

Основы физиологии питания, санитарии и гигиены.

**Учащиеся, избравшие
профессию повара, должны
знать основы физиологии
питания, микробиологии,
санитарно-гигиенические
требования к условиям
обработки продуктов и**

пищевых веществах, определяет оптимальные условия переваривания и усвоения пищи в организме.

Микробиология - наука, изучающая строение, свойства и жизнедеятельность микроорганизмов. Пища является благоприятной питательной средой для развития микробов, которые своим действием могут изменить свойства и качество пищи, делая ее иногда опасной для здоровья человека. Знание основ микробиологии необходимо работникам общественного питания для правильного понимания роли микробов в развитии

на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики заболеваний, обеспечения наиболее оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни.

Гигиена питания - один из важнейших разделов гигиенической науки о рациональном питании населения. Ее задачей является разработка научно обоснованных норм питания человека, способов кулинарной обработки, хранения, перевозки и реализации продуктов.

Санитария - практическое осуществление гигиенических норм и правил. На ПОП она направлена на соблюдение строгого санитарного режима в процессе хранения и транспортирования пищевых продуктов, приготовления, реализации пищи и обслуживания потребителей. Твердые знания и строгое соблюдение правил гигиены и санитарии обеспечивает культуру обслуживания

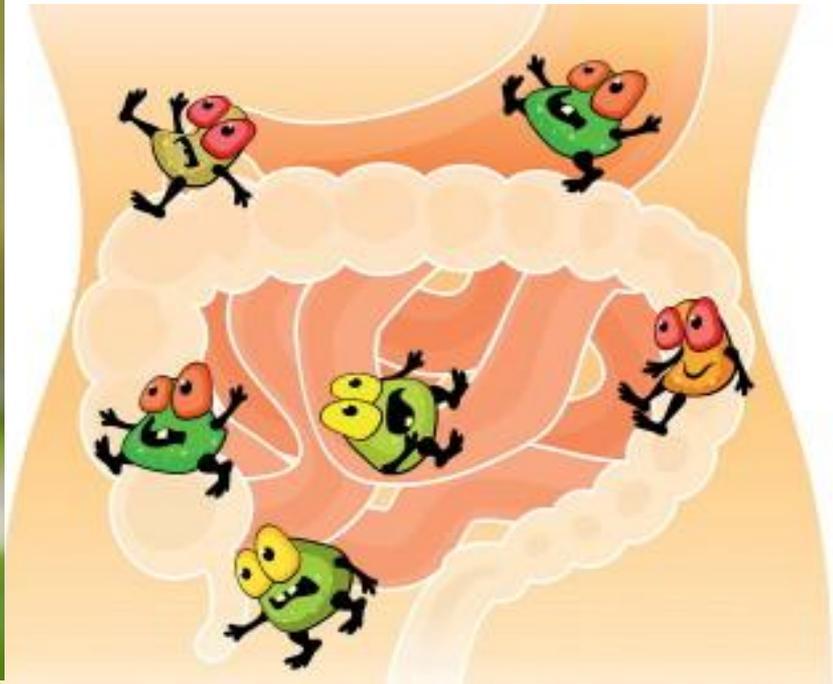
заболевания человека, называются болезнетворными или патогенными. Инфекционной болезнью называется процесс, происходящий в организме человека при проникновении в него па



**это заболевания,
характеризующиеся особыми
признаками, они являются
заразными, т.е. способны
передаваться от больных к**



наиболее часто встречающиеся заболевания, называемые «болезнями грязных рук», возбудители которых проникают и организм человека только через рот с пищей, приготовленной с нарушением санитарно-



- 1. Обследование поваров, кондитеров и других работников общественного питания на бактерионосительство не реже одного раза в год.**
- 2. Соблюдение правил личной гигиены повара, кондитера, особенно содержание рук в чистоте.**
- 3. Тщательно мытье кухонной посуды и инвентаря; соблюдение маркировки разделочных досок.**
- 4. Строгое соблюдение чистоты на рабочем месте, в цехе.**
- 5. Уничтожение мух, тараканов и грызунов как переносчиков возбудителей инфекционных заболеваний.**
- 6. Тщательное мытьё и дезинфицирование столовой посуды.**
- 7. Кипячение воды из открытых водоёмов при использовании в пищу и для питья.**
- 8. Тщательное мытьё овощей, фруктов, ягод, особенно идущих в пищу в сыром виде.**
- 9. Проверка наличия на мясе клейма,**

рыбных блюд, особенно изделий из котлетной массы.

12. Проведение вторичной тепловой обработки скоропортящихся мясных блюд (студня, заливных, фаршей для блинчиков, паштетов, отварного мяса и птицы после нарезки) в процессе приготовления.

13. Проведение механической кулинарной обработки свежей рыбы и приготовление полуфабрикатов на отдельных рабочих местах, не допуская обсеменения их содержимым кишечника рыб.

14. Применение яиц водоплавающей птицы только в хлебопекарной промышленности; тщательное мытье куриных яиц; использование яичного меланжа только для теста.

15. Использование только кипяченого молока; простокваши-самокваса только для теста, а не пастеризованного творога только для блюд, проходящих тепловую обработку.

16. Предохранение салатов, винегретов и другие холодных блюд от загрязнения руками в процессе их приготовления, хранение этих блюд в заправленном виде не более 1 ч.

**инфекционные заболевания,
которые передаются человеку
от больных животных через
мясо и молоко. К этим
заболеваниям относят
бруцеллез, туберкулёз,**



общественного питания

следующие:

1. Проверка наличия клейма на мясных тушах, свидетельствующего о ветеринарно-санитарной проверке сырья.
2. Тщательное проваривание и прожаривание мясных блюд.
3. Кипячение молока, использование простокваши – самокваса только для приготовления теста, а не пастеризованного творога – для приготовления блюд, подвергаемых

Пищевыми отравлениями называют острые заболевания, возникающие от употребления пищи, содержащей ядовитые для организма вещества микробной и немикробной природы. В отличие от кишечных инфекций пищевые отравления возникают у людей быстро и длятся несколько дней, но в отдельных случаях принимают очень тяжёлый



ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ

Микробного происхождения

Немикробного происхождения

Бактериальное

Микотоксикозы
(микроскопические
грибы)

Токсикоинфекции

Токсикозы

Отравление условно-патогенными микробами

1. Ботулизм
2. Стафилококковое отравление

1. Эрготизм
2. Фузариотоксикоз
3. Афлотоксикоз

1. Продуктами ядовитыми по своей природе.
2. Продуктами временно ядовитыми.
3. Продуктами, имеющими ядовитые примеси.

глистичью инвазией это заболевания, которые вызываются гельминтами (аскаридами, острицами, бычьим, свиным цепнем, и др.). Глисты могут поселиться в организме любого человека независимо от его пола



организме. Гельминты могут быть различных форм (кольчатые, круглые, плоские) и размеров (от пары миллиметров и до нескольких метров). При этом большие паразиты обычно поселяются в кишечнике, в то время как маленькие глисты поражают печень, сердце, лёгкие и даже мозг. На сегодняшний день науке известно около *160* видов гельминтов. Но человека чаще всего поражают аскариды, трихинеллы, эхинококк, широкий лентец и цепни. Все эти виды глистов отличаются отличной

- 1. Овощи и фрукты перед едой хорошо мыть под проточной водой и обдавать кипятком.**
- 2. Мыть руки с мылом перед едой и после посещения туалета.**
- 3. Детям не позволять брать в рот пальцы рук, игрушки и другие предметы, грызть ногти.**
- 4. Коротко стричь ногти, чтобы избежать заражения острицами.**
- 5. Употреблять в пищу только хорошо проваренное или прожаренное мясо, хорошо просоленную рыбу, икру, не пробовать сырой фарш.**
- 6. Не покупать мясо без клейма ветнадзора.**
- 7. Не употреблять в пищу полусырую, малосольную, свежeproвяленную рыбу.**
- 8. Своевременно ликвидировать места выплода мух, проводить борьбу с мухами.**
- 9. Поддерживать чистоту на кухне, в квартире (регулярно проводить влажную уборку, поддерживать в чистоте туалеты и ночные горшки).**

заболеваний на ГИСТ не обязательно.

- 1. Проверять поваров, кондитеров и других работников на глистоносительство не реже одного раза в год.**
- 2. Соблюдать правила личной гигиены повара, официанта, особенно важно содержать в чистоте руки.**
- 3. Тщательно мыть овощи, фрукты, ягоды, особенно употребляемые в пищу в сыром виде.**
- 4. Кипятить воду из открытых водоемов при использовании ее в пищу.**
- 5. Проверять наличие клейма на мясных тушах.**
- 6. Тщательно проваривать и прожаривать мясо и рыбу.**
- 7. Соблюдать чистоту на рабочем месте в**

Личная гигиена – это ряд санитарных требований, которые должны соблюдать работники общественного



dreamstime.



2. Тщательно мыть руки до локтя.
3. Принимать ежедневно душ.
4. Волосы должны быть убраны или коротко стриженные.
5. Поправлять прически и расчесывать волосы можно только в туалетных комнатах
6. Умеренно употреблять косметическими средствами, не пользоваться духами
7. Иметь коротко стриженные ногти, без лака
8. Не носить украшения и часы.
9. Не должно иметься на руках гнойничковых ран.
10. Нельзя приступать к работе с простудными заболеваниями
11. Санитарную одежду надевают в следующей последовательности: обувь (моем руки), головной убор, халат.
12. Не пользоваться булавками при закалывании одежды.
13. Не класть в карманы одежды посторонних предметов.
14. Перед выходом из производственного помещения

Спасибо за
внимание!!!