

Personalhygien i mottagningskök

Kläder, smycken, m.m.



Rena arbetskläder varje dag. Alla som hanterar oförpackad mat i köket ska använda kockrock/motsvarande, byxor och hårskydd med instoppat/upsatt hår. Privata kläder och kökskläder ska inte hängas tillsammans. Arbetskor får bara användas inomhus.



Ingen rökning i arbetskläder. I köket får du inte använda snus, tuggummi, privat mobil eller bära klockor, ringar, smycken, lösnaglar eller nagellack.

Sjukdom



Meddela din närmsta chef om du har symptom som illamående, diarré, infekterat sår eller halsinfektion.

Om du har ont i halsen eller om du har ett infekterat sår på handen ska du inte hantera oförpackad mat.

Vid magsjuka ska du vänta 48 timmar efter sista symtom, innan du kommer tillbaka till arbetet. Var extra försiktig vid magsjuka i familjen. Använd handsprit och undvik att hantera oförpackad mat.



Vid misstanke om smitta t.ex. i samband med utlandsresa ska kökspersonal lämna avföringsprov till företagshälsovården. Hantera inte oförpackad ätferdig mat i väntan på provsvar.

Händerna tvättas:



- innan arbetet startar
- efter rast/toalettbesök
- när du ätit, druckit eller rökt
- när du rört ansikte/hår
- när du nyst/hostat/snutit dig
- vid byte av arbetsmoment t.ex:

- efter hantering av rått kött/färs/fågel/fisk
- efter rengöringsarbete
- efter datorarbete
- efter soptömning

Använd flytande tvål och pappershandduk, vid behov även handdesinfektion.

Håll naglarna korta och rena, fria från nagellack under arbetstid. Använd engångshandskar om du

har sår/plåster på händerna. Byt dem lika ofta som du skulle ha tvättat händerna.

Rena redskap



Ta för vana att använda köksredskap så mycket det går istället för händerna.



Om dator används i samband med köksarbete så skydda tangentbordet med ny plastfilm varje dag. Tvätta händerna efter datorarbete.

Besökare



Till hantverkare, servicepersonal och andra besökare finns hårskydd, rock och skoskydd. Den som tar emot besökaren ansvarar för att informera om kravet på skyddskläder.



Personalhygien - Om det blir fel:

- Om någon glömmar rutinerna och gör fel, så hjälps åt att påminna varandra om vad som gäller. Alla i köket har ett ansvar för matsäkerheten.
- Upprepade fel följs upp av närmsta chef med exempelvis instruktion eller utbildning.

Beställning och varumottagning

Beställ lagom stora mängder från godkända leverantörer, för att inte livsmedel ska bli stående för länge och tappa kvalitet.

Mottagningskontroll



Leveransen ska stämma med beställningen och hålla god kvalitet.

Förpackningarna ska vara rena och oskadade. Datum och annan märkning ska vara läslig och korrekt.



När den färdiga maten kommer ska ni kontrollera att ev. specialkost har tydlig information och är opåverkad av annan mat. Kontrollera också att varm mat är tillräckligt varm (bör vara +60°C eller högre, fisk kan vara lägre) och kall mat tillräckligt kall (bör vara +8°C eller lägre). Om transporten är väldigt kort, inom huset eller bara över gården, räcker det om tillagningsköket har kontrollerat temperaturen.

Temperatur



Temperaturen mäts i kyl- och frysleveranser. Termometerns insticksgivare kläms mellan två förpackningar. Kylvaror ska hålla temperatur enligt sin förvaringsanvisning på förpackningen.

Frysvaror ska hålla -15°C eller kallare. Ställ in varorna så snabbt som möjligt i kyl/frys.

Skriv upp



Temperaturen skrivs på följesedeln, som sparas i pärmen på hyllan i varumottagningen.

Beställning och varumottagning - Om det blir fel:

- Vid fel leverans, temperatur, märkning eller för kort datum, så kontaktas leverantören. Kom överens om hur det aktuella problemet ska lösas.
- Anteckning om ev. retur eller åtgärd görs direkt på följesedeln.
- Trasiga eller buckliga förpackningar reklameras.
- Varor med utgången datum tar vi inte emot. Om det ofta kommer varor med kort datum, kontakta närmsta chef.
- Om kylvaror är varmare än förvaringsanvisningen eller om frysvaror är varmare än -15°C, bedöm om varan ska returneras eller om den kan användas. Nytt kortare bäst-före-datum skrivs över det gamla om varan ska användas.
- Om den färdiga matens temperatur är fel, kontakta tillagningsköket. Värm upp maten, om det gått mindre än två timmar sedan den tillagades. Om den kalla maten är för varm måste ni eller tillagningsköket bedöma hur länge den i så fall kan ha varit för varm. (längre än två timmar är en risk)
- Om samma fel förekommer ofta, kontakta närmsta chef.

Förvaring

Ordning och reda



När vi lastar in varor ställer vi dem så att vi använder det med kortast datum först, ”först in – först ut”. Vi ser till att inköpta varor förvaras enligt anvisningen på förpackningen.



Oförpackade grönsaker förvaras åtskilt på särskild hylla/längst ned så att de inte kan förorena andra varor. All annan mat förvaras övertäckt eller i stängda förpackningar.

Mat till specialkost

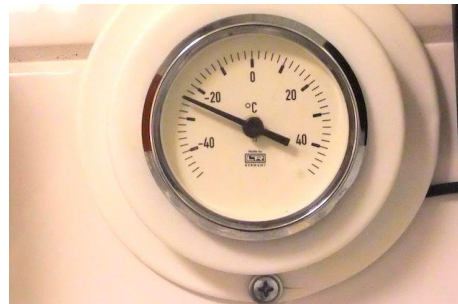


Mjölkfria, glutenfria och andra ”fri från-varor” placeras gärna högt upp så att de inte kan förorenas av annan mat. Förpackningar ska vara ordentligt stängda.

Temperaturer



Temperaturen i mejerikylen ska vara +4°C eller kallare.



I frysen ska det vara -18°C eller kallare.

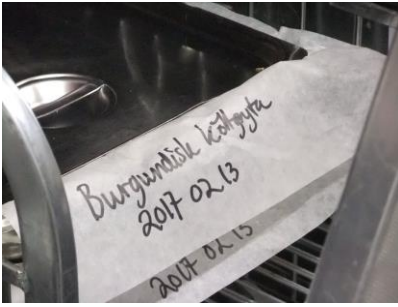
Håll ett öga på kyl/frystermometern till vardags och skriv upp temperaturen i listan en gång per vecka. Men det behövs inte om det finns automatiskt larm och loggning av temperaturen.

Inget på golvet



Inga matvaror förvaras på golvet. Ställ kartonger på de låga vagnarna istället. Annars riskerar vi att få med föroreningar till kökets arbetsytor och städningen hindras.

Märk maten



Mat som sparas/packas om ska märkas med produkt-/receptnamn och dagens datum innan den ställs in i kyl/frys/förråd.



Burkar och emballage



Förvara mat i kökets kärl eller i oanvänd förpackning med glas/gaffel-symbol eller annan märkning som visar att den är till för mat.



Allt förpackningsmaterial förvaras så att det är skyddat mot damm och smuts. Ingen förvaring av livsmedel får ske i öppnade konservburkar.

Städ för sig



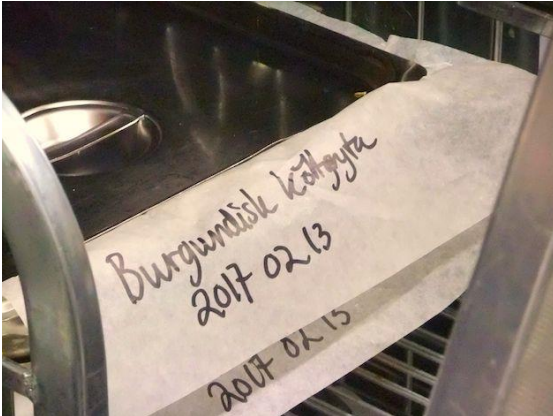
Städustrustning och kemikalier förvaras inte tillsammans med mat.

Förvaring - Om det blir fel:

- Om vi hittar mat med utgången datum gör vi en bedömning om den håller tillräckligt god kvalitet för att användas så snart som möjligt eller ska slängas.
- Kyl/frys: Om det blir fel på kyl eller frys kontaktas felanmälan (se telefonlista) Kontrollera hur varorna har påverkats. Justera till tidigare bäst-före-datum på mat som sparas. Mat som har blivit för varm och som därför inte går att använda slängs.
- Om cook-chill mat blivit varmare än +5°C ska den ätas inom 12 timmar. Om den blivit varmare än +10°C ska den kasseras.
- Om plastfilm eller annat förpackningsmaterial har blivit smutsigt så används det inte till mat.

Mathantering

Upptining:



Mat som inte ska värmas upp på en gång tinas på bleck eller i tät förpackning i kylan. Bröd tinas i rumstemperatur.

Kall mat



Ta fram lagom stora mängder kylvaror åt gången, så blir de inte varma medan du arbetar. Byt/diska skärbräda och kniv när du byter livsmedel. Rengör bänk, konservöppnare, grönsaksskärare och övriga köksredskap när du är färdig. Färdig sallad förvaras i kyl i väntan på servering.



Potatis och pasta kokas i omgångar för att kunna serveras så nykokt som möjligt.

Bakning



Bakning sker skilt från övrig mathantering. Jäsning kan ske i blandaren. Degkrok/visp diskas för hand. Torka av mjöldamm från blandaren och runtom. Rengör bänken.

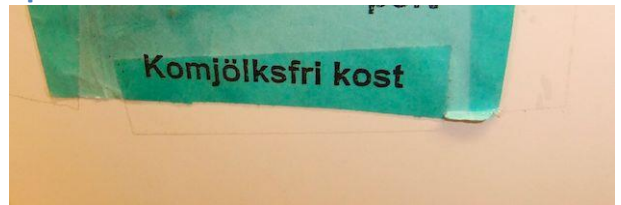


Varmhållning och servering



Matens yta ska hålla +60°C eller mer vid varmhållning. Varmhåll så kort som möjligt, 30 min för cook-chill mat, 1 timme för potatis och högst två timmar för övrig mat. Tänk på att rengöra insticksgivaren ordentligt om du mäter med termometer.

Specialkost



Hantera och servera specialkost skilt från övrig hantering i köket. Tänk på att olika sorters specialkost kan innehålla olika allergener. Håll därför isär till exempel specialkost med ägg från specialkost som ska vara "fri-från" ägg. Var noga med handhygien. Håll god ordning på redskap och ytor så det inte kommer oönskat allergen i maten. Servera specialkost så att inte maten eller besticken kan blandas med annan mat eller bestick.

Servera inte den ”ordinarie” maten till någon med överkänslighet om inte tillagningsköket har gett tydlig information om att det går bra.

Livsmedelsverket rekommenderar att nötter, mandel, jordnötter och sesamfrö inte serveras i skolan på grund av allergirisk

Personalen ska ha tillgång till individuell och tydlig information om ev. allergier hos matgäster.

Minska svinn



Minska svinn genom att ställa fram lagom många bleck åt gången. Oförpackad varm mat som blivit över ute på servering kasseras. Om ni har varm mat över, som inte varit ute på servering, så kan ni kyla ner den för servering en annan dag. Från varmhållningen ska den kylas så

snabbt som möjligt eller på högst fyra timmar ner till +8°C eller kallare. Temperaturen ska mätas mitt i maten.

Kallt vattenbad och/eller uppdelning i mindre kärl gör nedkylningen snabbare.

Grönsaker och råkost som blir över, även från servering, kan upphettas och användas i varma rätter, t.ex. grytor.

Mat på utflykt



Känslig mat bör läggas i kylväska om det dröjer mer än två timmar innan den äts.

Tänk på att märka allergianpassad mat till utflykten tydligt och förpacka den säkert så att den inte kan blandas eller förväxlas med annan mat.

Mathantering - Om det blir fel:

- Om råvaror, som ligger och tinar i kylan, har läckt vätska så att det kommit i färdig mat ska den färdiga maten kasseras. Påminn om rätta rutiner för upptining så att felet inte återkommer.
- Om det finns osäkerhet kring specialkosten eller dess märkning så chansa inte utan prata med den som ansvarat för tillagningen så att ni säkert har rätt information.
- Om det finns osäkerhet kring en matgästs allergi så fråga matgästen själv eller någon som vet säkert.
- Om nedkylning av varm mat tar mer än fyra timmar så måste den tyvärr kasseras. Ändra nedkylningsrutinen t.ex: mindre kärl, effektivare nedkylningsutrustning, byt kallvatten i vattenbad oftare.

Allergireaktion

Vid allergisk reaktion, främmande föremål i maten eller misstänkt matförgiftning kontaktas kostchefen. Även kommunens livsmedelsinspektör ska kontaktas.

Checklista, ur ”Säker mat i förskola och skola” från Astma- och Allergiförbundet

Checklista

Om någon får en reaktion

Ta gärna kopior på checklistan och sätt upp dem i lokaler där eleverna äter!

Även om du och dina kollegor gjort allt ni kunnat för att förhindra kontamination kan en elev reagera på något i maten. Då är det viktigt att agera lugnt och snabbt. Om eleven har en känd allergi och har en individuell handlingsplan är det alltid den som ska användas. I annat fall kan ni utgå från nedanstående checklista:

1. Fråga

Fråga om eleven har någon känd allergi och i så fall mot vad, vad hon heter och hur hon mår; har svårt att andas, klåda, magont?

2. Ge läkemedel

Om eleven har med sig läkemedel mot allergi (exempelvis Epipen eller Anapen), läs den enkla instruktionen och injicera omedelbart läkemedlet på lårrets utsida. Injicera genom kläderna! Håll sprutan intryckt i låret och räkna till 10 innan du drar ut den. Många skolelever klarar detta själva.

3. Ring 112

Ring alltid ambulans om eleven blir snabbt försämrad eller om eleven fått adrenalin i spruta. Var beredd att svara på frågor om vad som hänt och vad eleven heter.

4. Stanna hos eleven

Lämna inte eleven ensam. Skolsköterska eller läkare ska komma till eleven, eleven ska INTE gå till skolläkaren eller sköterskan. Ge inte kall dryck. Låt personen vila liggande, fysisk ansträngning kan förvärra reaktionen.

5. Meddela anhörig

Meddela den/de anhöriga som finns angivna i skolans särskilda anhörigdokument och/eller allergiintyg. Se till att all personal vet var dessa papper finns.

6. Meddela chefen

Tala om för ansvarig person i skolrestaurangen vad som hänt.

7. Spara maten

Spara den mat som eleven ätit av. Frys in i en ny, ren plastpåse. Detta är mycket viktigt för en senare analys. Tänk på att en analys syftar till att förebygga nya sjukdomsfall – inte till att hitta syndabockar.

8. Spara förpackningar

Spara alla förpackningar till de råvaror som använts i rätten. Det kan hända att ett recept har ändrats utan att produkten har märkts om.

9. Skriv upp namnet på eleven

Om eleven avviker; skriv upp namn och telefonnummer, så att skolrestaurangen kan ta kontakt senare och ta reda på hur det gick. Det är också viktigt att senare kunna meddela eleven *vad* som orsakat reaktionen. Se till att eleven inte *går* hem. Eleven ska hämtas av förälder från skolan. Reaktionen kan komma efter ett tag och ge förvirring.

10. Skydda andra elever

Stoppa specialrätter gjorda på samma ingredienser tills skolrestaurangen vet vad som gått snett.

11. Ta hjälp

Ta hjälp av den lokala tillsynsmyndigheten för miljö och hälsa för att utreda vad som kan ha brustit.

12. Analysera

När allt är avslutat, försök lära av det som hänt så att det inte upprepas. Skolrestaurangen har producentansvar. Har en leverantör gjort fel bör man värdera om man ska ha kvar leverantören samt kräva ersättning för skolrestaurangens kostnader.

Reklamation och misstänkt matförgiftning

Om någon kontaktar oss och misstänker att de blivit dåliga av vår mat:
Använd blanketten ”misstänkt matförgiftning”

Lyssna och skriv ner följande information:

Vilken måltid gäller det?

Vad åt/drack matgästen?

När blev hen sjuk?

Vilka symtom?

Hur länge varade symtomen eller är hen fortfarande sjuk?

Vad åt matgästen dygnet före och efter måltiden hos oss?

Känner vi eller matgästen till om fler blivit sjuka?

Om det är fler som blivit sjuka, vad åt/drack de?

Är matgästen allergisk eller överkänslig mot någon mat och i så fall vad?

Berätta att vi följer upp genom att gå igenom våra egna rutiner och leveranser samt genom att ta kontakt med livsmedelsinspektören.

Ring kommunens livsmedelsinspektör

Livsmedelsinspektören nås via kommunens växel. Kontrollmyndigheten har en lagstadgad skyldighet att utreda misstänkta matförgiftningar. Alla vet att detta kan hända ibland trots att en verksamhet har rutiner. Myndigheten är ett stöd i denna situation. Fråga om eventuella matrester ska sparas för provtagning.

Spara eventuella matrester

Om det finns något kvar av den mat som misstänks ha orsakat symtom så förpackas den på ett säkert sätt, märks tydligt och sparas för eventuell provtagning.

Gör en egen utredning

Vi går igenom egenkontrollrutinerna och temperaturerna från det aktuella tillfället. Har vi haft full kontroll på ingredienserna eller har någon producent ändrat sitt recept? Har någon av oss som arbetat med maten eller familjemedlemmar varit sjuka? Kan någon råvara ha medfört smitta? Har vi inspektionsrapport eller säker information från våra leverantörer och deras egenkontroll? Svaren på dessa frågor skrivs ner och sparas.

Förebygg

Vi använder alla svar och undersökningsresultat för att bestämma hur vi ska undvika att detta händer igen.

Disk, rengöring och tvätt

Disk



Vattentemperaturen ska vara 55-65°C vid diskning och minst 80°C vid sköljning. Kontrollera detta en gång per vecka.



Låt disken lufttorka innan det staplas. Torka aldrig med handduk, förutom brickor. Endast det som är för stort för maskinen diskas för hand.

Städredskap



Använd en egen uppsättning städredskap till köket. Använd alltid rena trasor och skrapor. Förvara dem hängande så att de torkar. Toaletter ska ha en annan uppsättning städredskap så att inte föroreningar sprids. Rengöringsmedel ska aldrig förvaras tillsammans med mat.

Tvätt



Grytlappar, kökshanddukar, moppar och arbetskläder ska tvättas i minst +60°C. Om arbetskläderna tvättas hemma ska de förvaras /fraktas i ren tät påse.



Avfall



Varje dag ska soporna tas ut från köket till sopkärl och kompostrum.



Disk och rengöring - Om det blir fel:

- Om det inte blir rent med de rutiner som används så behöver städschemat ändras så att rengöringen görs oftare eller på ett annat sätt.
- Om du ser skadedjur eller spillning ring felanmälan för sanering.
- Om det blir fel på diskmaskinen eller doseringen av medel kontaktas felanmälan. Spara serviceraporten i egenkontrollpärmerna.

Utbildning**Nyanställda och vikarier**

Nyanställda introduceras alltid i arbetet och egenkontrollen. Genomgång av hygien och arbetsrutiner för samtliga arbetsmoment är obligatoriskt vid introduktionen. Listan med information, som används vid introduktionen, signeras av både den nyanställde och av den som ansvarat för introduktionen.

Fortlöpande information

Egenkontrollprogrammet finns alltid tillgängligt i köket. All personal som handskas med maten får regelbunden utbildning i livsmedelshygien och specialkost samt en årlig genomgång av de rutiner som gäller för de aktuella arbetsuppgifterna. Deltagarlistor från utbildningar och genomgångar sätts i egenkontrollpärmerna.

Utbildning - Om det blir fel:

- Om någon som handskas med maten känner sig osäker på vilka rutiner som gäller, så måste han/hon läsa på i egenkontrollprogrammet eller fråga någon som vet.
- Vi tar vårt ansvar genom att följa upp eventuella misstag med förnyad information, instruktion eller utbildning.

Underhåll

Anmäl brister



All personal som upptäcker brister eller skador på lokaler, inredning eller utrustning har ett ansvar att kontakta fastighetsansvarig.



Vid slitage eller skada ska det åtgärdas så snart som möjligt. Om det inte går att ordna omedelbart ska behovet av underhåll (+ vem som kontaktats för att åtgärda det) noteras i underhållsplanen.

Vid akuta fel kontakta närmsta chef eller fastighetsansvarig för konsultation/åtgärd.

Hela rena redskap

Byt ut redskap och skärbrädor som är trasiga, spruckna eller alltför slitna för att bli rena i disken. Det hindrar att det hamnar splitter eller liknande i maten eller att redskapen för med sig andra föroreningar.

Underhåll och service



All service bokas i förväg så att vi kan täcka över känsliga ytor i köket. All servicepersonal ska använda skyddskläder. (hårskydd, skyddsrock och skoskydd)

Underhåll - Om det blir fel:

- När något går sönder åtgärdar vi det på en gång. Om det inte går att ordna direkt skriver vi upp planerad åtgärd och datum samt vem (ev. vilken firma) som gör jobbet. Dokumentationen sparas i egenkontrollpärmen.

Daglig rengöring i mottagningsköket:

Arbetsbänkar

Bänkar torkas av efter varje användning.
I slutet av dagen rengörs de så här:
Handskura med trasa, varmt vatten och diskmedel. Skölj med hett vatten och torka av med ren trasa eller skrapa.
Torka torrt med papper.



Handfat i kök

Desinficera kranen. Rengör handfatets insida med tvål, vatten och ren trasa. Fyll på tvål och papper vid behov.



Köksredskap



Grönsaksskärare: Bryt strömmen. Ta isär alla lösa delar. Rengör skäraren och delarna och skölj med vatten. Torka skäraren med papper. Låt delarna lufttorka.



Konservöppnare: rengör kugghjulen med borste. Rengör resten av konservöppnaren vatten + diskmedel. Torka torrt med papper.

Handtag



Handtag som används dagligen rengörs med vatten och rengöringsmedel. Torka torrt med papper.

Diskmaskin



Följ rengöringsinstruktion från maskintillverkaren.

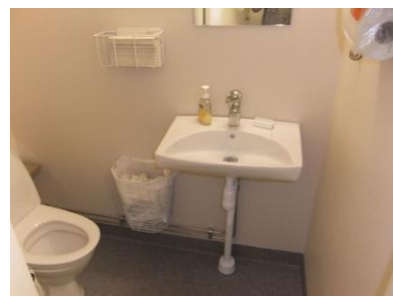
Golv



Spola och skura golv i kök och diskrum. Blötlägg golvet med vatten och rengöringsmedel. Låt verka. Skura med borste vid behov. Skölj med vatten. Skrapa med golvskrapa. Spola ur ev. golvbrunnar. (Det bör finnas handtag till gallren). Häng upp skrapan. Byt gummit i skrapan om det börjar spricka.

Personaltoalett

Dörrhandtag, vattenkran, spolknapp och toalettlock och -sits desinficeras.



Veckostädning i mottagningsköket:

Handfat i kök

Rengör handfatet, även utsidan och undersidan, med rengöringsmedel och särskild trasa.



Golv i förråd

Dosera golvrengöringsmedel och fyll hinken med ljummet vatten. Ta en ren och torr mopp. Doppa moppen och pressa den så att den bara är fuktig. Rengör golvytan. Lägg moppen till tvätt. Håll utkik efter eventuella spår av skadedjur när du städar.



Toalett

Använd de städredskap som är avsedda för toaletten. Rengör handfat och toalett med särskilda trasor. Rengör dörrar och handtag. Dosera golvrengöringsmedel och fyll hinken med ljummet vatten. Ta en ren och torr mopp. Doppa moppen och pressa den så att den bara är fuktig. Rengör golvytan. Lägg moppen till tvätt.

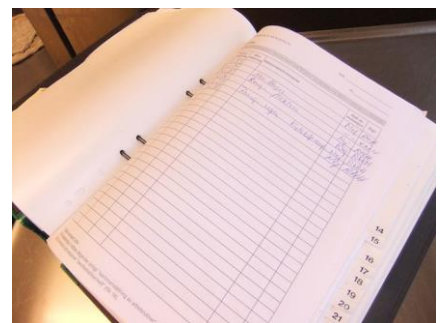


Soprum: Rengör golvet i soprummet.



Signera

Notera det du gjort i checklistan för städning.



Ett exempel på egenkontroll för kökspersonal **Mottagningskök**

”Sällan”-städning i mottagningsköket

Skåp och lådor

Töm och torka ur. Lådinsatser körs i diskmaskin om de får plats.



Torrfförråd: Hyllor och väggar

Töm hyllor. Torka av hyllor och vägg med ren torkduk. Ställ tillbaka varorna.



Städförråd: Hyllor och väggar

Töm hyllor. Torka av hyllor och vägg med ren torkduk. Ställ tillbaka varorna.



Kylar

Torka hyllor, kylväggar och kyldörr utvändigt och invändigt med ren trasa, varmt vatten och diskmedel.



Ventilationskåpa

Torka rent med trasa och fettlösande rengöringsmedel eller använd ångtvätt enligt instruktion.



Väggar

Rengörs med ångtvätt enligt instruktion eller för hand: Torka rent med trasa, varmt vatten och diskmedel. Torka av med varmvatten. Låt lufttorka.



Ett exempel på egenkontroll för kökspersonal **Mottagningskök**

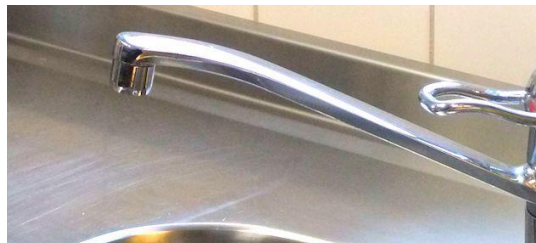
Frysskåp

Töm och frosta av vid behov. Kontrollera datum på varorna för att se om något bör kasseras. Torka frysen och frysdörren utvändigt och invändigt med ren trasa, varmt vatten och diskmedel. Se till att ev. fett och handavtryck tvättas bort.



Rengör kranisar

Skruva loss yttersta delen på vattenkranarna och rengör silen som sitter innanför. Borsta med hett vatten och diskmedel.



Förebyggande mot skadedjur

Kontrollera om det finns växtlighet, avfall eller föremål där skadedjur kan gömma sig i närheten av ytterdörren. Kontrollera om det finns springor runt kökets och soprummets ytterdörrar och fönster. 5 mm räcker för att gnagare ska ta sig in. Se till att eventuella ventiler genom ytterdörrar eller yttervägg är försedda med nät, som är täta nog motflugor och getingar. Kontrollera om det finns hål eller springor i golv/väggar/tak som gör det svårt att städa eller att skadedjur kan ta sig in. Spola igenom/relsa vattenlås där genomströmningen vanligtvis är låg.

Upptäckta brister felanmäls (se telefonlistan) och noteras på underhållslistan.



Kontrollera termometrar

Kontrollera termometrar. Lägg isbitar i en skål. När hälften har smält, så rör om. Mät temperaturen. Termometern ska visa 0°C. Kokande vatten (ca +100°C) kan också användas som referens. Notera i egenkontrollen.



Signera

Notera det du gjort i listan för storstädning.

