

ການຮັກສາອຸນນະພູມຮ້ອນ ແລະ ເຢັນ ເອກະສານດ້ານຂໍ້ມູນ

ທຸກອາຫານທີ່ມີແນວໂນ້ມເກີດເຊື້ອໂລກ, ຍົກເວັ້ນອາຫານທີ່ພ້ອມລູກຄ້າບໍລິໂພກທັນທີ, ແມ່ນຄວນຖືກເກັບຮັກສາໄວ້ຢ່າງເໝາະສົມ ເພື່ອປ້ອງກັນການເຕີບໂຕ ຫລື ການພັດທະນາຂອງເຊື້ອໂລກ. ເມື່ອຈັດອາຫານເພື່ອບໍລິການ ເຊັ່ນວ່າ ອາຫານແບບບູບເຟ້ ແມ່ນຄວນຈື່ໄວ້ຕະຫລອດວ່າ ຄວນຮັກສາອາຫານຮ້ອນ ໃຫ້ຮ້ອນ ແລະ ອາຫານເຢັນໃຫ້ເຢັນ. ອຸປະກອນເກັບຄວາມຮ້ອນ ຕ້ອງສາມາດເກັບອາຫານໄວ້ທີ່ອຸນນະພູມ 135°F ຫລື ສູງກວ່າ ແລະ ອຸປະກອນເກັບຄວາມເຢັນ ຕ້ອງສາມາດເກັບອາຫານໄວ້ທີ່ອຸນນະພູມ 41°F ຫລື ຕໍ່າກວ່າ.

ແນວທາງໃນການເກັບຄວາມຮ້ອນ

ເມື່ອເກັບອາຫານຮ້ອນໄວ້ເພື່ອບໍລິການ ສັງເກດແນວທາງຕໍ່ໄປນີ້:

- ຄົນອາຫານ ຢ່າງສະຫມ່ຳສະເໝີ ເພາະມັນຈະຊ່ວຍກະຈາຍຄວາມຮ້ອນໄປທົ່ວອາຫານ.
- ປົກອາຫານໄວ້ ເພາະການປົກຈະຊ່ວຍຮັກສາຄວາມຮ້ອນ ແລະ ຫລຸດຜ່ອນແນວໂນ້ມໃນການຕິດເຊື້ອໂລກ ຈາກການທີ່ຕົກມາໃສ່ອາຫານ.
- ໃຊ້ເຄື່ອງວັດອຸນນະພູມ ເພື່ອວັດແທກອຸນນະພູມພາຍໃນຂອງອາຫານ ທຸກໆ ສອງຊົ່ວໂມງ.
- ໃຫ້ຖິ້ມອາຫານຮ້ອນທຸກຊະນິດ ຫລັງຈາກປະໄວ້ສີ່ຊົ່ວໂມງ ຖ້າຫາກອາຫານບໍ່ໄດ້ຖືກເກັບໄວ້ ທີ່ອຸນນະພູມ135°F ຫລື ສູງກວ່າ

ຂໍ້ແນະນຳດ້ານຄວາມປອດໄພອື່ນໆ ທີ່ກ່ຽວກັບ ການເກັບຮັກສາ ຄວາມຮ້ອນ ແລະ ຄວາມເຢັນໃຫ້ອາຫານ ແມ່ນຫ້າມບໍ່ໃຫ້ນຳໃຊ້ອຸປະກອນເກັບຄວາມຮ້ອນ ເພື່ອເຮັດໃຫ້ອາຫານຮ້ອນອີກຄືນເທື່ອໜຶ່ງ. ອາຫານທີ່ຈະຖືກເຮັດໃຫ້ຮ້ອນອີກຄັ້ງ ເທື່ອທຳອິດຄວນເຮັດໃຫ້ອຸນນະພູມພາຍໃນເທົ່າ 165°F ແລະ ຫລັງຈາກນັ້ນສົ່ງຕໍ່ໄປຍັງອຸປະກອນເກັບຄວາມຮ້ອນ. ນອກນັ້ນ ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ປະສົມອາຫານໃໝ່ ແລະ ອາຫານທີ່ຖືກເກັບໄວ້ເພື່ອບໍລິການລູກຄ້າ ເພາະວ່າຖ້າເຮັດແນວນັ້ນ ຈະສາມາດພາໃຫ້ເກີດເຊື້ອໂລກໄດ້.

ແນວທາງໃນການເກັບຄວາມເຢັນ

ເມື່ອເກັບອາຫານເຢັນໄວ້ເພື່ອບໍລິການ ສັງເກດແນວທາງຕໍ່ໄປນີ້:

- ປ້ອງກັນອາຫານທຸກຊະນິດຈາກສິ່ງສົກກະປົກ ໂດຍການປົກປິດໄວ້ດ້ວຍຖົງຫຸ້ມທໍ່ອາຫານ.
- ໃຊ້ເຄື່ອງວັດອຸນນະພູມ ເພື່ອວັດແທກອຸນນະພູມພາຍໃນຂອງອາຫານ ທຸກໆ ສອງຊົ່ວໂມງ ແລະ ນຳໃຊ້ມາດຕະການທີ່ເໝາະສົມເມື່ອອຸນນະພູມສູງກວ່າ 41°F.
- ບໍ່ຄວນເກັບອາຫານໄວ້ເທິງນ້ຳກ້ອນໂດຍກົງ. ອາຫານຫລາຍປະເພດ, ຍົກເວັ້ນບາງປະເພດ, ຄວນຖືກເກັບໄວ້ໃນຫມໍ້ກະທະ ຫລື ຈານເພື່ອໂຊໃຫ້ເຫັນ. ນ້ຳກ້ອນທີ່ໃຊ້ໃນການໂຊອາຫານ ຄວນເປັນຊະນິດທີ່ລະລາຍເອງໄດ້, ຫມໍ້ກະທະ ແລະ ຈານທີ່ໃຊ້ ຄວນຖືກກຳຈັດເຊື້ອໂລກທຸກຄັ້ງທີ່ໃຊ້.

ທຸກຄັ້ງທ່ານມີບັນຫາສົງໄສກ່ຽວກັບການປະຕິບັດ ຂອງການເກັບຮັກສາ ຄວາມຮ້ອນ ແລະ ຄວາມເຢັນ ແມ່ນໃຫ້ທ່ານແກ້ໄຂບັນຫານັ້ນ ຕາມຄວາມປອດໄພ ດ້ານອາຫານ. ມັນຈະດີກວ່າ ຫາກທ່ານຖິ້ມອາຫານທີ່ອາດເກີດມີເຊື້ອໂລກ ແລະ ສົ່ງຕໍ່ສຸຂະພາບ ແລະ ຄວາມປອດໄພຂອງລູກຄ້າ. ທາງດຽວທີ່ຈະຫລີກລ້ຽງການຖິ້ມອາຫານເປັນຈຳນວນຫລາຍ ແມ່ນກະກຽມ ແລະ ແຕ່ງກິນຫລາຍເທົ່າທີ່ທ່ານຈະຕ້ອງການໃນໄລຍະ ເວລາອັນສັ້ນ.

**ສຳລັບຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ ກ່ຽວກັບການປະຕິບັດ ການປະກອບການດ້ານອາຫານ,
ຕິດຕໍ່ກົມສຸຂະພາບທ້ອງຖິ່ນ ຂອງທ່ານ**