

## 作業程序 9 烹調作業

壹、作業內容：

一、自設廚房（勞務委外）、自辦廚房及熱食部

（一）烹調作業前

1. 確認烹調區環境清潔及照明光度足夠

（1）烹調作業區地面應保持清潔、無積水。

（2）工作檯面或調理檯面照明應在 200 燭光以上，並有燈罩保護以避免污染，迴轉鍋上方需使用防爆燈罩。

（3）天花板及蒸汽管路無剝落情形。

2. 確認水源符合安全衛生

（1）符合飲用水標準，無異常顏色或味道。

（2）避免供應生冷涼拌等食品，如仍需供應，使用之冰塊應符合生飲水標準。

3. 確認烹調器具清潔衛生並妥善管理

（1）每日烹煮前應將烹調過程中使用的容器及操作器具清洗消毒過。

（2）使用之烹調器具（例如濾油杓、鍋鏟、水瓢等）應暫時放置於乾淨之不鏽鋼容器取用，避免直接接觸桌面。

（二）烹調作業中

1. 避免原物料、半成品或成品遭受污染

2. 烹調過程之原料、半成品及成品應使用不同標示等方法區別，並放置在特定位置，避免交叉污染或混亂誤用。

3. 生食與熟食的盛裝容器、操作器皿及放置區應確實區分。

4. 易腐敗的原物料或半成品如果無法在短時間內製備完成，應在適當的低溫設備下暫存，或分批自冷藏庫取出處理。

5. 食品應使用清潔之籃框或盆子盛裝，盛裝食材之容器應放置在乾淨的工作



烹調作業中  
如何避免食  
材腐敗或變  
質？

檯面、推車或墊底籃上，至少離地 5 公分以上。

6. 熟食必須加蓋，接觸熟食及其容器前，雙手及圍裙應確認清潔(如確實洗手並戴手套)，以避免交叉污染，必要時，應以顏色區分。
7. 採取有效措施以防金屬或其他外來雜物混入食品中
  - (1) 勿使用鋼絲球。
  - (2) 作業前及作業中隨時檢視廚具與盛裝器具之完整性。
  - (3) 小包裝調味品拆封時，應以刀子割開塑膠袋並避免塑膠碎片掉落，拆裝後之塑膠袋立即丟入垃圾桶內。
  - (4) 使用太白粉、地瓜粉等粉類時，檢視是否有棉線或塑膠內膜碎片夾雜於粉中。
  - (5) 醬油、米酒、香油及醋等瓶罐類調味品之瓶蓋應妥善收置，避免掉落食材中。
  - (6) 抽油煙機需定期清洗且風口需裝置油網，以防油塊或異物掉入烹調食物中。
8. 管控烹調時間、溫度及品質
  - (1) 廚師在製備食物過程中，應從原料至成品每個過程皆以目視、嗅覺、觸覺和味覺確認食品之品質及味道。
  - (2) 廚師應嚐試食物味道，試味道時應取出少量用小容器盛裝後再品嚐，勿直接用烹調器具或手取拿試吃。
  - (3) 每一菜式烹調完成起鍋前應用溫度計檢測，熟食中心溫度須至少  $\geq 75^{\circ}\text{C}$  持續 15 秒，始可起鍋。
  - (4) 溫度探測器每次使用前後需確認探針之清潔與消毒（每次使用完後放置於專用鋼杯並泡於 75% 酒精），避免交叉污染，溫度計需定期校正或更新。
  - (5) 大量長時間油炸食物時應監控油炸油之品質，必要時立即更換新油。油炸油不得回收隔餐使用。
  - (6) 每道餐食起鍋配膳前由營養師(或監廚人員)或其代理人負責試吃並記錄於「試吃紀錄表」。
9. 其他注意事項



- (1) 烹調作業中應避免使用抹布，如仍要使用抹布，抹布應保持清潔並有效消毒。
- (2) 清潔劑不得進入烹調區，以免誤用。

### (三) 烹調作業結束

1. 將使用器具、籃框、推車等用具移至清潔區清洗。
2. 清潔爐灶、迴轉鍋、油煙罩等設備。
3. 刷洗地板、牆面及水溝等，並以 200ppm 次氯酸鈉消毒。
4. 調味料使用完畢，應清潔瓶口、瓶身，蓋緊蓋子或做適當覆蓋。
5. 當餐未使用完之食品或調味料，應妥善**包裝**存放，並標示**品名、分裝日期及原包裝有效期限**，如有異狀應立即處理，以確保食品之品質及衛生。

### 貳、 相關文件：

A-9-1 油脂品質監測-油脂老化酸價檢測(P.092)

### 參、 使用表單：

B-9-1 中心溫度紀錄表(P.147)

B-9-2 試吃紀錄表(P.148)

B-9-3 油脂品質監測紀錄表(P.149)



9-1 成品中心溫度監測