

# Hồ sơ quản lý vệ sinh thực phẩm

\*Hồ sơ quản lý vệ sinh thực phẩm này tuân theo nội dung của **“Sách hướng dẫn quản lý vệ sinh kết hợp các khái niệm HACCP dành cho các cơ sở kinh doanh dịch vụ ăn uống nhỏ lẻ”** được công bố trên trang web của Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi.

- 1 Vui lòng xem xét định kỳ nội dung của “Kế hoạch quản lý vệ sinh” và lưu giữ bản cập nhật mới nhất cùng với “Bảng ghi chép” ở nơi thuận tiện.
- 2 Khi được trung tâm y tế yêu cầu, vui lòng xuất trình cả “Kế hoạch quản lý vệ sinh” và “Bảng ghi chép” .

**Tại cơ sở chúng tôi, việc quản lý vệ sinh sẽ được thực hiện theo Hồ sơ quản lý vệ sinh thực phẩm này.**

Thông tin cơ sở	
Tên cửa hàng	
Địa chỉ cửa hàng	
Người kinh doanh	
Người quản lý vệ sinh thực phẩm	

# Cách sử dụng Hồ sơ quản lý vệ sinh thực phẩm

## ① Nhận biết rủi ro **Trang 3**

Chúng tôi hiểu những rủi ro (mối nguy hiểm) tiềm ẩn trong thực phẩm mà chúng tôi phục vụ tới khách hàng và xem xét các phương pháp quản lý.

## ② Xây dựng “Kế hoạch quản lý vệ sinh”

### Các điểm quan trọng trong quản lý vệ sinh chung **Trang 4**

Đây là các điểm quản lý vệ sinh cơ bản cần thiết cho toàn bộ quá trình xử lý.

- ① Xác nhận việc tiếp nhận nguyên vật liệu
- ② Xác nhận nhiệt độ trong tủ lạnh và tủ đông
- ③ Ngăn ngừa ô nhiễm chéo và ô nhiễm thứ cấp
- ④ Cọ rửa và khử trùng dụng cụ, v.v.
- ⑤ Cọ rửa và khử trùng nhà vệ sinh
- ⑥ Quản lý sức khỏe nhân viên, mặc đồng phục làm việc sạch sẽ
- ⑦ Thực hiện rửa tay hợp vệ sinh

### Điểm quản lý quan trọng **Trang 6**

Đây là các điểm quản lý vệ sinh cần lưu ý trong quá trình chế biến và phục vụ.

- ① Xác nhận việc nấu chín thực phẩm
- ② Xác nhận tình trạng bảo quản thực phẩm

## ③ Thực hiện “Kế hoạch quản lý vệ sinh”

Nếu có vấn đề gì, đừng quên báo cáo cho người phụ trách.

## ④ Ghi lại vào “Bảng ghi chép”

Tài liệu đính kèm “Hồ sơ quản lý vệ sinh thực phẩm (Bảng ghi chép)”

Người phụ trách sẽ đánh giá hồ sơ ít nhất mỗi tháng một lần và cải tiến kịp thời nếu có vấn đề gì.

## ⑤ Xem xét lại

## Ví dụ về rủi ro (các yếu tố nguy hại chính và điều kiện quản lý) khi phục vụ thực phẩm

Trong nguyên liệu và quá trình xử lý nguyên liệu luôn ẩn chứa các “yếu tố nguy hiểm (mối nguy hiểm)” có thể dẫn đến ngộ độc thực phẩm. Do đó, chúng tôi ý thức rõ các bước xử lý nguyên liệu là “những hạng mục quản lý quan trọng” và thực hiện chắc chắn việc quản lý vệ sinh.

Nhóm thực phẩm (nguyên liệu)	Yếu tố nguy hiểm (mối nguy hiểm) chính	Phương pháp quản lý yếu tố nguy hiểm và điều kiện quản lý
Thịt các loại	Vi khuẩn E. coli gây bệnh, vi khuẩn Salmonella, Campylobacter	Đun nóng ở nhiệt độ 75°C trong ít nhất 1 phút (tại phần giữa)
Trứng gà	Vi khuẩn Salmonella	Đun nóng ở nhiệt độ 70°C trong ít nhất 1 phút (tại phần giữa)
Hải sản các loại	Vi khuẩn Vibrio parahaemolyticus	Đun nóng ở nhiệt độ 60°C trong ít nhất 10 phút (tại phần giữa)
	Sò hai mảnh vỏ	Đun nóng ở nhiệt độ 85-90°C trong ít nhất 90 giây (tại phần giữa)
Thực phẩm cần chế biến qua nhiệt	Vi khuẩn C. Perfringens	Nếu để lâu, cần bảo quản lạnh và nấu chín kỹ ngay trước khi phục vụ
Hải sản dùng để ăn sống	Giun Anisakis	Đông lạnh ở nhiệt độ từ -20°C trở xuống trong ít nhất 24 giờ
	Vi khuẩn Vibrio parahaemolyticus	Bảo quản ở nhiệt độ từ 10°C trở xuống (lý tưởng là dưới 4°C)
Thực phẩm cần bảo quản lạnh	Các loại vi sinh vật	Bảo quản ở nhiệt độ từ 10°C trở xuống
Thực phẩm cần bảo quản đông lạnh	Các loại vi sinh vật	Bảo quản ở nhiệt độ từ -15°C trở xuống (hoặc theo hướng dẫn ghi trên sản phẩm)
Thực phẩm cần bảo quản ở nhiệt độ cao	Các loại vi sinh vật	Bảo quản ở nhiệt độ từ 65°C trở lên
Ngón tay	Các loại vi sinh vật	Rửa tay và khử trùng kỹ lưỡng
Dụng cụ chế biến		Cọ rửa và khử trùng kỹ lưỡng

### Vùng nhiệt độ nguy hiểm

- Vi khuẩn dễ dàng sinh sôi khi thực phẩm ở trong khoảng nhiệt độ từ 10°C đến 60°C.
- Để thực phẩm ở khoảng nhiệt độ này là rất nguy hiểm.
- Khi làm lạnh, cần cho thực phẩm nhanh chóng vượt qua khoảng nhiệt độ này.

\*Được xây dựng dựa trên các tiêu chuẩn theo quy định của pháp luật

- Kiểm tra phương pháp xác nhận sẽ thực hiện. (Ví dụ:  Trả lại)
- Nếu phương pháp thực hiện khác với phương pháp được ghi sẵn tại đây, vui lòng điền phương pháp đó vào mục "Khác" .

### 1. Các điểm quan trọng trong quản lý vệ sinh chung (Đây là các điểm quản lý vệ sinh cơ bản cần thiết cho toàn bộ quá trình xử lý.)

Hạng mục quản lý	Phương pháp thực hiện		
	Thực hiện khi nào	Thực hiện như thế nào	Phải làm gì nếu có vấn đề
① Xác nhận việc tiếp nhận nguyên vật liệu	<input type="checkbox"/> Thời điểm giao nguyên vật liệu <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Xác nhận hình thức, mùi, tình trạng bao bì, nhãn mác (ngày hết hạn, phương pháp bảo quản), nhiệt độ, v.v.. <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Trả lại <input type="checkbox"/> Vứt bỏ <input type="checkbox"/> Khác ( )
② Xác nhận nhiệt độ trong tủ lạnh và tủ cấp đông	<input type="checkbox"/> Trước khi bắt đầu công việc <input type="checkbox"/> Sau khi kết thúc công việc <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Xác nhận nhiệt độ trong kho bằng nhiệt kế (tủ lạnh: dưới 10°C, đông lạnh: dưới -15°C) <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Xác nhận nhiệt độ cài đặt và nguyên nhân, sau đó thực hiện cải tiến <input type="checkbox"/> Nếu nghi ngờ có sự cố, yêu cầu sửa chữa <input type="checkbox"/> Nếu vượt quá nhiệt độ thích hợp, xác nhận tình trạng của nguyên liệu <input type="checkbox"/> Khác ( )
③ Ngăn ngừa ô nhiễm chéo và ô nhiễm thứ cấp	<input type="checkbox"/> Khi đang làm việc <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Xác nhận việc sử dụng dụng cụ theo từng mục đích <input type="checkbox"/> Khi xử lý nguyên liệu tươi sống như thịt sống, cá sống, v.v. cần phải cọ rửa và khử trùng các dụng cụ như thớt, dao, bát, v.v. sau mỗi lần sử dụng <input type="checkbox"/> Xác nhận phân loại và việc bảo quản trong tủ lạnh <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Cọ rửa và khử trùng dụng cụ, v.v. <input type="checkbox"/> Nguyên liệu bị nhiễm khuẩn cần phải được vứt bỏ hoặc sử dụng cho mục đích nấu chín. <input type="checkbox"/> Khác ( )
④ Cọ rửa và khử trùng dụng cụ, v.v.	<input type="checkbox"/> Trước khi sử dụng <input type="checkbox"/> Mỗi lần sử dụng <input type="checkbox"/> Sau khi sử dụng <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Cọ rửa và khử trùng dụng cụ đã qua sử dụng, v.v. *Phương pháp khử trùng dựa trên "Hướng dẫn khử trùng dụng cụ, nhà vệ sinh, v.v. (trang 8)" <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Nếu còn sót lại bụi bẩn hoặc chất tẩy rửa, cần cọ rửa lại, xả sạch với nước và khử trùng <input type="checkbox"/> Khác ( )
⑤ Cọ rửa và khử trùng nhà vệ sinh	<input type="checkbox"/> Trước khi bắt đầu công việc <input type="checkbox"/> Sau khi kết thúc công việc <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Mặc đồng phục làm việc và đeo găng tay để cọ rửa và khử trùng nhà vệ sinh <input type="checkbox"/> Khử trùng bệ toilet, cần gạt nước, tay vịn, tay nắm cửa, v.v. *Phương pháp khử trùng dựa trên "Hướng dẫn khử trùng dụng cụ, nhà vệ sinh, v.v. (trang 8)" <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Nếu nhà vệ sinh bị bẩn, cần cọ rửa bằng chất tẩy rửa và khử trùng. <input type="checkbox"/> Iba pa ( )

⑥ Quản lý sức khỏe nhân viên. Mặc đồng phục làm việc sạch sẽ, v.v.	<input type="checkbox"/> Trước khi bắt đầu công việc <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Xác nhận tình trạng sức khỏe của nhân viên (tiêu chảy, nôn mửa, sốt, v.v.) <input type="checkbox"/> Xác nhận xem có vết thương nào trên tay không <input type="checkbox"/> Xác nhận đồng phục làm việc, v.v. <i>*Dựa trên "Hướng dẫn vệ sinh cho nhân viên (trang 8)"</i> <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Thăm khám tại cơ sở y tế và không tham gia công việc chế biến thực phẩm <input type="checkbox"/> Sau khi bảo vệ vết thương, đeo găng tay nhựa hoặc các dụng cụ bảo vệ khác <input type="checkbox"/> Thay đồng phục làm việc sạch sẽ <input type="checkbox"/> Khác ( )
⑦ Thực hiện rửa tay hợp vệ sinh	<input type="checkbox"/> Sau khi đi vệ sinh <input type="checkbox"/> Trước khi vào khu vực chế biến <input type="checkbox"/> Trước khi bày biện món ăn <input type="checkbox"/> Khi thay đổi nội dung công việc <input type="checkbox"/> Sau khi xử lý thịt sống, cá sống, v.v. <input type="checkbox"/> Sau khi tiếp xúc với tiền <input type="checkbox"/> Sau khi dọn dẹp <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Rửa tay hợp vệ sinh tại khu vực rửa tay chuyên dụng <i>*Rửa tay dựa trên "Hướng dẫn rửa tay (trang 8)"</i> <input type="checkbox"/> Khác ( )	<input type="checkbox"/> Nếu phương pháp hoặc thời điểm rửa tay không phù hợp, cần thực hiện rửa tay thật kỹ <input type="checkbox"/> Khác ( )
[Hạng mục bổ sung]			

### Ví dụ về các hạng mục bổ sung

Ngoài các hạng mục quản lý từ ① đến ⑦, nếu cần bổ sung thêm mục mới phù hợp với hình thức kinh doanh, vui lòng điền vào mục [Hạng mục bổ sung].

Quản lý vệ sinh cơ sở và thiết bị (sắp xếp, dọn dẹp, vệ sinh, cọ rửa, khử trùng)	Chọn các hạng mục thực hiện phù hợp với thực tế công việc và thực hiện sau khi kết thúc công việc hàng ngày
Biện pháp phòng chống chuột và côn trùng	Thường xuyên kiểm tra tình trạng sinh sống của chuột và côn trùng, và tiêu diệt khi phát hiện sự xuất hiện của chúng
Xử lý chất thải	Sau khi kết thúc công việc, vứt rác và dọn dẹp khu vực xung quanh

- Phân loại và điền vào cột Thực đơn tiêu biểu như cột “Ví dụ” . (\*1)
- Kiểm tra phương pháp quản lý và phương pháp xác nhận sẽ thực hiện. (Ví dụ:  Bảo quản trong tủ lạnh) (\*2)  
Nếu phương pháp thực hiện khác với phương pháp được ghi sẵn tại đây, vui lòng điền phương pháp đó vào mục “Khác” .

## 2. Các điểm quản lý quan trọng (Cụ thể hóa phương pháp quản lý vệ sinh liên quan đến chế biến và phục vụ)

	Phân loại	Thực đơn		Phương pháp quản lý *2
		Ví dụ	Thực đơn tiêu biểu *1	
Nhóm 1	Những món ăn không cần chế biến qua nhiệt (cung cấp thực phẩm giữ nguyên độ lạnh)	Sashimi, topping sushi, đậu phụ lạnh, các món muối chua, các loại salad, natto		<input type="checkbox"/> Rửa thật sạch rau củ <input type="checkbox"/> Bảo quản trong tủ lạnh <input type="checkbox"/> Phục vụ ngay sau khi lấy ra từ tủ lạnh <input type="checkbox"/> Bảo quản nguyên vật liệu theo phương pháp bảo quản trên bao bì <input type="checkbox"/> Rửa tay thật kĩ trước khi bày biện món ăn <input type="checkbox"/> Không chạm tay trực tiếp vào đồ ăn khi bày biện <input type="checkbox"/> Khác ( )
		Những món ăn kèm khác: củ cải bào, hành lá, măng, naruto (chả cá Kamaboko)		
Nhóm 2	Những món ăn được phục vụ ngay sau khi nấu chín	Những món ăn được phục vụ sau khi nấu chín và bảo quản ở nhiệt độ cao Các món từ thịt: bít tết, yakitori (gà nướng), thịt lợn xào gừng Các món từ thịt xay: hamburger, há cảo, xiu mại, bắp cải cuộn		<input checked="" type="checkbox"/> <b>Phương pháp xác nhận thực phẩm đã được nấu chín kĩ</b> <input type="checkbox"/> Xác nhận bằng nhiệt kế đo nhiệt độ tâm <input type="checkbox"/> Xác nhận dựa vào cường độ lửa và thời gian <input type="checkbox"/> Đánh giá bên ngoài (hình thức, màu nước thịt) và cảm nhận (độ đàn hồi) <input type="checkbox"/> Khác ( )
	Pagkain na ininit at itinabi sa high temperature storage at saka ihahain	Các món chiên rán: karaage (gà rán), tempura, các loại chiên xù (thịt heo chiên xù, thịt viên chiên, tôm chiên xù, hàu chiên xù, bánh croquette) Các món nướng: cá nướng Các món xào: gan xào giá hẹ, rau củ xào, giá đỗ xào Các món hấp: chawan-mushi (trứng hấp)		

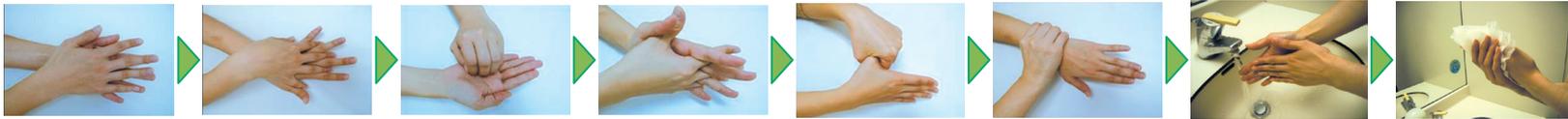
<b>Nhóm 3</b>	Những món ăn được làm nguội sau khi nấu chín, sau đó hâm nóng lại và phục vụ	Cà ri, món hầm, các loại súp, nước sốt, nước chấm	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Phương pháp xác nhận thực phẩm đã được nấu chín kĩ và hâm nóng lại</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Xác nhận bằng nhiệt kế đo nhiệt độ tâm</li> <li><input type="checkbox"/> Xác nhận dựa vào cường độ lửa và thời gian</li> <li><input type="checkbox"/> Đánh giá bên ngoài (hình thức, màu nước thịt) và cảm nhận (độ đàn hồi)</li> <li><input type="checkbox"/> Khác ( )</li> </ul> </li> <li>● <b>Phương pháp xác nhận bảo quản</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Làm nguội ngay lập tức và bảo quản trong tủ lạnh cho đến khi hâm nóng lại để phục vụ</li> <li><input type="checkbox"/> Xác nhận rằng nhiệt độ tủ lạnh từ 10°C trở xuống</li> <li><input type="checkbox"/> Khác ( )</li> </ul> </li> </ul>
	Những món ăn được phục vụ sau khi nấu chín và làm nguội	<p>Xá xíu (thịt lợn nướng) Salad khoai tây* Trứng luộc, rau luộc ngâm nước tương, rau trộn dầu mè, topping sushi (đã qua nấu chín)</p> <p>*Nếu thực phẩm có chứa các thành phần không cần chế biến qua nhiệt, như "salad khoai tây", cần phải quản lý vệ sinh tương tự như đối với "Những món ăn không cần chế biến qua nhiệt".</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Phương pháp xác nhận thực phẩm đã được nấu chín kĩ và hâm nóng lại</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Xác nhận bằng nhiệt kế đo nhiệt độ tâm</li> <li><input type="checkbox"/> Xác nhận dựa vào cường độ lửa và thời gian</li> <li><input type="checkbox"/> Đánh giá bên ngoài (hình thức, màu nước thịt) và cảm nhận (độ đàn hồi)</li> <li><input type="checkbox"/> Khác ( )</li> </ul> </li> <li>● <b>Phương pháp xác nhận khả năng làm mát</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Bảo quản trong tủ lạnh</li> <li><input type="checkbox"/> Phục vụ ngay sau khi lấy ra khỏi tủ lạnh</li> <li><input type="checkbox"/> Xác nhận rằng nhiệt độ tủ lạnh từ 10°C trở xuống</li> <li><input type="checkbox"/> Khác ( )</li> </ul> </li> <li>● <b>Bày biện món ăn</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Rửa tay thật kĩ trước khi bày biện món ăn</li> <li><input type="checkbox"/> Không chạm tay trực tiếp vào đồ ăn khi bày biện</li> <li><input type="checkbox"/> Khác ( )</li> </ul> </li> </ul>

### Phương án xử lý khi có vấn đề

Không phục vụ    Hâm nóng lại    Nếu là nhóm 1, sử dụng cho mục đích nấu chín    Khác ( )

# Hướng dẫn quản lý vệ sinh

## Hướng dẫn rửa tay

<b>Rửa tay khi nào</b>	① Sau khi đi vệ sinh, ② Trước khi vào khu vực chế biến, ③ Trước khi bày biện món ăn, ④ Khi thay đổi công việc, ⑤ Sau khi xử lý thịt sống và cá sống, v.v. ⑥ Sau khi tiếp xúc với tiền, ⑦ Sau khi dọn dẹp, v.v
<b>Chuẩn bị trước khi rửa tay</b>	Tháo nhẫn và đồng hồ <span style="float: right;">*Rửa tay tại khu vực rửa tay chuyên dụng</span>
<b>Cách rửa tay</b>	 <p>① Thoa xà phòng và chà sát lòng bàn tay      ② Chà sát mu bàn tay      ③ Chà sát kỹ các đầu ngón tay và khe móng tay      ④ Rửa giữa các ngón tay      ⑤ Xoay, rửa ngón cái và lòng bàn tay      ⑥ Đừng quên rửa cổ tay (khoảng 30 giây cho các bước từ ① đến ⑥)      ⑦ Rửa sạch thật kỹ với nước (khoảng 20 giây)      ⑧ Lau khô bằng khăn giấy, dùng cồn hoặc chất khử trùng nếu cần thiết</p> <p style="text-align: center;">※ Lặp lại các bước từ ① đến ⑦ hai lần</p>

## Hướng dẫn quản lý vệ sinh cho nhân viên

① Khi có dấu hiệu không khỏe (nôn mửa, tiêu chảy, sốt, v.v.)	Thăm khám tại cơ sở y tế và không tham gia công việc chế biến thực phẩm
② Khi có vết thương ở tay	Sau khi bảo vệ vết thương, đeo găng tay nhựa hoặc các dụng cụ bảo vệ khác
③ Khi đồng phục làm việc bị bẩn	Thay đồng phục làm việc sạch sẽ

## Hướng dẫn khử trùng dụng cụ, nhà vệ sinh, v.v.

## Cách làm chất khử trùng

① Dùng khăn lau tấm dung dịch sodium hypochlorite 0,02% (200 ppm) để khử trùng cơ sở - thiết bị làm việc và nhà vệ sinh	Pha 10 ml dung dịch gốc với 3L nước
② Ngâm dụng cụ trong dung dịch sodium hypochlorite 0,02% (200 ppm) từ 10 phút trở lên hoặc đun sôi trong nước nóng 5 phút	Pha 10 ml dung dịch gốc với 3L nước
③ Dùng giấy thấm dung dịch sodium hypochlorite 0,1% (1000 ppm) rồi phủ lên chất nôn	Pha 50 ml dung dịch gốc với 3L nước

\*Đối với dung dịch khử trùng gốc là sodium hypochlorite 6%

\*Sử dụng dung dịch khử trùng theo hướng dẫn sử dụng của từng sản phẩm

Tháng phát hành: Tháng 8 năm 2024

Phát hành: Bộ phận Giám sát thực phẩm, Phòng Y tế và An toàn, Cục Y tế công cộng Tokyo  
2-8-1 Nishishinjuku, Shinjuku-ku, Tokyo