나** 음식을 다루기 이전에 음식관리자는 반드시 손을 씻어야 합니다 그리고 어느 때든지 손은 오염될 수 있습니다. 오염이 가장 심한 때는 다음과 같습니다:

- 화장실 사용 후
- 생고기, 생선 또는 조류고기를 만진 후
- 쓰레기 또는 더러운 접시를 다룬 후
- 휴식을 취하거나, 식사하거나, 또는 담배를 피운 후
- 채채기, 기침, 또는 코를 킂 후
- 동물을 만진 후 또는 화학물질을 다룬 후

**손 소독제** 손 소독제는 깨끗한 손에 가장 잘 효과적입니다. 음식점에서는, 손을 씻은 후 반드시 손 소독제를 사용하도록 합시다, 그러나 손을 올바르게 씻는 것만으로 효과적입니다.

---

10면 음식위생 안내 : 손 씻는 행위는 대체될 수 없이 중요합니다.

어떻게 씻나 물을 뜨겁게 또는 차게 흐르도록 조절할 수 있고, 비누와 종이타월(또는 외의 일회용 건조기)이 갖추어진 싱크대에서 손을 씻어야 합니다. 모든 음식 관리자들은 적어도 20초 동안 손을 씻어야 합니다.



1단계 : 손을 우선 젖힌 후에 비누를 사용합니다.



2 단계 : 비누를 문힌 후 깨끗이 문지릅니다. 손톱 밑, 손가락 사이, 팔뚝까지 깨끗이 문지릅니다. 손은 적어도 10-15초까지 문질러야 합니다. 적음이 될 때까지 시간을 채도록 합니다. 이 문지르는 시간은 대부분의 사람들보다 긴 시간입니다.



3 단계 : 비누 잔여분과 세균이 완전히 없어지도록 헹구어야 합니다.



4 단계 : 종이타월 또는 일회용 건조기로 완전히 손을 건조 시킵니다. 종이 타월이 선호되는 데, 이는 타월로 문지르는 과정에서 세균을 더 없앨 수 있기 때문입니다.



11면 음식위생 안내 : 손씻기가 적어도 20초가 안 걸리는 경우에는, 손씻는 의미가 없습니다.

## 맨손이 닿는 것을 예방

손을 올바르게 씻은 사람이라 해도, 섭취되기 바로 이전의 음식을 맨손으로 다루어서는 안됩니다. 이는 손에 아직도 남아있을 수 있는 세균이 음식에 전염되는 것을 막기 위함입니다.

섭취되기 바로 이전의 음식이란 세균을 제거하기 위해 더 이상으로 씻거나 조리가 필요 없는 음식을 말합니다.

섭취되기 바로 이전 음식이란 다음을 말합니다:

- 씻어서 생으로 먹는 음식  
자른 과일, 샐러드, 장식용 음식 등등
- 케이크 또는 빵류  
빵, 케이크, 파이, 과자 등등
- 이미 조리된 음식  
피자, 햄버거, 핫도그, 타코 등등
- 조리되지 않을 음식  
샌드위치, 회, 델리 샐러드 등등

**장갑** 섭취되기 바로 이전의 음식을 다룰 경우에는 집게, 큰 수저, 델리 페이퍼, 일회용 장갑 등을 사용해야 합니다. 예를 들면, 집게는 잘라진 채소를 샐러드에 넣을 시 사용하고 큰 수저는 얼음 통에서 얼음을 꺼낼 시 사용합니다.



일회용 장갑은 음식을 많이 다룰 경우에 사용합니다. 예를 들면, 샌드위치를 만들 때, 채소를 자를 때, 접시에 음식을 나열할 때입니다. 그리고 장갑을 쓰는 이유는 음식을 세균으로부터 보호하기 위한 것이지 손을 음식으로부터 보호하기 위함이 아님을 기억합니다. 음식위생을 위해, 장갑을 자주 바꾸어 줍니다.

손에 염증, 반창고, 또는 상처가 있으면, 음식을 다룰 시, 반드시 장갑을 사용해야 합니다.

**장갑 사용 시 주의 점들:**

- 장갑을 착용하기 이전에 손을 씻는다
- 찢어진 장갑은 즉시 교체한다
- 오염된 가능성이 느껴지면 새 장갑으로 교체한다
- 사용했던 장갑을 다시 씻어 사용하지 않는다
- 생 음식과 섭취되기 바로 이전의 음식을 다룰 때 각각 다른 장갑을 사용한다
- 사용한 장갑은 반드시 제거한다
- 장갑을 벗은 후에 손을 씻는다

---

12면 음식위생 안내 : 섭취되기 바로 이전의 음식을 절대 맨손으로 다루지 않습니다.

## 음식위생에 영향을 주는 개인 위생습관

### 식사, 음료섭취 및 흡연

음식 관리자들은 음식이 준비되는 구역 내에서 식사하거나, 음료를 마시거나 또는 어떠한 형식으로든 흡연해서는 안됩니다. 이는 음식에 떨어지는 것을 방지하고 음식이 오염되는 것을 예방하기 위함입니다.

예외 : 음식 관리자들은 덮개가 있는 용기에 있는 음식을 빨대로 먹을 수 있습니다. 음료를 잘 관리하여 음식이나 음식을 준비하는 표면에 떨어지지 않도록 합니다.

### 머리카락 관리

머리덮개는 손이 머리카락을 만지는 것을 방지하고 음식에 머리카락이 들어가는 것을 방지하기 위함입니다. 음식을 다룰 때나 음식이 준비되는 곳에서는 머리카락을 올바르게 관리해야 합니다. 머리덮개, 모자, 머리핀, 뒤로 묶은 머리, 그리고 바깥 쪽으로 머리카락을 관리할 수 있습니다. 묶은 머리라 해도 긴 머리는 이상의 관리가 필요합니다.

### 손톱

손톱은 짧게 잘라서 쉽게 씻을 수 있도록 합니다. 매니큐어나 가짜 손톱을 사용하는 경우에는, 그 음식 관리자는, 섭취되기 바로 이전의 음식을 다룰 때와 더불어, 음식을 준비하는 과정에서 반드시 장갑을 착용해야 합니다. 예를 들면, 수저로 반죽하는 과정에서, 가짜 손톱을 사용하는 관리자는 반드시 장갑을 착용해야 합니다.

### 액세서리

액세서리는 식중독을 유발할 수 있는 세균을 감출 수 있고 손을 올바르게 씻는데 방해가 됩니다. 또한, 액세서리가 음식에 떨어지는 경우도 있습니다. 음식을 준비하는 과정에서, 음식 관리자들은 시계, 반지, 팔찌, 그리고 팔 또는 손에 착용하는 외의 액세서리를 제거해야 합니다.

예외 : 음식 관리자들이 음식을 준비할 때 장갑을 낀다면 결혼반지는 계속 착용할 수 있습니다.

### 개인용품들

약, 코트, 및 지갑 등의 개인용품들은 반드시 음식, 접시, 그리고 린넨으로부터 떨어져 보관되어야 합니다.

## 온도 조절

올바른 온도조절은 잠재적으로 위험한 음식을 안전하게 보호하는 데에 매우 중요합니다. 음식은 올바른 온도에서 제공되고, 조리되고, 식히고, 저장되어야 하므로 온도계를 사용하십시오.

### 주의 온도 (41°F - 140°F)

대부분의 박테리아는 높거나 낮은 온도에서는 번식하지 않습니다. 음식을 안전이 보관하기 위해, 찬 음식은 41°F보다 낮은 온도에서 저장하고 뜨거운 음식은 140°F보다 높은 온도에서 저장해야 합니다. 41°F - 140°F 사이의 온도는 주의해야 합니다.

잠재적으로 위험한 음식을 주의 온도에 저장하였을 경우에, 박테리아가 급속도로 번식하고 식중독을 일으키는 독성을 갖게 됩니다.

### 시간은 지나갑니다...

음식을 준비하기 이전부터, 그 음식은 여러 단계를 지나왔습니다. 음식이 자라고, 배송 되고, 판매되고, 구매되고, 저장되었습니다. 그리고 준비하는 과정에서, 해동되고, 섞이고, 조리되고, 식히고 섭취되고 또는 재가열 됩니다. 이러한 모든 단계들을 음식이 거치는 동안 박테리아가 번식할 수 있는 가능성은 커집니다. 음식을 빨리 준비하는 방법은 박테리아 번식을 막을 수 있습니다.

잠재적으로 위험한 음식은 방 온도에서 2시간까지 준비될 수 있습니다. 음식을 조리할 때, 약간씩 음식을 꺼내 사용합니다. 나머지 음식은 조리하기 이전까지 뜨겁게나 차갑게 저장합니다. 음식이 방 온도에서 저장되거나, 주의 온도에서 얼마나 저장되어 있었는지 확실하지 않은 경우에는, 반드시 그 음식을 제거해야 합니다. 이미 섭취하기에는 불 적합한 음식일 수 있습니다.

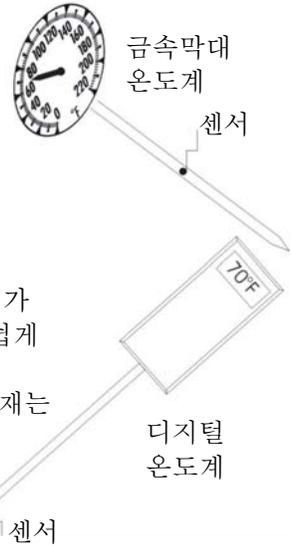


주의 온도  
(41°F - 140°F)

**온도계** 두 종류의 온도계가 항상 음식준비장소에 있어야 합니다.

**금속막대 온도계**

금속막대 “다이얼”온도계가 가장 일반적으로 음식점에서 사용됩니다. 다이얼 온도계는 두꺼운 음식의 온도를 재는 데 유리합니다. 막대를 몇 인치정도 음식 속에 집어넣고 적어도 20초가량 있는 후에 온도를 잽니다. 음식 깊숙이 넣어야만 정확한 온도를 잽 수 있으므로, 다이얼 온도계는 햄버거 빵 같은 얇은 음식에는 사용되지 말아야 합니다.



**디지털 온도계**

디지털 온도계, 또한, 음식 온도를 재는 데 사용됩니다. 이도 금속막대가 있으나, 다이얼 대신에 디지털 번호를 사용합니다. 디지털 온도계는 쉽게 읽을 수 있고 얇은 음식의 온도를 재는 데에 유리합니다. 온도를 빨리 읽을 수 있고 얇은 음식의 온도를 잽 수 있으므로 햄버거빵의 온도를 재는 데 사용됩니다.

**정확성**

가끔 온도계가 실제로 온도를 제대로 재는 지를 검사합니다. 정확성을 알 수 있는 한가지 방법은 온도계의 센서부분을 부러진 얼음과 섞인 물에 넣습니다. 그 온도는 32°F이어야 합니다. 만일 온도계가 32°F를 읽지 않으면, 그 온도계는 교정이 필요하거나 교체되어야 합니다. 온도계 설명서를 읽거나, 더 자세한 안내를 받기 위해 지역 건강부에 문의하십시오.

온도계 사용 :

- 온도계가 깨끗하고, 소독되었으며, 정확한 지 확인한다
- 음식의 가장 두꺼운 부위에 넣는다 - 일반적으로 가운데 부분
- 온도가 변경이 멈출 때까지 몇 초 동안 온도를 잽니다

## 뜨거운 음식은 뜨겁게 보관

**조리** 올바른 온도에서 음식을 조리하는 것이 음식에 있는 세균을 제거하는 데 가장 효율적인 방법입니다. 온도계를 음식의 가장 두꺼운 부위에 넣어서 음식의 온도를 재야 합니다. 조리온도는 음식의 종류에 따라 그리고 조리시간에 따라 달라집니다. 올바른 조리 시간 및 온도를 알기 위해, 다음 면에 있는 표를 참고하십시오.

**전자렌즈** 전자렌즈에서 조리 된 모든 생고기는 적어도 165°F에서 재가열 되어야 합니다. 음식의 습도를 유지하기 위해 덮개를 씌우고, 조리도중에 적어도 한번은 휘저어 주어야 합니다, 그리고 섭취되기 이전에 2분 정도 덮개를 씌운 채 식혀야 합니다. 전자렌즈는 음식을 골고루 익히지 않으므로, 여러 군데에서 음식의 온도를 재는 것은 매우 중요합니다. 이러한 조리방법은 음식을 전자렌즈를 이용해 재가열 할 때 사용됩니다.

**핫 홀딩  
(140°F 이상)**

조리가 언제나 박테리아를 완전히 제거하지 못하므로, 익힌 잠재적으로 위험한 음식은 섭취되기 이전까지 반드시 뜨겁게 보관되어야 합니다. 이로 인해 생존한 박테리아가 번식을 할 수 없도록 합니다. 식탁용 가열기, 스프 가열기, 및 외의 핫홀딩 기구들은 음식을 놓기 이전에 미리 가열되어 있어야 합니다. 음식의 온도를 재는 데 반드시 온도계를 사용하십시오. **뜨거운 음식은 140°F 이상에서 보관하십시오.**

음식을 뜨겁게 보관하는 방법들 :

- 덮개를 씌운다
- 열이 골고루 퍼지도록 종종 휘저어 준다
- 익힌 음식과 찬 음식을 절대 섞지 않는다



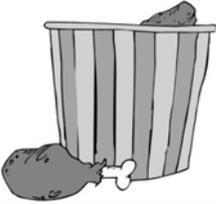
**재가열** 음식을 익히고 식힌 후에 섭취되기 이전에 다시 재가열 할 수 있습니다. 올바르게 식힌 음식이 소비자의 주문에 즉시 섭취되어야 할 경우에는 어느 온도에서도 재가열 할 수 있습니다.

찬 음식을 다시 따뜻하게 해서 섭취할 경우에는 적어도 165°F에서 재빨리(2 시간 이내에) 재가열 합니다.

---

16면 음식위생 안내 : 뜨거운 음식은 뜨겁게(140°F 이상에서) 보관합니다.

# 조리 온도

<p><b>165°F</b> (15초 동안)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 조류고기 (닭고기 및 터키고기)</li> <li>• 속을 채운 음식 또는 속재료</li> <li>• 캐서롤</li> <li>• 전자렌즈에 익힌 모든 생고기 음식</li> <li>• 모든 재가열한 잠재적으로 위험한 음식</li> </ul>
<p><b>155°F</b> (15초 동안)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 햄버거</li> <li>• 소시지</li> </ul>
<p><b>145°F</b> (15초 동안)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 계란</li> <li>• 생선</li> <li>• 쇠고기</li> <li>• 돼지고기</li> </ul>
<p><b>140°F</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 뜨겁게 보관되는 채소</li> <li>• 뜨겁게 보관하기 위해 가열된, 팩키지로 포장되어 바로 먹을 수 있는 음식 (핫도그 및 캔에 있는 칠리)</li> </ul>

주의 : 부가적인 조리시간 및 온도가 요구될 수 있습니다. 쇠고기 또는 돼지고기에는 부가의 조리규율이 적용됩니다. 와싱턴 주의 음식규율을 참고하시거나 지역 건강부에 문의하여 주십시오.

---

17면 음식위생 안내 : 세균을 제거하기위해 조리합니다.

## 찬 음식은 차게 보관합니다

**콜드 홀딩** 음식이 주의 온도에 저장되는 경우에 박테리아가 빨리 번식하는 것을 기억하십시오. 음식을 냉장고에, 얼음 속에, 또는 박테리아 번식을 억제하는데에 외의 효과적인 방법으로 저장하십시오. 음식을 차게 하기 위해 얼음을 사용할 때, 얼음이 용기 안에 있는 음식을 완전히 감싸야 합니다. **찬 음식은 반드시 41°F 이하에서 보관합니다.**

**찬 샐러드** 잠재적으로 위험한 샐러드는 방 온도에서 조리 되고 조리시간 4시간 안에 41°F까지 차갑게 해야 합니다. 가능한 차가운 재료로 샐러드나 샌드위치 속 재료를 만드는 것이 현명합니다.

**해동** 냉동된 음식을 안전하게 해동하여 박테리아가 번식하는 것을 방지할 수 있습니다. 부적절한 해동은 속 부분이 아직 냉동인 상태에서 밖의 부분에 박테리아가 번식할 수 있게 합니다. **해동하는 데 3가지의 안전 방법들이 있습니다:**



- **냉장고에서**  
냉장고에 냉동된 음식을 넣어 해동될 때까지 기다린다. 이 방법은 가장 느리고 안전합니다. 생고기를 아래 서랍 또는 용기에 넣어서 고기즙이 다른 음식에 떨어지는 일이 없도록 하십시오.
- **차고 흐르는 물에 완전히 넣는다**  
뿔개를 씌운 채 차고 흐르는 물(70°F 이하)에 해동될 때까지 놓아 둔다.
- **조리 과정에서 또는 전자렌즈를 사용해서 해동한다**  
냉동된 브리토 같이 작은 양의 음식은 조리하는 과정에서 해동할 수 있다.

**식힘** 익혔으나 소비자들에게 제공되지 않고 남은 음식은 다시 차갑게 하여 제공될 수 있습니다. 식히는 과정에서, 박테리아가 빨리 번식하므로 음식 준비과정에서 이 과정이 가장 위험합니다. **박테리아의 번식을 억제하기 위해 주의 온도에서 가능한 빨리 차갑게 해야 합니다.** 식히는 과정에서 각별한 주의를 하십시오; 재가열 온도에서 완전히 제거되지 않은 일종의 박테리아가 독성을 갖을 수 있습니다.

부적합한 해동은 식중독을 일으키는 첫 요소가 될 수 있습니다.

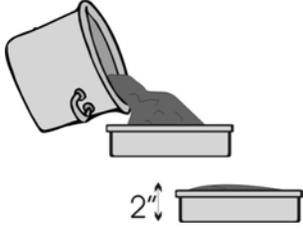
음식을 식히는 방법들 중에 와싱턴 주에는 3가지의 승인 받은 방법들이 있습니다:

1. 얇은 팬 사용( 음식이 2인치 이하의 두께인 경우)
2. 사이즈를 작게 하는 방법 (작게 잘라서)
3. 시간 및 온도를 조절하는 방법

---

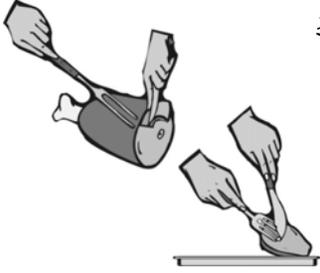
18면 음식위생 안내 : 찬 음식은 차갑게(41°F 이하) 보관하고 박테리아 억제를 위해 빠르게 식힙니다.

**얇은 팬** 많은 양의 음식을 나누어서 여러 개의 얇은 팬을 사용해 식힙니다. 이 방법은 튀긴 콩, 쌀, 감자, 케서롤, 갈은 고기, 미트로프, 및 칠리와 같은 음식에 적용할 수 있습니다. 다음은 얇은 팬을 사용한 방법의 단계들입니다.



1. 뜨거운 음식을 얇은 팬에 넣는다. 음식이 2인치이상으로 두껍거나 깊지 않도록 한다.
2. 팬을 냉장고 맨 위쪽에 두거나 아무것도 그 팬 안에 떨어지지 않을 곳에 넣는다.
3. 찬 공기가 팬 주위를 자유롭게 순환 되도록 한다 - 층을 쌓거나 뚜껑을 닫지 않는다.
4. 음식이 41°F 이하로 차가워 진 후에는 뚜껑을 닫는다.

**사이즈 조절** 터키나 햄과 같은 부피가 큰 음식은 얇게 잘라서 식힙니다. 이 방법은 갈았거나 재구성된 미트로프 또는 지로 고기 등에는 사용할 수 없습니다. 다음은 사이즈 조절하여 식히는 방법의 단계들입니다.



1. 음식을 4인치 이하의 두께로 자른다. 음식을 다룰 시에 반드시 장갑을 착용하도록 하십시오.
2. 슬라이스를 쟁반 위에 서로 닿지 않도록 나란히 정돈한다.
3. 쟁반을 냉장고 맨 위쪽에 놓거나 아무것도 그 쟁반 안에 떨어지지 않을 곳에 넣는다.
4. 찬 공기가 팬 주위를 자유롭게 순환 되도록 한다 - 층을 쌓거나 뚜껑을 닫지 않는다.
5. 음식이 41°F 이하로 차가워 진 후에는 뚜껑을 닫는다.

**시간 및 온도 조절** 음식의 온도를 조절할 수 있는 한, 2 가지의 조건을 고려하면 음식을 올바르게 그리고 적절한 시간 내에 식힐 수 있습니다.

- 조건 1 : 음식은 140°F 부터 70°F까지 2 시간 내에 식혀져야 한다.
- 조건 2 : 6시간 내에 음식은 41°F까지 차가워 져야 한다.



얼음을 이용한 2단계 방법을 사용할 수 있습니다. 이 방법은 스프, 소스, 그리고 육즙을 식히는 데 좋습니다. 다음은 2 단계를 더 자세히 나눈 것입니다.

1. 싱크대 구멍을 막는다. 뜨거운 음식을 담은 용기를 싱크대 안에 넣는다.
2. 용기 속에 있는 음식의 높이만큼 싱크대를 얼음으로 채운다. 그런 후 찬물을 붓는다.
3. 종종 안에 있는 음식을 휘젓는다. 반드시 음식이 2시간 내에 70°F까지 식혀지도록 한다.
4. 얼음이 녹으면 얼음을 더 넣는다.
5. 일단 음식이 41°F까지 차가워지면, 뚜껑을 닫고 냉장고에 넣는다.

---

19면 **음식위생 안내** : 식고있는 음식의 온도는 온도계를 사용하여 확인하십시오.

## 간접 전염 예방

간접 전염은 생고기에서부터 박테리아가 다른 음식으로 전염되는 것을 말합니다.

간접 전염은 생 음식에 있는 박테리아가 다른 음식에 옮길 때 발생합니다. 특히 **생고기는 간접 전염의 대표적인 원인이 됩니다.** 생 닭고기나 외의 고기에서 나오는 핏물이나 주스가 조리장소 표면, 도마, 조리도구, 또는 손에 묻은 경우에 박테리아가 다른 음식에 옮겨질 수 있습니다.

**항상 생고기를 다른 음식으로부터 떨어져 보관하는 것은 매우 중요합니다.**

### 간접 전염을 예방하는 방법들:

- 생고기를 다룬 후에는 손을 씻는다
- 생고기가 닿은 모든 표면을 씻고 소독한다
- 생고기를 조리할 때에는 다른 음식과 떨어져서 조리한다
- 생고기를 자를 때에는 다른 도마를 사용한다
- 생고기, 조류고기, 또는 계란은 냉장고나 냉동실 안에 다른 음식보다 낮은 층에서 저장한다
- 높은 온도에서 조리 되는 고기(닭고기 등)는 다른 고기(생선 등)보다 낮은 층에 저장한다

### 청결 및 소독

청결과 소독은 같지 않습니다. 청결이란 비누와 물을 사용하여 흙이나 음식물을 표면에서 제거하는 행위를 말합니다. 소독이란 화학물질이나 열을 사용하여 세균을 죽이는 행위를 말합니다. 그러므로 표면이 깨끗하게 보인다 해서 세균이 없다고는 할 수 없다는 사실을 항상 기억하십시오. 소독은 세균을 적게 하므로 안전성을 높입니다.

소독: 화학물질이나 열을 사용하여 표면에 있는 세균을 적게 하여 안전하게 하는 행위입니다.

질병을 유발할 수 있는 세균을 제거하기 위해, **매번 사용 후에는, 음식이 닿은 표면을 씻고, 행구고, 소독해야 합니다.**

음식을 조리하는 장소 외의 장소, 바닥 및 벽 등등은 항상 깨끗하게 유지되어야 합니다. 도구와 부엌을 깨끗이 유지하는 것은 작업시의 사고를 예방할 수 있고 음식오염을 예방할 수 있습니다.



---

20면 **음식위생 안내** : **항상 생고기를 다른 음식으로부터 떨어져 보관합니다.**

**소독제** 소독제는 세균을 죽이는 화학물질입니다. 소독제는 반드시 표시에 지정된 데로 섞어서 사용해야 합니다. 비누를 소독제에 넣어서 사용하면 절대 안됩니다. 강도가 적당한지 테스트 종이로 확인합니다.

음식점에서 흔히 사용되는 소독제는 1 티스푼의 농축된 표백제와 1 갤론의 물을 섞은 표백액입니다.

**손으로 설거지** 젖은 행주로 이미 씻고 행군 작업장소를 소독할 수 있습니다. 사용하지 않을 시에는, 그 행주는 소독제 안에 담겨져서 보관되어야 합니다. 기름, 흙 및 음식 찌꺼기가 소독제의 효과를 감소하므로 종종 소독제를 바꾸어야 합니다.

행주를 사용하는 방법들:

- 행주는 소독제 안에 담아서 보관한다
- 생고기를 다룬 후에 소독하는 데에 다른 행주를 사용해야 한다
- 음식 및 비-음식이 닿는 표면을 소독하는 데에 다른 행주를 사용해야 한다
- 다시 저장하기 위해 소독제 안에 넣기 이전에 반드시 씻고 행구어야 한다
- 소독제의 강도가 적당한지 테스트 종이로 확인한다



**기계로 설거지** 모든 그릇과 음식이 닿는 표면은 사용할 때마다 씻고, 행구고, 소독되어야 합니다. 손으로 그릇을 씻을 경우에는 다음을 지켜주십시오:

- 싱크대를 씻고 소독한다
- 음식 찌꺼기는 깨끗이 제거한다
- 첫 싱크대에서, 그릇을 뜨겁고, 비누가 많은 물에서 씻는다
- 두 번째 싱크대에서, 그릇을 뜨겁고, 깨끗한 물에서 행군다
- 세 번째 싱크대에서, 그릇을 따뜻한 물과 승인 받은 소독제가 섞인 물에서 소독한다
- 모든 그릇과 도구들은 타월 대신에 공기로 건조 시킨다

**기계로 설거지** 몇몇의 음식점에서는 기계를 이용해서 그릇을 씻고, 행구고, 소독합니다. 기계 사용 시에는, 그릇에 묻은 음식 찌꺼기를 완전히 제거한 후에 기계 안에 배열된 칸에 넣습니다. 그릇세척기는 화학물질과 열을 사용해서 소독합니다. 이 세척기를 사용하는 음식관리자는 반드시 그 기계가 올바르게 씻고 소독하는 지를 확인하는 방법에 대해 교육을 받아야 합니다. 온도 및 소독제 양을 항상 주시해야 합니다.

---

21면 음식위생 안내 : 소독하기 이전에 반드시 씻고 행구어야 합니다.

**음식 재료들** 소비자에게 제공되는 모든 음식은 건강부가 승인하는 재료로 만들어 져야 합니다. 집에서 조리한 음식은 소비자에게 제공할 수 없습니다. 고기, 조류고기, 및 유제품은 반드시 미국정부의 농업부 또는 와싱턴 주의 농업부에 의해 검사 받아야 합니다.

**조개류** 조개, 굴, 또는 홍합 등의 조개류를 담은 용기에는 반드시 표시가 있어야 합니다. 이 표시는 해당 조개류가 판매된 후 90일까지 간직 되어야 합니다.

**음식 구매** 음식은 상하지 말아야 합니다. 포장되었거나 캔으로 저장되었거나, 일단 열려져 있거나, 녹이 슬거나, 손상이 있으면, 그 음식은 반드시 반품하거나 버려져야 합니다. 잠재적으로 위험한 음식은 반드시 41°F이어야 합니다. 올바르게 포장된 온도에서 또는 상태로 배달된 음식은 거절해야 합니다.

**소비자 조언** 올바른 온도에서 조리가 안되면, 닭고기, 햄버거, 해물, 및 돼지고기와 같은 육류는 특히 질병을 일으킬 수 있습니다. 소비자들은 어떠한 음식이 생으로 먹을 수 있으며 생으로 먹을 시에 질병이 생길 수 있음을 이전에 안내 받아야 합니다. 더 자세한 안내를 받길 원하시면, 담당인과 상담하거나 지역 건강부에 문의해 주십시오.

**음식 알레르기** 일부의 사람들이 별침에 알레르기가 있듯이, 일부의 사람들은 일종 음식에 알레르기가 있습니다. 음식 알레르기는 종종 아주 심각하며 갑작스럽고, 생명에 위협을 주는 증세를 일으킬 수 있습니다. 알레르기 증세는 간질거림, 두드러기, 입안 및 목 부위 붓기, 호흡곤란, 그리고 의식을 잃는 등의 증세들을 포함합니다. **만일 소비자가 이러한 증세를 나타내면 담당인에게 즉시 알립니다.**

대부분의 알레르기를 일으키는 음식은 우유, 콩, 계란, 벼, 땅콩, 견과류, 생선 및 조개류를 포함합니다. 이러한 음식은, 아주 작은 양이라 해도, 일부의 사람들을 심각하게 앓게 할 수 있습니다

**음식 알레르기가 있는 사람들은 알레르기를 일으키는 모든 음식을 피해야 합니다. 예를 들면,** 계란에 알레르기를 갖고 있는 사람은 케이크, 파스타, 마요네즈, 그리고 심지어는 계란을 조리한 도구로 조리 된 모든 음식을 피해야 합니다. 소비자들은 메뉴에 관해 문의하고 어떻게 음식이 조리 되는 지에 대해 문의하고 (그들이 알레르기가 있다는 음식을 조리하는 데에 사용한 도구를 그들이 주문한 음식을 조리하는 데 절대 사용하지 마십시오), 음식용기에 있는 표시에 대해 문의할 수 있습니다. 그들의 안전은 여러분의 정확한 대답과 부엌에서의 안전한 조리과정에 달려있습니다. 문의가 있으시면 담당인에게 문의하십시오.

---

22면 음식위생 안내 : 문의가 있으시면, 언제든지 담당인에게 문의하실 수 있습니다.

**해충 관리** 쥐, 바퀴벌레, 및 파리 등의 해충은 세균을 옮기므로 음식이 있는 장소에는 반드시 없어야 합니다. 살충제는 마지막 방법으로써만 사용되어야 하고 음식이 보호된 후에 먼허가 있는 살충전문가에 의해 뿌려져야 합니다. 해가 되는 짐승 및 해충을 미리 방지하는 것이 살충제를 사용하여 없애는 것보다 현명합니다.

음식점에서 해충을 방지하는 방법들 :

- 문을 항상 닫거나 스크린으로 하고 벽에 있는 구멍들은 미리 손질한다
- 쓰레기 통은 뚜껑을 닫고 사용한 박스는 즉시 처리한다
- 음식은 뚜껑을 덮은 채 보관하고 흘러진 음식은 즉시 깨끗이 닦는다

**응급시** 음식이 비위생적이고 건강위험을 초래할 수 있다는 요지가 생기면, 해당 음식점은 음식판매를 중지하고 건강부에 이를 알립니다. 건강위험이란 다음을 포함합니다 :

- 화재, 홍수, 또는 넘치는 쓰레기
- 뜨거운 물 또는 전기가 중단된 시
- 식중독 발생 또는 화학적 오염이 예상될 시

**서비스 중 음식보호** 셀프서비스로 제공되는, 비닐로 덮여있지 않은, 섭취되기 바로 이전의 음식이 오염되지 않도록 각별히 주의합니다. 이에 따른 주의는 다음을 포함합니다 :

- 양념 디스펜서 또는 일회용 양념봉투를 사용
- 샐러드 바 또는 뷔페에는 각 음식마다 도구를 따로 둔다
- 덮개를 하거나 채채기 보호막을 설치
- 뷔페에는 언제나 충분한 접시를 준비하여 소비자가 매번 깨끗한 접시를 이용할 수 있도록 한다
- 셀프서비스를 관리하는 직원을 따로 배치한다

**음식을 재-서비스** 소비자가 음식을 남긴 채로 자리를 떠나면, 그 음식은 제거되어야 한다. 빵, 과자, 빵스틱 같은 것이라도 다시 사용해서는 안 된다.

뜯지 않은, 팩키지로 나오는 음식, 예를 들면, 크래커, 설탕, 및 젤리 등은 다시 음식점에서 사용될 수 있습니다. 그러나, 이러한 아직 뜯지 않은 팩키지라도 고도의 감염민감인 사람들을 서비스하는 시설 및 건강센터에서는 다시 사용될 수 없습니다.

**금지된 음식** 일부의 음식은 고도의 감염민감인 사람들을 서비스하는 시설 및 건강센터에서는 생으로나 조리가 안된 채로 제공되어서는 안됩니다. 이러한 음식은 다음을 포함합니다 :

- 완전히 안 익힌 생선, 조개류, 쇠고기, 계란, 닭고기, 또는 돼지고기
- 알퍼파 새싹 등의 새싹 종류들
- “저온 살균(pasteurized)” 이라고 표시되지 않은 주스 팩키지

## 음식 관리자들을 위한 특별 주의들



### 웨이터들

- 뷔페나 샐러드 바에 유지되는 온도를 확인 할 책임이 있습니다 (14면에 온도조절 참고).
- 토스트를 버터 하는 단순한 일이라 하더라도, 섭취되기 바로 이전의 모든 음식을 다룰 때에 장갑이나 도구를 사용해야 합니다(12면).
- 소비자가 음식이 어떻게 준비되는 지에 관해 문의할 수 있습니다 (24면에 알레르기 및 소비자 조언을 참고).

### 어린이 보호자들

- 씻고, 행구고, 소독하는 단계를 완전히 기억하십시오. 어린이 케어 시설에 사용되는 많은 장난감들 및 외의 다른 표면에도 똑같은 소독의 필요성이 적용됩니다.
- 손씻기는 음식 관리자로써 본인에게 매우 중요하지만, 식사하기 이전의 어린이들에게도 매우 중요합니다 (10-11면 참고).
- 많은 그릇은 가족을 중심으로 제작되었습니다. 어린이들이 쉽게 사용할 수 있는 도구를 준비하고, 땅에 떨어졌거나, 활았거나, 올바르게 사용되지 않은 도구는 즉시 교체되어야 합니다.
- 어린이가 복용하는 약은 부엌에 있는 냉장고에 넣어 보관해야 하고, 보관 이전에 올바르게 표시하며, 방수용 뚜껑으로 덮어 보관해야 합니다.

### 식탁청소자들

- 더러운 그릇들은 음식이 준비되는 장소 및 음식으로부터 떨어져서 처리되어야 합니다.
- 식탁을 청소한 후에, 다른 작업을 하기 이전에 반드시 손을 씻어야 합니다 (10-11면에 있는 손씻기 참고).

### 설거지 하는 사람들

- 싱크대나 본인의 손이 오염될 수 있습니다. 설거지를 시작하기 이전에 손과 싱크대를 씻습니다 (10-11면에 있는 손씻기 참고).
- 설거지하는 동안에 새물로 자주 갈아서 사용합니다(21면 참고).
- 합당한 테스트 종이를 사용하여, 소독제를 정기적으로 검토합니다.
- 만일 그릇 세척기를 사용한다면, 사용방법 및 소독을 제대로 하는 지를 확인하는 방법을 확실히 익힙니다.
- 화학물질의 표시를 반드시 읽고 따릅니다.



---

24면 음식위생 안내 : 음식 위생은 요리사에게만 책임이 있는 것이 아닙니다.



### 바텐더

- 단순히 레몬을 짜서 음주에 섞는 일이라 하더라도, 맨손으로 절대 작업해서는 안됩니다. 장갑을 착용한 채로 미리 장식용 레몬 트위스트를 만들거나 과일을 자르는 것이 각 음주 주문마다 맨손으로 준비하는 것보다 낫습니다.
- 얼음을 다룰 때, 얼음 수저를 사용하도록 하십시오 (12면에 있는 맨손 작업을 예방하는 방법들을 참고).

### 식품점 직원들

- 식품을 썬다는 과정에서 간접 전염이 발생할 수 있습니다. 고기는 따로 분리하여 썰고, 흘러진 핏물은 소독제로 제거합니다.
- 덜어지지 않은 식품들을 다루는 경우가 많을 것입니다. 하루에 걸쳐 자주 손을 씻도록 합니다 (10-11면 참고).
- 남겨진 잠재적으로 위험한 음식은 즉시 합당한 온도로 저장하거나 제거합니다(7면 참고).



### 가정에서의 요리사들

- 냉장고 온도를 검사합니다. 음식은 반드시 41°F 이하에서 저장되어야 하고 가족과 이웃들의 안전을 위해 올바르게 식혀져야 합니다.
- 세균 전염을 방지하기 위해, 음식이 준비되는 레스토랑에는 동물이 금지됩니다. 그러므로, 가정에서도 부엌 카운터나 싱크대에 애완동물이 못 오도록 해야 합니다.
- 파티를 하는 경우는 많은 음식과 사람들을 의미합니다. 미리 계획하여 음식을 올바른 온도에서 보관하도록 하고, 충분한 식기가 있는 지를 확인하고, 남은 음식을 얇은 팬에 빨리 식힙니다(19면 참고).

### 임시 음식판매자들

- 임시적 판매소는 수도시설이 부족합니다. 음식을 준비하기 이전에 손을 씻을 수 있도록 시설을 설치하십시오.
- 임시적 판매장소에서는 온도조절이 어렵습니다. 전기가 끊어지는 때를 대비하여 대체방법을 준비합니다, 그래서 음식이 계속해서 합당한 온도에서 저장될 수 있도록 합니다.
- 메뉴를 잘 계획하여 잠재적으로 위험한 음식을 한정하도록 합니다 (7면에 있는 잠재적으로 위험한 음식 종류들을 참고).

# 음식 관리자들이 주의해야 할 10점들

1. 본인이 건강할 때 근무한다.
2. 자주 그리고 올바르게 손을 씻는다.
3. 섭취되기 바로 이전의 음식을 맨손으로 다루지 않는다.
4. 음식을 뜨겁게 또는 차갑게 보관한다.
5. 합당한 온도에서 음식을 조리한다.
6. 뜨거운 음식을 가능한 빨리 식힌다.
7. 생고기를 다른 음식으로부터 떨어져 보관한다.
8. 씻고, 헹구고, 소독하고, 공기 건조한다 - 언제나 4 단계를 순서대로 행한다.
9. 음식 준비장소 그리고 도구들을 깨끗하게 그리고 소독하여 유지한다.
10. 질문이 있는 경우에는 질문 한다.