

ឯកសារព័ត៌មានអំពីក្រមចំណីអាហារ #31

ប្រការដែលអ្នកគួរយល់ដឹងអំពីក្រម

WWW.HEALTHOREGON.ORG
/FOODSAFETY

OAR 333-150-0000
ជំពូកទី 3-501.14

ការបញ្ចុះកម្ដៅ

(A) អាហារដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់ដែលបានចម្អិន (អាហារដែលត្រូវការការគ្រប់គ្រងពេលវេលា/សីតុណ្ហភាពដើម្បីសុវត្ថិភាព) ត្រូវតែបញ្ចុះកម្ដៅ៖

- (1) ក្នុងរយៈពេល 2 ម៉ោងពី 57°C (135°F) ទៅ 21°C (70°F);^P និង
- (2) ក្នុងរយៈពេលសរុប 6 ម៉ោងពី 57°C (135°F) ទៅ 5°C (41°F) ឬទាបជាងនេះ។^P

(B) អាហារដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់ (អាហារដែលត្រូវការការគ្រប់គ្រងពេលវេលា/សីតុណ្ហភាពដើម្បីសុវត្ថិភាព) ត្រូវតែបញ្ចុះកម្ដៅក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោងដល់ 5°C (41°F) ឬទាបជាងនេះ បើបានរៀបចំធ្វើពីគ្រឿងផ្សំនៅសីតុណ្ហភាពដុំវិញខ្លួន ដូចជាអាហារដែលត្រូវឡើងវិញ និងគ្រីយូណាក់ប៉ុងជាដើម។^P

ហេតុផលសុខភាពសាធារណៈ

ការបញ្ចុះកម្ដៅប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ត្រូវការដោះកម្ដៅចេញពីអាហារឱ្យបានលឿនគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីទប់ស្កាត់ការលូតលាស់នៃអតិសុខុមុនប្រាណ។ ការប្រើពេលវេលាពេកដើម្បីបញ្ចុះកម្ដៅអាហារដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់ (អាហារដែលត្រូវការការគ្រប់គ្រងពេលវេលា/សីតុណ្ហភាពដើម្បីសុវត្ថិភាព) ត្រូវបានកំណត់សម្គាល់ស្របគ្នាថា ជាកត្តារួមចំណែកនាំមុខមួយដែលនាំឱ្យកើតជំងឺឆ្លងតាមអាហារ។ ក្នុងអំឡុងពេលបញ្ចុះកម្ដៅយឺតៗ អាហារដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់ (អាហារដែលត្រូវការការគ្រប់គ្រងពេលវេលា/សីតុណ្ហភាពដើម្បីសុវត្ថិភាព) ធ្វើឱ្យមានការលូតលាស់នៃពូកអតិសុខុមុនប្រាណជាច្រើនដែលបង្កជំងឺ។ ប្រសិនបើមិនបញ្ចុះកម្ដៅអាហារស្របតាមលក្ខខណ្ឌទាមទារនៃវិធាននេះទេ ភ្នាក់ងារបង្កជំងឺ អាចកើនឡើងដល់ចំនួនដែលគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការបង្កជំងឺឆ្លងតាមអាហារ។

បើមានជំងឺឆ្លងសមស្របមុនពេលបញ្ចុះកម្ដៅ ហើយគ្មានការឆ្លងភាពកខ្វក់ឡើងវិញទេ នោះគួរតែកម្ដៅ ឬធ្វើឱ្យអស់កម្ដៅនៃអាហារដោយសីតុណ្ហភាពដែលបង្កើតស្ដីពី ដូចជាបាក់តេរី Clostridium perfringens ឬ Bacillus cereus ជាដើម។ ទោះយ៉ាងណាក៏ដោយ នៅក្រោមលក្ខខណ្ឌអនាម័យទាបជាងកម្រិតស្តង់ដារ ភ្នាក់ងារបង្កជំងឺផ្សេងទៀតដូចជា Salmonella ឬ Listeria monocytogenes អាចកើនឡើងវិញ។ ដូច្នេះ លក្ខខណ្ឌទាមទារក្នុងការបញ្ចុះកម្ដៅគឺផ្អែកលើលក្ខណៈលូតលាស់នៃសារធាតុកាយ ដែលអាចរស់រាន ឬអាចជាជាកត្តាខ្វក់ក្រោយពេលចម្អិន និងលូតលាស់យ៉ាងឆាប់រហ័សក្រោមលក្ខខណ្ឌបំពានសីតុណ្ហភាព។

ការបញ្ចុះកម្ដៅ

ការបញ្ចុះកម្ដៅមិនបានត្រឹមត្រូវ គឺជាមូលហេតុបង្កជំងឺឆ្លងតាមអាហារដ៏ចម្បងមួយ។ ការបញ្ចុះកម្ដៅអាហារឆាប់រហ័ស មានសារៈសំខាន់ក្នុងការធ្វើឱ្យបាក់តេរីមិនលូតលាស់នៅក្នុងអាហារនៅពេលដែលសីតុណ្ហភាពក្នុងកំប៉ុងគ្រោះថ្នាក់ (41°F-135°F)។

ត្រូវតែបញ្ចុះកម្ដៅអាហារពី 135°F ដល់ 70°F ក្នុងរយៈពេលពីរម៉ោងដំបូង ហើយបន្ទាប់មកដល់ក្រោម 41°F ក្នុងរយៈពេលសរុបប្រាំមួយម៉ោង គិតចាប់ពីពេលចាប់ផ្ដើមដំណើរការបញ្ចុះកម្ដៅ។

នេះជាវិធីល្អបំផុតក្នុងការបញ្ចុះកម្ដៅអាហារបានលឿន៖

- ដាក់អាហារនៅក្នុងខ្ទះ/ឆ្នាំងរាក់
- បែងចែកអាហារទៅជាចំណែកតូចៗ ឬស្លឹកឈើ (ឧ. សាច់អាំងឆ័ងៗ)
- ប្រើឧបករណ៍បញ្ចុះកម្ដៅរហ័ស ដូចជាដំបងទឹកកកជាដើម
- កូរអាហារនៅក្នុងវត្ថុឆ្អែកដែលដាក់ក្នុងធុងទឹកកកនៅលើបញ្ជី ឬនៅក្នុងឡាប៊ូរៀបចំធ្វើអាហាររបស់អ្នក
- ប្រើវត្ថុឆ្អែក (ធ្វើពីលោហៈល្អជាងប្លាស្ទិក) ដែលសម្រួលដល់ការផ្ទេរកម្ដៅ
- បន្ថែមទឹកកកធ្វើជាគ្រឿងផ្សំ (ឧ. ម្សៅសណ្ដែក ស៊ុប)

អាហារដែលបញ្ចុះកម្ដៅ គួរតែកុំគ្រប ឬគ្របដោយរលុង និងការរំពៃមិនឱ្យឆ្លងកម្ដៅលើស។ ធ្វើលើបង្គន់នៃទូទឹកកកដើរចូលបានរបស់អ្នក អាចជាកន្លែងដ៏ល្អក្នុងការបញ្ចុះកម្ដៅអាហារ។ ត្រូវប្រាកដថា ដាក់វត្ថុឆ្អែកដោយមានចន្លោះរវាងពួកវានៅលើធ្នើ ហើយមិនដាក់កម្ដៅលើគ្នាដែលអាចនឹងឃាត់កម្ដៅនៅខាងក្នុង។

វាមានសារៈសំខាន់ក្នុងការកាត់ត្រាសីតុណ្ហភាពនៃអាហារដែលអ្នកកំពុងបញ្ចុះកម្ដៅ និងពេលវេលារបស់វា ដើម្បីឱ្យអ្នកដឹងថា វិធីសាស្ត្របញ្ចុះកម្ដៅរបស់អ្នកកំពុងដំណើរការ។

យកចិត្តទុកដាក់ចំពោះអាហារដែលបានធ្វើពីគ្រឿងផ្សំនៅសីតុណ្ហភាពបន្ទប់ ដូចជាគ្រីយូណាក់ប៉ុង ភីក្លីហ្គាឡូស្រូស និងសាឡាងដង្កូវ ជាដើម។ អាហារទាំងនេះត្រូវការឱ្យដាក់ចូលក្នុងកំប៉ុងនៅក្នុងទូទឹកកកដើរចូលបាន (មិនមែនទូ

គ្រឿងអាហារពីលើទេ) ក្រោយពេលរៀបចំធ្វើពួកវា ដើម្បីឱ្យពួកវាអាចចុះក្រដាក់បានត្រឹមត្រូវដល់ក្រោម 41°F ក្នុងរយៈពេល 4 ម៉ោង

ការបញ្ចុះកម្ដៅក្នុងយានលក់ចំណីអាហារចល័ត

យានលក់ចំណីអាហារចល័ត អាចនឹងមិនបញ្ចុះកម្ដៅអាហារដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់ (PHF) បានទេ លើកលែងតែវាគោរពតាមលក្ខខណ្ឌមួយដូចខាងក្រោមនេះ៖

- អាហារត្រូវបានបញ្ចុះកម្ដៅនៅក្នុងហាងដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណ
- នៅលើយានមានឧបករណ៍បញ្ចុះកម្ដៅបែបពាណិជ្ជកម្ម ឬ
- នីតិវិធីបញ្ចុះកម្ដៅជាលាយលក្ខណ៍អក្សរត្រូវបានរៀបចំជាមុនដោយប្រតិបត្តិករ និងអនុម័តដោយអាជ្ញាធរនីយកម្ម មុនពេលធ្វើការបញ្ចុះកម្ដៅនៅលើយាន។ អ្នកទទួលបន្ទុក ត្រូវរក្សាកំណត់ហេតុបញ្ចុះកម្ដៅ និងកត់ត្រាស្ទាវស្ទាវសីតុណ្ហភាពដើម្បីធ្វើជាឯកសារថា អាហារត្រូវបានបញ្ចុះកម្ដៅយ៉ាងត្រឹមត្រូវ។ កំណត់ហេតុបញ្ចុះកម្ដៅ ត្រូវតែរក្សាទុកនៅលើយានសម្រាប់រយៈពេល 90 ថ្ងៃ ហើយគ្រឿងជាស្រេចសម្រាប់ការពិនិត្យមើលក្នុងអំឡុងពេលត្រួតពិនិត្យ
- យានលក់ចំណីអាហារចល័ត ដែលបានអាជ្ញាប័ណ្ណមុនថ្ងៃទី 1 ខែកុម្ភៈ ឆ្នាំ 2020 ត្រូវតែបំពេញតាមលក្ខខណ្ឌទាមទារនេះ យ៉ាងយូរត្រឹមថ្ងៃទី 1 ខែកក្កដា ឆ្នាំ 2020។



