

1

調理時手部要清潔
傷口要包紮。

要洗手



2

要新鮮

食材要新鮮
用水要衛生



3

生熟食器具應分開，避免交互污染

要生熟食分開



4

要徹底加熱



食品中心溫度應超過70度

危險溫度帶

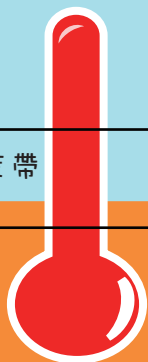
60度

7度

保存低於7度

室溫下不宜久留

要低溫保存



5

預防食品中毒

「五要」

原則



餐前洗手、自備餐具
均衡多纖

餐飲衛生宣導

勤洗手、重衛生、健康吃、快樂動

留意場所衛生，注意烹調方式及保存溫度

避免微生物污染及繁殖，才能有效避免食品中毒發生！



嶺東科技大學

學生事務處
衛生保健組

關心您的健康