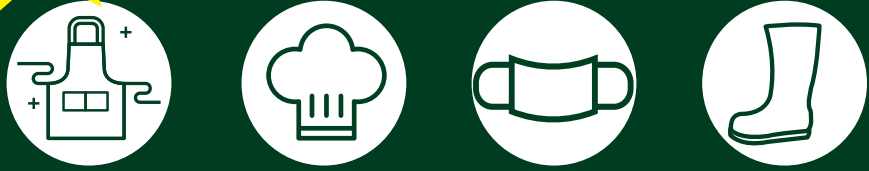


실천하면 식중독 제로, 방심하면 식중독 바로

5대 위생수칙 체크(✓)해요!

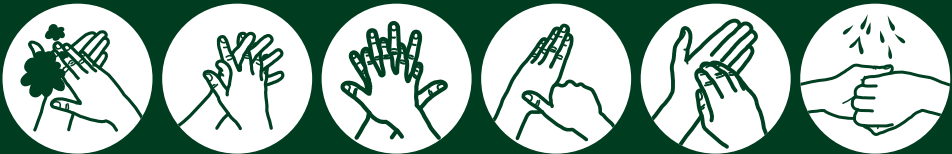
1 개인위생관리 체크 ✓

4GO 예방



깨끗한 위생복 입GO → 위생모 쓰GO → 마스크 끼GO → 위생화 신GO

손 위생 철저 (흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기)



① 거품내기 ② 비비기 ③ 손등 문지르기 ④ 돌려담기 ⑤ 손톱 문지르기 ⑥ 행구기

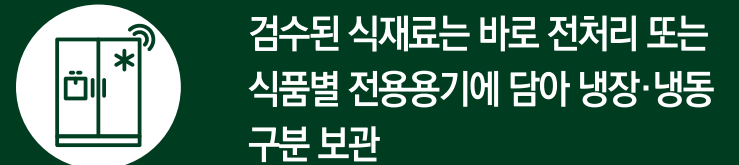
2 식재료 검수·보관 체크 ✓

검 수



신선한 재료
정량 구입
유통기한 등
표시사항 확인
포장 및 품질상태,
시험성적서 등 확인

보 관



검수된 식재료는 바로 전처리 또는
식품별 전용용기에 담아 냉장·냉동
구분 보관

채소·과일 소독·세척



염소소독(100ppm,
5분간 침지) → 흐르는 물에
3회 이상 세척

3 온도·시간 체크 ✓

✓ 육류(중심온도 75℃, 1분 이상), 어패류(중심온도 85℃, 1분 이상)



- ✓ 더운 음식은 60℃이상, 찬 음식은 5℃이하
- ✓ 주기적 적정온도 유지

4 교차오염 예방 체크 ✓

구분 사용



채소용 육류용 어류용 완제품용 가공식품
칼, 도마는 채소류·육류·어패류·완제품용·가공식품으로 구분 사용

세척 소독



조리기구와 식기는 사용 후에 자외선살균소독기,
열탕 등으로 세척·소독

5 조리실 위생 체크 ✓

소독 세척



조리 공간 내 시설·기구는
사용 후 항상 소독·세척

청결



식재료 보관 장소(바닥, 벽,
선반 등)는 청결히 관리

식중독 예방 3대 요령

