

## 製作和供應即食食品的衛生指引

### 引言：

即食食品指未經烹煮或已經烹熟的、燙熱或冰凍的，且無須再經加熱處理（包括翻熱）便可食用的食品，例如沙律、壽司、燒味、鹵味、食用冰等。倘若在處理或貯存即食食品的過程中沒有保持良好的個人、環境和食品衛生，便可能因交叉污染而導致致病性微生物的傳播，增加最終產品的食用風險。

### 目的：

本指引旨在提醒業界製作和供應即食食品時應注意的食品衛生與安全事項，以保障食品安全。

### 適用範圍：

本指引適用於製作和供應即食食品的生產經營場所，包括提供外賣、堂食的店舖、自助餐以及該類食品的製造和教學場所等。

### 定義：

即食食品：指由生產商、製造商或零售商提供的擬供人直接食用的食品，其可在出售地點即時食用。這些食品可以是未經烹煮或已經烹熟的、燙熱或冰凍的，且無須再經加熱處理（包括翻熱）便可食用。

### 內容：

#### 重點內容：

- 即食食品是指無需進一步烹煮即可食用的食品，例如沙律、壽司、燒味、手搖飲品和食用冰等。倘若在處理或貯存即食食品的過程操作不當，便有機會增加最終產品的食用風險。
- 所有餐飲用具使用前後須徹底清潔和消毒。
- 食品生產經營者應保持良好個人及環境衛生。
- 在配製和處理食品時，食品處理人員應：
  - 使用不同的用具和設備分開處理生的食品和即食食品；
  - 確保食品在合適的溫度（熱食保持於 60°C 以上，而冷食保持於 5°C 或以下）且衛生狀況良好的環境中貯存。
- 食品生產經營者應確保食品從業員對處理即食食品的衛生要求具有充份的認知和了解。

## 1. 採購及收貨

- 從合法和信譽良好的供應商購買食材和配料；
- 與供應商協調好送貨時間及細節，做好收貨環節；
- 選購未超食用期限的食材和配料；
- 選用新鮮及合乎衛生的食材和配料，並在接收時檢查品質；
  - 確認食品的溫度；
  - 確認食品有適當的保護；
  - 檢視外觀、包裝是否完好；
  - 觀察是否遭受污染或出現腐敗現象；
- 選用經巴士德消毒的食材（如：蛋漿、牛奶等）製作不需要熱處理的食品（如：即食甜品）；
- 食品進出貨紀錄應適時整理並妥善保存。

## 2. 妥善貯存

- 保持貯存區、貨架、貯存器具在清潔和乾燥的狀態；
- 確保冷藏/冷凍設備運作良好，溫度在正常範圍；
- 按照食品種類，合理地安排冷藏、冷凍和乾貨的貯存條件；
- 審視是否有足夠貯存空間，切勿囤積過多貨量；
- 所有物品必須離地擺放，食品與化學/清潔物品必須分開貯放；
- 分開貯存生的食品和即食食品，如貯存於同一雪櫃內應遵守「上熟下生」的原則，或使用兩個雪櫃分別貯存生的食品和即食食品；
- 確守先入先出原則；優先使用食用期限較近的食材。

## 3. 謹慎配製

- 預先計劃配製食材的所需用量和時間，避免過量或過早配製食品；
- 應使用不同的用具和設備分開處理生的食品和即食食品；如條件有限而需在同一設施設備處理生的食品和即食食品，則必須在使用前後將其徹底清潔和消毒，以避免交叉污染<sup>1</sup>；
  - 如處理生的食材（如沖洗生肉、混合蛋漿）時，避免生的食材或其汁液濺到其他食品或接觸面上，完成後必須徹底清潔及消毒四周範圍，以避免污染即食食品；

<sup>1</sup> 可參考 GL 004 DSA 2024 《預防交叉污染的衛生指引》。

- 選用安全的方式解凍食品<sup>2</sup>；



冷藏溫度下解凍  
(最安全方法)



流動自來水中解凍  
(用保鮮袋包好再操作)



微波爐解凍  
(解凍後要立即烹煮)



- 一次性的食品相關產品，餐具、容器、包覆物料等，切勿重覆使用；
- 如要配製水果、蔬菜和沙律配料應妥善清洗及處理蔬果<sup>3</sup>；
- 須烹煮的食材必須徹底煮熟，以致中心溫度達到 75°C 並維持 15 秒以上，針對不同性質的食品，烹調溫度應以可達至同樣殺滅細菌的效果；
- 冷卻食品應盡快完成，先在起初的 2 小時或更短時間內，將食品的溫度從 60°C 降至 21°C，然後在其後 4 小時或更短時間內，將食品的溫度從 21°C 降至 5°C 以下；翻熱食品只能翻熱一次，翻熱後未食用完畢應丟棄<sup>4</sup>。

#### 4. 配膳包裝

- 配膳所用的餐具或即棄餐具/容器，必須是清潔衛生，且有適當的保護以免受灰塵、昆蟲等污染；
- 必須按照食品的性质、溫度、使用方式等條件，選擇合適的物料作為即棄餐具/容器<sup>5</sup>。

<sup>2</sup> 可參考 GL 003 DSA 2016 《解凍食品指引》。

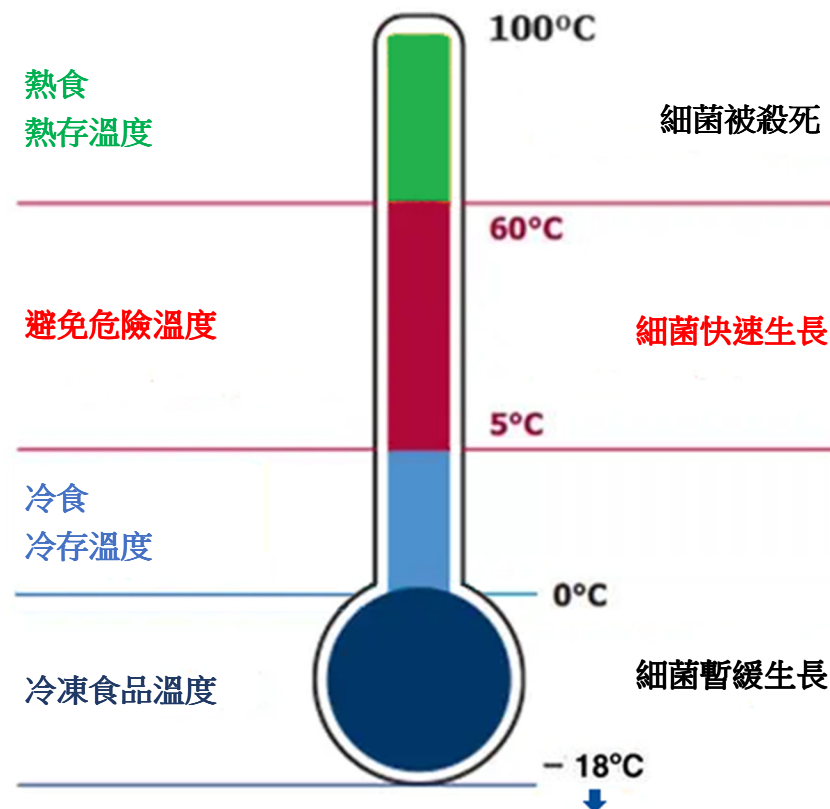
<sup>3</sup> 可參考 GL 004 DSA 2016 《製作及售賣沙律的衛生指引》。

<sup>4</sup> 可參考 GL 001 DSA 2017 《冷卻和翻熱食品指引》。

<sup>5</sup> 可參考 GL 006 DSA 2017 《即棄餐具的使用指引》。

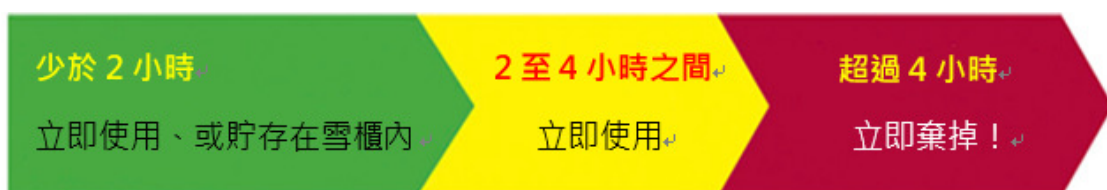
## 5. 熱存、冷存的要點

- 如烹調後並非即時食用的即食食品，應將熱食保持於 60°C 以上，而冷食則應保持於 5°C 或以下，一些可在室溫下短期存放的食品除外（如餅乾、麵包等水活性低的食品）；



- 即食食品屬有潛在危害的食品，故在整個生產經營的過程中，應盡量縮短其在危險溫度（5°C至60°C）存放的時間，但在無可避免的情況下，亦應遵從2/4小時原則。

在危險溫度存放：



## 6. 遵循良好個人、環境衛生

### 1) 個人衛生

- 必須穿著整齊清潔的工作服，並戴上工作帽把頭髮遮蓋；
- 處理食品前後，以及如廁、處理垃圾後須正確洗手；
- 處理即食食品時，應避免雙手和衣物直接接觸即食食品，且不應同時處理金錢及其他食材；
- 需要時可佩戴即棄手套，如手套接觸不潔物品或者使用超過30分鐘，必須更換；
- 注意個人衛生，儘量避免用手觸摸口、眼、鼻。打噴嚏或咳嗽時要避開食品，並用紙巾遮擋口鼻，用過的紙巾需妥善棄置，然後立即洗手；如未能及時使用紙巾，則可以上臂的衣袖遮擋，以免飛沫中的細菌散播；
- 若身體出現流涕、腹瀉、嘔吐或發燒等病徵，應暫停處理食品。

### 2) 環境衛生

- 所有製作、貯存和展示即食食品的區域都應定時將其清潔和消毒；
- 應在食品處理區指定位置／獨立工作區間及有溫控的環境下處理即食食品，如需共用工作區，應制定工作計劃，如規劃工作區的使用時間表、處理食品流程、清潔和消毒時間等，以減低交叉污染的風險；
- 所有餐飲用具應經過徹底清潔和消毒後，才可使用<sup>6</sup>；
- 正確使用抹布，應按色標系統等分開使用各種的布質用品（如以棕色抹布清潔生食處理區，以藍色抹布清潔即食食品處理區等），以減少出現交叉污染的情況<sup>7</sup>；
- 清潔劑等化學品不應存放在食品處理區。

<sup>6</sup>可參考 GL 005 DSA 2017《清潔和消毒餐飲用具的衛生指引》。

<sup>7</sup>可參考 GL 005 DSA 2020《布質用品的使用指引》。

## 7. 食品生產經營者的責任

- 應按工作性質向食品處理人員提供合適的食品安全衛生培訓和指導；
- 專職人員亦應清楚了解其他未有列於本指引的基礎衛生要求，有關其他食品安全衛生指引的詳情，請參閱食品安全資訊；
- 食品生產經營者若在場所內提供生的或未煮熟的食品，應主動向顧客或在餐牌上作出相關的食用風險提示<sup>8</sup>，以使顧客在了解其食用風險的情況下作出更有意識及合理之選擇；
- 食品中微生物的含量可反映食品安全及衛生素質，本署推出了 GL 009 DSA 2015《即食食品微生物含量指引》供業界和執法人員對“即食食品”（包括雪糕）的微生物含量進行風險監控，並對相關檢測結果作出準確詮釋及進行有效跟進措施，以提升產品的食品安全水平。

2024年8月

---

<sup>8</sup> 生的或未煮熟的食品可能存有較高的食用風險，尤其對孕婦、嬰幼兒、長者和免疫力低下人士等高危人士。