
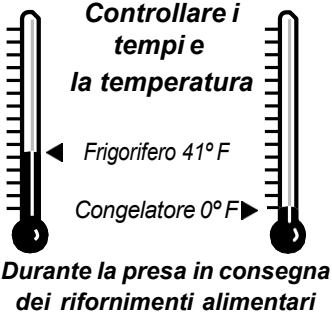
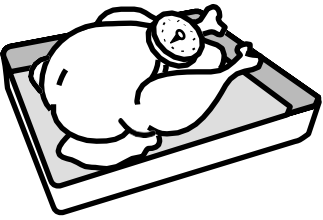
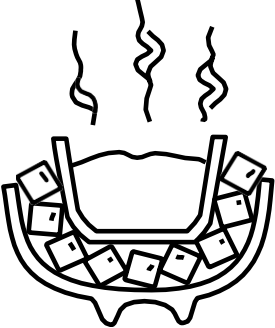


Sicurezza alimentare per addetti alla ristorazione

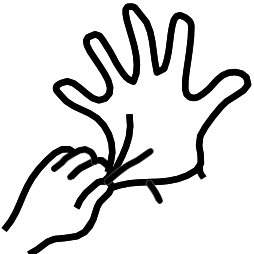
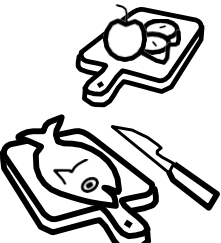
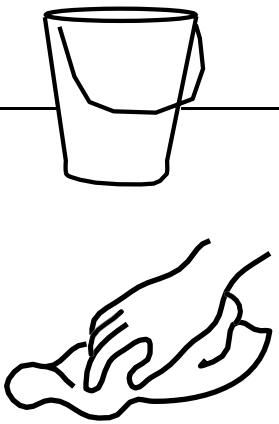
Molte delle malattie trasmesse da alimenti possono essere evitate adottando procedure corrette di conservazione e preparazione dei cibi. Gli alimenti di origine animale e i fagioli, il riso e la pasta cotti presentano particolari rischi: sono infatti considerati "alimenti che richiedono il controllo di tempo e temperatura per la sicurezza" (TCS). Vi invitiamo a seguire queste norme e pratiche di sicurezza alimentare per garantire l'integrità del cibo che servite agli altri e che mangiate voi stessi. Queste istruzioni sono conformi al Codice Alimentare del 2013 della Food and Drug Administration.

RIMANERE IN BUONA SALUTE		
Principio fondamentale	Pericolo	Avvertenze di sicurezza alimentare
Essere in buona salute	Contaminazione microbiologica	<ul style="list-style-type: none"> • Non preparate alimenti quando siete malati o avete un taglio aperto o un'abrasione sulle mani o sulle braccia. • Comunicate al gestore eventuali malattie. • Evitate di tossire e di starnutire nelle aree in cui sono presenti alimenti.
Osservare una buona igiene personale 	Contaminazione microbiologica	Lavatevi sempre le mani dopo aver: <ul style="list-style-type: none"> • usato il bagno. • tossito, starnutito o usato un fazzoletto di tessuto o di carta. • manipolato alimenti crudi. • maneggiato pentole, posate o altri accessori da cucina sporchi. • portato fuori la spazzatura.
	Contaminazione incrociata	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzate un lavandino separato per lavarvi le mani.
	Contaminazione fisica	<ul style="list-style-type: none"> • Sul lavoro indossate indumenti puliti.
	Contaminazione microbiologica e fisica	<ul style="list-style-type: none"> • Portate accessori efficaci per tenere i capelli raccolti quando lavorate nella zona di preparazione dei cibi. • Non mangiate, bevete o fumate quando preparate da mangiare. • Tenete le unghie corte.
CONTROLLARE I TEMPI E LA TEMPERATURA		
Principio fondamentale	Pericolo	Avvertenze di sicurezza alimentare
Controllare i tempi e la temperatura 	Crescita di batteri, produzione di tossine	Tenete gli alimenti fuori dalla "Zona di pericolo": (41°F - 135°F) <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzate un termometro calibrato per uso alimentare per controllare la temperatura degli alimenti. <p>Prendete in consegna e conservate gli alimenti alle temperature adeguate</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alimenti refrigerati a 5°C (41°F) o temperatura inferiore. • Alimenti surgelati/congelati a -17°C (0°F) o temperatura inferiore.
Durante la preparazione	Crescita di batteri, produzione di tossine	Scongelate gli alimenti surgelati/congelati in: <ul style="list-style-type: none"> • Frigorifero. • Acqua corrente fredda potabile al di sotto dei 21°C (70°F) per 2 ore o meno. • Forno a microonde seguito da cottura o in quanto parte del processo di cottura.

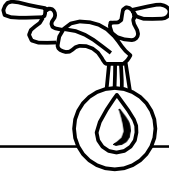
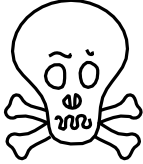
CONTROLLARE I TEMPI E LA TEMPERATURA

Principio fondamentale	Pericolo	Avvertenze di sicurezza alimentare
<p>Controllare i tempi e le temperature</p> <p>Durante la cottura</p> 	<p>Crescita di batteri, produzione di tossine</p>	<p>Cuocete ogni alimento all'adeguata temperatura interna:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 165°F per 15 secondi: pollame, carne con ripieni, pesce, pasta e ripieni che contengono carne, pollame o pesce. • 165°F per 15 secondi: pollame macinato, tacchino. • 155°F per 15 secondi o a 158°F in modo istantaneo: per carni macinate (carni ricostituite e carni sottoposte ad iniezione di liquidi) e i preparati ricostituiti a base di: pesce, carne e uova crude non destinate al consumo immediato. • 145°F per 15 secondi: pesce, carne, maiale e uova crude per il consumo immediato. • 145°F per 3 minuti: arrosti di manzo e di maiale interi e arrostiti a base di "corned beef" (manzo sotto sale). • 145°F sulla superficie superiore ed inferiore di una bistecca che porta un'etichetta che la certifica come "muscolo intero intatto di manzo" ossia "whole muscle intact beef." • 165°F per cibi crudi di origine animale cotti in un forno a microonde.
<p>Durante la conservazione prima del consumo</p>	<p>Crescita di batteri, produzione di tossine</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tenete gli "alimenti che richiedono il controllo di tempo e temperatura per la sicurezza" (TCS) caldi a 135°F o a temperatura superiore. • Tenete gli "alimenti TCS" freddi a 41°F o a temperatura inferiore.
<p>Durante il raffreddamento</p> 	<p>Crescita di batteri, produzione di tossine</p>	<p>Raffreddate gli "alimenti che richiedono il controllo di tempo e temperatura per la sicurezza" (TCS) cotti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • da 135°F – 70°F in 2 ore o in meno. • da 70°F – 41°F in 4 ore o in meno. • Raffreddate i cibi freddi preparati freddi a 41°F o temperatura inferiore entro 4 ore. • Datate i cibi freddi preparati in loco e conservati per più di 24 ore annotando anche la data di scadenza: • a 41°F – 7 giorni compresa la data di preparazione • a 45°F – 4 giorni compresa la data di preparazione • Raffreddate gli alimenti in contenitori non troppo fondi — altezza massima 10 cm (4 pollici).
<p>Durante il riscaldamento</p>	<p>Sopravvivenza e crescita di batteri, produzione di tossine</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Riscaldare rapidamente gli "alimenti TCS i" a 165°F (2 ore o meno) e teneteli a 135°F.

EVITARE LE CONTAMINAZIONI

Principio fondamentale	Pericolo	Avvertenze di sicurezza alimentare
<p>Proteggere gli alimenti dalle contaminazioni</p> 	<p>Contaminazione microbiologica e fisica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Evitate di venire a contatto con le mani non protette con alimenti pronti per essere consumati: utilizzate accessori quali guanti monouso, carta da salumeria, spatole, pinze, posate o altri utensili da tavola. • Riducete al minimo il contatto delle mani senza guanti con cibi esposti che non siano pronti da mangiare. • Conservate gli alimenti in contenitori coperti o nelle loro confezioni. • Non conservate alimenti confezionati in materiali assorbenti a diretto contatto con ghiaccio o acqua. • Non conservate alimenti non confezionati a diretto contatto con ghiaccio non scolato. • Lavate frutta e verdure prima di cuocerle o di servirle a tavola. • Conservate gli alimenti in un luogo pulito ed asciutto, non soggetto a spruzzi, polvere o altri contaminanti e ad un'altezza minima dal suolo di 15 cm (6 pollici).
<p>Evitare le contaminazioni incrociate</p> 	<p>Contaminazione incrociata</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Separate gli alimenti di origine animale crudi da alimenti di origine animale e altri cibi pronti per il consumo (sushi, crostacei, frutta e verdura) durante lo stoccaggio, la preparazione, la conservazione prima del consumo e il servizio.
	<p>Contaminazione microbiologica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pulite e disinfettate i termometri da cucina prima e dopo ogni controllo della temperatura di alimenti crudi e di alimenti pronti per il consumo.
	<p>Contaminazione incrociata</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Non mescolate alimenti di origine animale crudi con cibi cotti.
<p>Tenere pulite le superfici che vengono a contatto con gli alimenti.</p> 	<p>Contaminazione microbiologica</p>	<p>Contaminazione di microorganismi Pulite e disinfettate le attrezzature, le posate e gli utensili da cucina:</p> <ul style="list-style-type: none"> • prima di usare un altro tipo di alimento di origine animale (manzo, pesce, agnello, maiale e pollame). • quando passate dalla preparazione di alimenti crudi a cibi pronti per il consumo. • prima di preparare frutta e verdure crude e "alimenti che richiedono il controllo di tempo e temperatura per la sicurezza". • in qualsiasi momento durante le attività di preparazione in cui possa essersi verificata una contaminazione. • ogni 4 ore se usati con alimenti che richiedono il controllo di tempo e temperatura per la sicurezza" a temperatura ambiente superiore a 55°F. • Pulite e disinfettate i termometri alimentari prima di utilizzarli e prima di riporli dopo l'uso.

MANTENERE SICURE LE SCORTE ALIMENTARI

Principio fondamentale	Pericolo	Avvertenze di sicurezza alimentare
<p>Considerare l'origine e la condizione dell'alimento</p>	<p>Contaminazione microbiologica, fisica e chimica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Usate alimenti provenienti da fornitori autorizzati. • Non usate alimenti preparati a casa. • Non usate alimenti provenienti da scatole con rigonfiamenti o ammaccature o da confezioni danneggiate.
 <p>Usare acqua sicura</p>	<p>Contaminazione microbiologica e chimica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzate soltanto acqua potabile e sicura. • Il ghiaccio per uso alimentare deve essere fatto esclusivamente con acqua potabile.
<p>Utilizzare trasporti/itinerari sicuri</p>	<p>Contaminazione microbiologica e chimica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Durante il trasporto proteggete gli alimenti dalle contaminazioni. • Trasportateli in veicoli e attrezzature puliti. • Tenete freddi, i cibi refrigerati (41°F o meno). • Tenete caldi, i cibi caldi (135°F o più).
<p>Usare e conservare in modo sicuro le sostanze chimiche e pesticidi</p> 	<p>Contaminazione chimica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stoccate e utilizzate solo le sostanze chimiche assolutamente necessarie. • Utilizzate le sostanze chimiche osservando le istruzioni della casa produttrice. • Non conservate sostanze chimiche in posti in cui possano contaminare le attrezzature da cucina, le posate, gli accessori, le tovaglie e altri articoli monouso. • Solo individui autorizzati possono applicare i pesticidi.

La Massachusetts Partnership for Food Safety Education (Società per l'educazione alla sicurezza alimentare del Massachusetts) è uno sforzo collaborativo congiunto del Programma di Educazione Alimentare dell'University of Massachusetts Extension e di agenzie e associazioni statali e federali che operano con i consumatori, gli enti normativi e gli addetti alla ristorazione alla preparazione e fornitura di cibi in locali pubblici e negozi al dettaglio. Ha come obiettivo la riduzione della diffusione di malattie trasmesse da alimenti e a tale fine si impegna a:

- Migliorare l'informazione e le competenze in fatto di sicurezza alimentare per gente che si occupa di ristorazione
- Educare i gruppi interessati ad un approccio sistematico alla sicurezza alimentare
- Migliorare la collaborazione e la comunicazione tra i partecipanti

Gli enti partecipanti comprendono:

- Massachusetts Department of Agricultural Resources
- Massachusetts Department of Elementary and Secondary Education
- Massachusetts Department of Public Health, Food Protection Program
- MA Executive Office of Elder Affairs
- MA Food Association
- Massachusetts Food Banks
- MA Restaurant Association
- MA Environmental Health Association
- MA Health Officers Association
- UMass Extension
- UMass Amherst – Department of Nutrition
- US Department of Agriculture - Food Safety & Inspection Service
- US Food and Drug Administration



Sviluppato dal Programma di Educazione Alimentare di UMass Extension con il sostegno del Ministero dell'Istruzione del Massachusetts in collaborazione con la Massachusetts Partnership for Food Safety. UMass Extension offre pari opportunità sia nei programmi che nelle assunzioni. NU-0139:07/2002.
Aggiornato: 04/2021

