



www.foodsafety.gov.mo

 **2833 8181**



外賣配送食品的食用安全



外賣配送食品



- 電話外賣送遞/網絡訂餐配送服務，隨時在家享用美食



- 但是，食品在送遞服務，**時間與溫度的控制不當/錯誤的配送方式**，使食品容易遭受病原體的污染，**引致食源性疾病的發生**



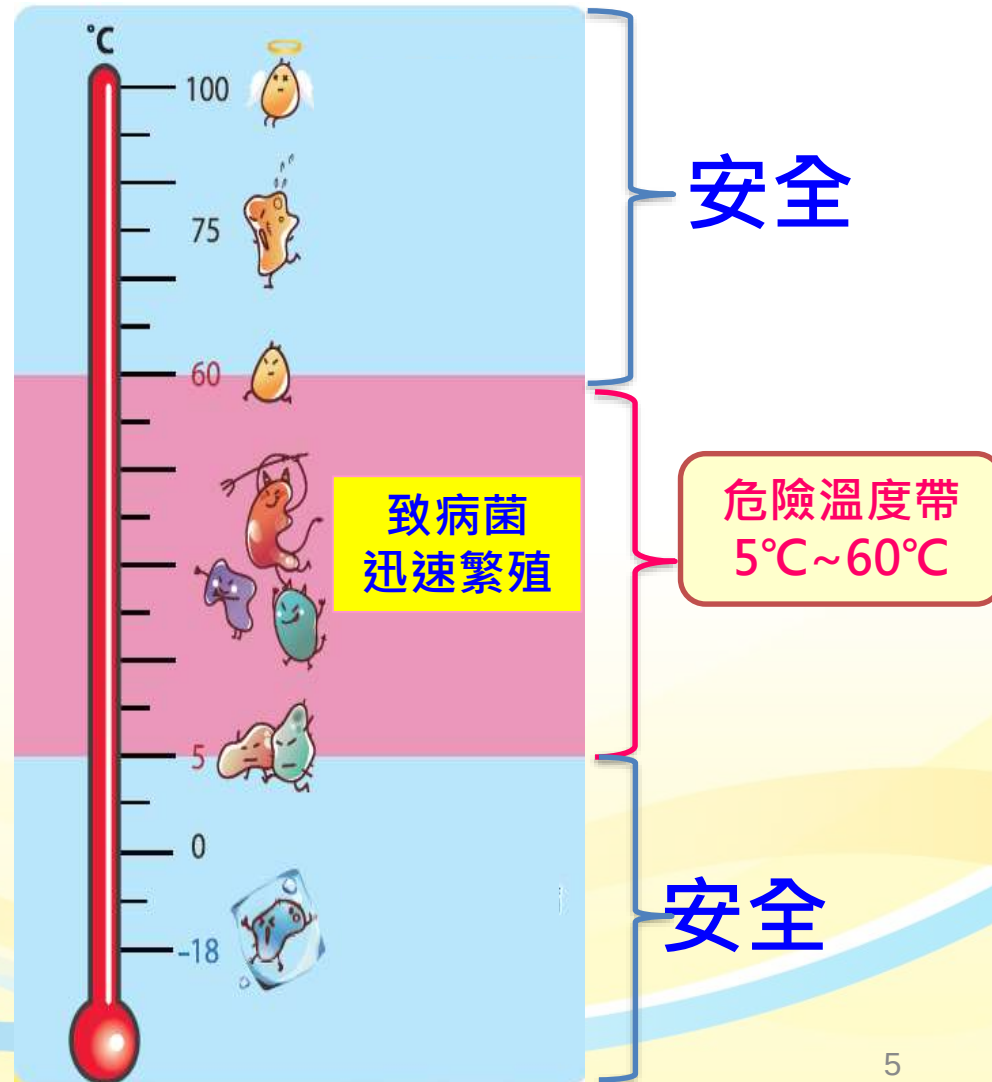
外賣配送食品的食安風險

- 食品需預先烹製，製成後聯絡送遞員前往食肆領取，可能會延長了送遞時間
- 大部分配送的食品本身富含蛋白質及水份，較容易變壞



外賣配送食品的食安風險

- 危險溫度（ 5°C 至 60°C ）下作長時間停留，易使食品中的微生物大量滋生，引致食物中毒的發生



食品應嚴格控制配送時間與溫度

- 為降低訂餐、運輸環節潛在的食安風險
- 因此，食品在配送環節中應受到妥善保護，
嚴格控制配送時間與溫度
 - 熱食保持於攝氏60度以上
 - 冷食保持於攝氏5度以下



外賣消費前：慎選配送服務



- 選擇合法合規、衛生可靠、信譽良好的餐廳/訂餐平台訂餐
- 並留意平台內是否有完整的餐廳資訊
(餐廳名稱、電話、地址及餐單)
- 宜選鄰近餐廳訂餐，確保食品由製成至送達至消費者的時間**不超過1小時**



外賣消費前：慎選配送服務

- 留意配送條件：
 - 熱食須存放**保溫箱**
 - 生冷即食食品須存於**冷藏設備**中
 - 特別注意高風險食品



外賣收貨時：檢查食品的包裝

- 檢查食品的包裝

- 無破損、異常、溢出
- 置於合適的有蓋容器內
- 對食用安全及衛生情況存疑，
應拒絕接收



外賣收貨時：檢查食品的貯存溫度

- 檢查食品的貯存溫度

- 配送溫度不當或時間過長，
可會增加微生物孳長
- 熱食須存於保溫箱
- 生冷即食食品則須存放於
冷藏設備中



外賣收貨時：注意配送時間

- 注意配送時間

- 若果消費者等待很久未收貨，應要更加注意，因食品長時間置於室溫中較易變壞
- 切記食品由**製成品至送達消費者的時間不應超過1小時**



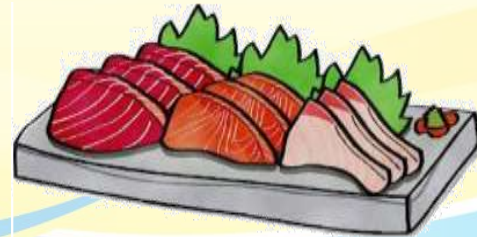
- 留意配送員的個人健康及配送設備的衛生整潔狀況



外賣收貨時：注意高風險食品

- 注意高風險食品

- 生的食品(如生蠔、刺身)與熟的食品應分開包裝
- 如無適當的保冷運送條件，就不要訂餐



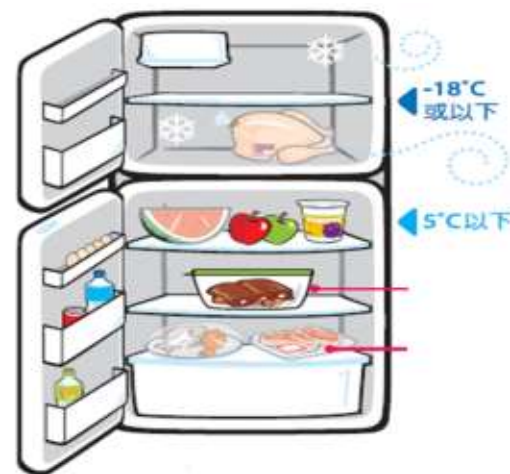
外賣收貨後：盡快食用

- 應儘快進食
- 若非即時食用，應遵守「**熱食熱存，冷食冷存**」的原則，正確保存食品



外賣收貨後：妥善保存

- 食品若有剩餘，應放在雪櫃妥善保存，或熱存保溫
- 再次進食前應徹底加熱，確保食品翻熱至中心溫度 75°C 或以上
- 如翻熱後的食品仍有剩餘時，不應再次冷藏貯存



即棄塑膠食品容器的性質及編碼

聚對苯二甲酸乙二醇酯

[Polyethylene terephthalate (PET)]

- 耐熱能力較差
- 不宜盛載超過約80°C高溫食品
- 不可放入微波爐使用

聚丙烯

[Polypropylene (PP) · 俗稱百折膠]

- 耐熱能力較佳
- 可用於盛載高溫 (約100-140°C) 的食品
- 可放入微波爐使用



發泡聚苯乙烯

[Expanded polystyrene (EPS) · 俗稱發泡膠]

- 耐熱能力較差
- 不宜盛載超過約100°C高溫食品
- 不可放入微波爐使用

聚苯乙烯

[Polystyrene (PS) · 俗稱硬膠]

- 耐熱能力較差
- 不宜盛載超過約100°C高溫食品
- 不可放入微波爐使用

慎用即棄塑膠食品容器



- 由於發泡膠（EPS）、硬膠（PS）及PET塑膠容器在盛載超過100°C的食品會有變形的情況，所以不應使用盛載超過100 °C的食品
- 無論業界或消費者，若發現外賣盒在盛載食品後變形，應立即停用有關容器及棄掉已盛載的食物，以確保食用安全性
- 注意切勿重複使用即棄塑膠容器，若對容器的安全性存疑，便不應使用



牛奶、芝士等
奶類產品 (每
日1-2杯)

蔬菜及瓜類
(每日6-8兩)

少吃油、
鹽、糖

瘦肉、家禽類、
魚類、豆及蛋類
(每日110-280克
/3-7兩)

水果類
(每日2-3個)

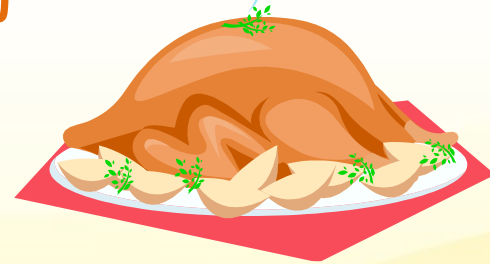
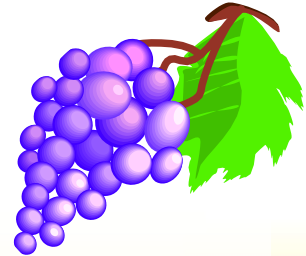
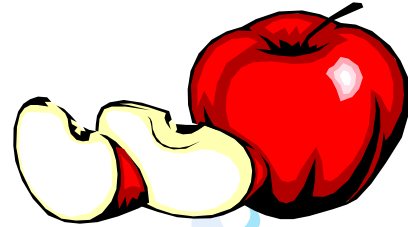
穀類、麵包、飯、
粉及麵 (每日 3
- 6 碗)

每日應飲6-8杯
流質飲品，如開
水、清茶或清湯

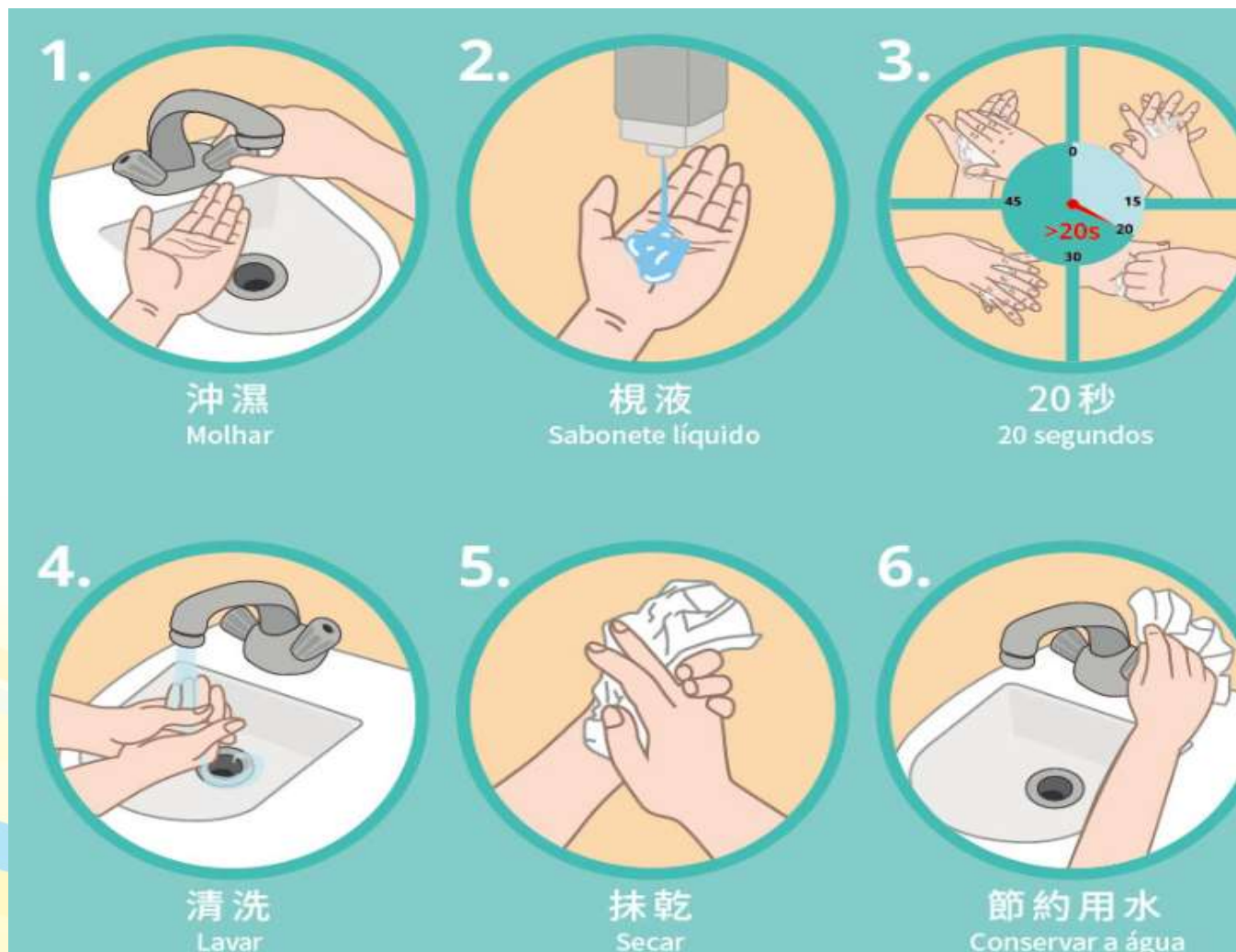


健康飲食原則

1. 均衡攝取各類食物
2. 三餐以五穀為主食
3. 盡量選用高纖維食物
4. 少油、少鹽、少糖
5. 多攝取鈣質豐富的食物
6. 多喝白開水
7. 飲酒要節制

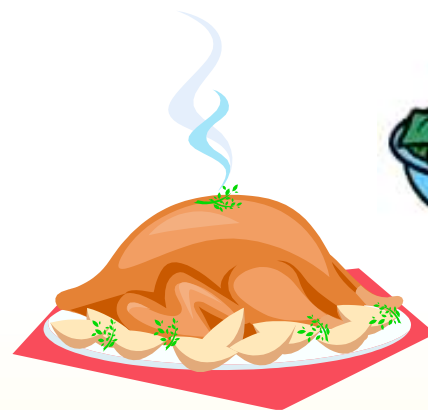
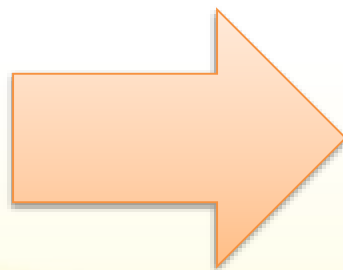


良好個人衛生習慣



食品安全——從農場到餐桌

我們的食物從何而來？



食品安全——從農場到餐桌



農場



運輸



檢疫



市場



處理



餐桌

保障食品安全，三方齊盡責

