



Grundsätze der Hygiene

Bitte beachten Sie bei Ihrer täglichen Arbeit die nachstehend aufgeführten Regeln zur persönlichen Hygiene, zum hygienischen Umgang mit Lebensmitteln und zur Sauberkeit in der Küche. Sauberes Zubehör, einwandfreie Kucheneinrichtungen sowie hygienisches Bearbeiten von Lebensmitteln verhindern lebensmittelbedingte Erkrankungen.

– **Informieren Sie Ihren Arbeitgeber und/oder Ihren Küchenchef, wenn Sie an Gelbsucht, Durchfall, Erbrechen, Fieber, Halsentzündungen, Hauterkrankungen (z. B. Ausschlag, Geschwüre, Schnittverletzungen), eiterigen Entzündungen der Ohren, Augen oder Nase leiden.**

Um eine Übertragung von Krankheitserregern auf Lebensmittel zu vermeiden, dürfen Sie in bestimmten Fällen **nicht** in der Küche oder mit Lebensmitteln arbeiten. Fragen Sie Ihren Arzt, ob Sie im Lebensmittel- oder Küchenbereich tätig sein dürfen.

– **Persönliche Hygiene**

- **Achten Sie auf saubere Arbeitskleidung, damit bakterielle Verunreinigungen vermieden werden!**
Je sauberer die Arbeitskleidung, desto geringer das Risiko einer Keimübertragung von der Kleidung auf die Lebensmittel und Speisen.
- **Bedecken Sie während der Küchenarbeit Ihr Haar mit einer Haube oder Mütze, damit keine Haare in die Lebensmittel oder Speisen gelangen!**
- **Legen Sie vor Arbeitsbeginn Ihren Handschmuck (Ringe, Uhren) ab, damit Sie Ihre Hände hygienisch reinigen können!**
- **Waschen Sie vor Arbeitsbeginn und nach jedem Toilettenbesuch Ihre Hände gründlich, damit keine Krankheitserreger von den Händen auf die Lebensmittel übertragen werden!**
- **Tragen Sie bei der Zubereitung von empfindlichen Lebensmitteln (z. B. Frikadellenzubereitung) Einmal-Handschuhe!**
- **Versorgen Sie Verletzungen an Händen oder Armen sachgerecht mit wasserundurchlässigem Material. Tragen Sie gegebenenfalls Einmal-Handschuhe!** Bedenken Sie, dass Krankheitserreger von infizierten Wunden auf Lebensmittel übertragen werden können.

- **Wenden Sie sich beim Niesen oder Husten von den Lebensmitteln und Küchengegenständen ab!** Bitte benutzen Sie ein Papiertaschentuch, damit Bakterien aus Nase oder Mund nicht in die Nahrungsmittel gelangen. Entsorgen Sie das verwendete Papiertaschentuch umgehend und waschen Sie danach die Hände.
- **Rauchen Sie nicht bei der Zubereitung von Speisen, im Lebensmittelbereich oder in der Küche!**

Hygienischer Umgang mit Lebensmitteln

- **Kühlen Sie leichtverderbliche Lebensmittel, damit die Vermehrung der Bakterien verlangsamt wird!** Beachten Sie die Temperaturvorgaben des Herstellers auf dem Etikett. Fehlen diese, müssen Transport und Lagerung bei Temperaturen unterhalb von 7 Grad Celsius, bei tiefgefrorenen Produkten unterhalb von minus 15 bis minus 18 Grad Celsius stattfinden.
- **Tauen Sie gefrorenes Fleisch und Geflügel vor der Zubereitung völlig auf!** Bitte beachten Sie, dass bei gefrorenen Lebensmitteln die Gartemperatur gegebenenfalls nicht ausreicht, um die Mikroorganismen in den dickeren Stücken (z. B. bei Geflügel) abzutöten.
- **Schütten Sie das von Fleisch und Geflügel gebildete Tauwasser weg, es enthält schädliche Mikroorganismen!**
- **Reinigen Sie alle Gegenstände oder Flächen, die mit dem Tauwasser in Berührung gekommen sind!** Denken Sie bitte daran, dass infiziertes Tauwasser zu Lebensmittelvergiftungen führen kann.
- **Erhitzen Sie die Speisen bei der Nahrungszubereitung ausreichend!** Erst bei einer Temperatur von **mindestens 70 Grad Celsius** werden Mikroorganismen abgetötet. Bedenken Sie bitte, dass diese Temperatur auch im Kern der Lebensmittel vorhanden sein muss. Kontrollieren Sie zur Sicherheit mit einem Thermometer.
- **Halten Sie die Speisen nach dem Kochen ausreichend heiß! Sorgen Sie für eine Temperatur über 60 Grad Celsius!** Mikroorganismen können sich bei Temperaturen zwischen 10 und 60 Grad Celsius vermehren. Die Aufbewahrung von Speisen für den Direktverzehr muss entweder heiß (**über 60 Grad Celsius**) oder kühl (**unter 10 Grad Celsius**) erfolgen.
- **Kühlen Sie erhitzte Speisen nach Möglichkeit in flachen Behältern, denn flache Schalen ermöglichen ein schnelleres Herunterkühlen als tiefe Gefäße.**
- **Lagern Sie die gegarten Lebensmittel getrennt von den rohen Lebensmitteln, dadurch reduzieren Sie eine Keimübertragung auf die bereits gegarten Speisen.**
- **Bei der Zubereitung zusammengesetzter Speisen wie Kartoffel- oder Nudelsalaten sind die gekochten Komponenten herunterzukühlen, bevor**

die anderen Bestandteile hinzugefügt werden!

Denken sie daran, dass große Mengen heißer Lebensmittel nur sehr langsam abkühlen und so die Entwicklung unerwünschter Mikroorganismen gefördert wird.

- **Alle Küchenarbeiten mit leichtverderblichen Lebensmitteln sind zügig durchzuführen**, damit die Lebensmittel der Küchenwärme nicht lange ausgesetzt sind. Je länger die Zubereitungszeit in warmer Umgebung, umso größer ist die Gefahr der Keimvermehrung.
- **Gegarte Speisen dürfen nicht mit der Hand angefasst werden, damit keine Mikroorganismen von den Händen auf die Lebensmittel übertragen werden.** Benutzen Sie Einmal-Handschuhe!

Küchenräume und Küchengegenstände

- **Sorgen Sie für Sauberkeit in den Küchen- und dazugehörigen Wirtschaftsräumen, damit keine Bakterien von verschmutzten Oberflächen in die Lebensmittel gelangen!**
- **Halten Sie Ihren Arbeitsbereich in aufgeräumtem Zustand, damit Sie die Flächen und Gegenstände leichter säubern können!**
- **Tücher, die für die Reinigung der Kücheneinrichtung und Gerätschaften benutzt werden, müssen mindestens täglich erneuert werden.**
Bitte beachten Sie, dass die Küchentücher bei hoher Temperatur (90 Grad Celsius) gewaschen werden müssen, um die Verschmutzungen zu entfernen und die Mikroorganismen abzutöten.
- **Für das Reinigen von Fußböden sind unterschiedliche Tücher zu verwenden!** Auch diese müssen regelmäßig gewaschen werden.
- **Küchen- und Lagerräume sind vor Insektenbefall sowie anderem Ungeziefer zu schützen, denn Schädlinge können Krankheitserreger verbreiten.**
- **Gefährliche/giftige Substanzen, wie Reinigungs- und Desinfektionsmittel sowie Insektizide sind außerhalb der Küche in einem beschrifteten und verschlossenen Schrank zu halten!**
Unter Zeitdruck kann es zur Verwechslung von Reinigungs- mit Lebensmitteln kommen.
- **Vermeiden Sie eine Überlastung der Kühleinrichtungen!**
Überlastungen führen zu geringerer Kühlleistung und damit zu einem ungenügenden Schutz der Lebensmittel. Das kann zu einer Vermehrung von Mikroorganismen führen.
- **Verkürzen Sie beim Gebrauch der Spülmaschine nicht die Spülzeit, reduzieren Sie nicht die Temperatur des Spülgangs und geben Sie ausreichend Geschirr-Reiniger in die Maschine.** Durch Beachtung dieser Hinweise verhindern Sie, dass Speisereste auf dem Geschirr haften bleiben oder Bakterien den Spülgang überleben.