# 学校食堂预防食物中毒注意事项

**一、食物中毒常见原因**

**（一）细菌性食物中毒常见原因**

1.贮存食品不当。如在5℃—60℃条件下存放熟制的高风险食品2小时以上，或在不适当温度下长时间贮存高危易腐的食品原料或半成品。

2.未烧熟煮透食品。因烹饪前未彻底解冻食品、烧制时食品的体积较大或烧制时间不足等原因，使制作加工时食品的中心温度未达到70℃以上。

3.经长时间贮存的食品，在食用前未彻底再加热至中心温度达到70℃以上。

4.生熟交叉污染。如熟制后的食品被生的食品原料污染，或被接触过生的食品原料的表面（如操作台、容器、手等）污染；接触熟制后食品的操作台、容器、手等被生的食品原料污染。

5.进食未经彻底清洗、消毒的生食品。

6.从业人员污染食品。从业人员患有传染病或为传染病带菌者，或手部有化脓性或渗出性伤口，制作加工时由于手部接触等原因污染食品。

**（二）化学性食物中毒常见原因**

1.在种植养殖过程中，食用农产品受到化学性有毒有害

物质污染，或在食用前农药、兽药残留剂量较多。

2.在运输、贮存、制作加工过程中，食品受到化学性有毒有害物质污染。如使用盛装过有机磷农药的容器盛装食品，使食品受到有机磷农药污染。

3.误将化学性有毒有害物质作为食品、食品添加剂等而使用或食用饮用。如误将燃料酒精作为白酒饮用。

4.食品中的营养素发生化学变化，产生有毒有害物质。如油脂酸败。

5.在食品中添加非食品级的、伪造的食品添加剂，或超剂量使用食品添加剂。

**（三）动物性食物中毒常见原因**

1.误食天然含有有毒成分的动物或动物的某一部分。如误食河鲀、鱼胆、动物甲状腺。

2.在一定条件下，可食的动物性食品产生了大量的有毒成分。如组氨酸含量较高的鲐鱼等鱼类在不新鲜或发生腐败时，可产生大量组胺。

**（四）植物性食物中毒常见原因**

1.误食天然含有有毒成分的植物或其加工制品。如误食有毒蘑菇、白果、曼陀罗果实或种子等。

2.在一定条件下，可食的植物性食品产生了大量的有毒成分，制作加工食品时未能彻底去除或破坏有毒成分。如马铃薯发芽后，幼芽及芽眼部分可产生大量龙葵素，制作加工不当未能有效去除龙葵素。

3.食品中天然含有有毒成分，制作加工食品时未能彻底

去除或破坏有毒成分。如烹饪四季豆的时间不够，未能完全破坏四季豆中的皂素等；未将豆浆煮透，未能彻底去除豆浆中的胰蛋白酶抑制物。

**（五）真菌毒素食物中毒常见原因**

食品受到真菌污染，贮存不当，致使真菌生长繁殖、产生毒素。如霉变的谷物、甘蔗等中含有大量真菌毒素。

**二、预防食物中毒的基本方法**

**（一）预防细菌性食物中毒的基本原则和关键点**

为预防细菌性食物中毒，应根据防止食品受到病原菌污染、控制病原菌繁殖和杀灭病原菌三项基本原则，采取有效措施。主要措施包括：

1.避免污染。即避免熟制后的食品受到病原菌污染。如避免熟制后的食品与生的食品原料接触；经常性清洗手部，接触直接入口食品的从业人员还消毒手部；保持餐饮服务场所、制作加工台面、容器、工具、设备清洁；消灭鼠类、虫害等动物，避免其接触食品。

2.控制温度。即采取适当的温度控制措施，杀灭食品中的病原菌或防止病原菌生长繁殖。如加热食品时，使食品中心温度达到70℃以上；贮存熟制食品时，将食品的中心温度保持在60℃以上热藏，或者将食品的中心温度控制在5℃以下冷藏。

3.控制时间。即尽量缩短存放食品的时间，避免或控制病原菌生长繁殖。如尽量当餐食用食品；尽快使用完食品原料。

4.清洗和消毒。这是防止食品受到交叉污染的重要措施。如将接触食品的所有物品清洗干净；接触直接入口食品的物品，在清洗后还进行消毒；清洗消毒生吃的蔬菜、水果。

5.控制制作加工量。即食品的制作加工量应与制作加工条件相吻合。食品制作加工量超过制作加工场所、设备、设施和从业人员的承受能力时，制作加工行为难以符合食品安全要求，易使食品受到污染，引起食物中毒。如按照制作加工条件的承载能力，制作加工食品。

**（二）预防常见化学性食物中毒的措施**

1.农药引起的食物中毒。使用流水反复涮洗蔬菜，次数不少于3次，且先洗后切。接触农药的容器、工具等做到专用，有醒目的区分标识，以避免与接触食品的容器、工具等混用。

2.亚硝酸盐引起的食物中毒。禁止采购、贮存、使用亚硝酸盐，避免误作食盐使用。

**（三）预防常见动物性食物中毒的措施**

1.河鲀引起的食物中毒。禁止采购、制作加工所有品种的野生河鲀、养殖河鲀活鱼和未经制作加工去毒的河鲀整鱼。

2.鲐鱼引起的食物中毒。采购新鲜的鲐鱼，在冷冻（藏）条件下贮存鲐鱼，并缩短贮存时间；制作加工前检查鲐鱼的感官性状，废弃腐败变质的鲐鱼。

**（四）预防常见植物性食物中毒的措施**

1.有毒蘑菇引起的食物中毒。禁止采摘、购买、制作加

工不明品种的野生蘑菇。

2.四季豆引起的食物中毒。烹饪时先将四季豆放入开水中烫煮10分钟以上再炒，每次烹饪量不得过大，烹饪时应使四季豆受热均匀。

3.豆浆引起的食物中毒。烧煮生豆浆时，将上涌泡沫除净，煮沸后再以文火维持煮沸5分钟以上，可彻底分解破坏豆浆中的胰蛋白酶抑制物。应注意将豆浆加热至80℃时，会有许多泡沫上涌，出现“假沸”现象。

4.发芽马铃薯引起的食物中毒。将马铃薯贮存在低温、无直射阳光的地方，避免马铃薯生芽。

**（五）预防常见真菌毒素食物中毒的措施**

霉变谷物引起的食物中毒。严把谷物采购关，防止霉变谷物入库；控制谷物存放库房的温度湿度，尽量缩短贮存时间，定期通风，防止谷物在贮存过程中霉变；定期检查谷物，及时剔除霉变谷物；制作加工前，认真检查谷物的感官性状，彻底剔除霉变谷物。