



여름철 食品管理는

야채류는 깨끗이 씻어먹자

여름철 식품의 적절한 관리는 「생식(生食) 하지 않는 것」「조금이라도 맛이 변한 것은 먹지 않을 것」「정결하게 씻어 조리 할 것」 등으로 요약된다.

여름철에 주의해 야 할 식품은 어떤 식품인가, 여름철 식품은 어떻게 관리해야 하는가를 알아보자.

수상한 선 맛을 내는 밥과 빵 그리고 국수류는 아까운 생각을 갖지 말고 버려야 한다. 야채류는 기생충 혹은 농약이 오염되어 있을 확율이 크다.

물에 채워 놓은 물통속에서 씻지 말고 수도꼭지를 틀어 놓고 쏟아져 나오는 물로 야채를 씻어 낸다.

이처럼 흐르는 물에서 씻지 않으면 기생충, 농약등을 만족할 만큼 씻어버리지 못한다.

시금치와 같은 엽채류(葉菜類)는 수분을 잃으면 맛이 사라진다. 조리하고 남은 것은 비닐지로 밀봉하여 냉장고에 넣어둔다. 다음 식사 준비 할때 다시 꺼내도 처음 그대로의 수분을 간직하고 있어 시들지 않은 싱싱한 재료

로 쓸 수 있다.

속이 꼬아서 물려져 있는 참외와 수박은 먹지 않는다.

속이 상해 있는 참외 혹은 수박을 먹고 배를 앓는 일은 우리주위에서 흔히 본다.

육류 보관은 냉장고의 냉동실을 이용하여 냉동해 둔다. 쓰고 남은 고기를 공기와 닿지 않게 비닐지로 밀봉하여 냉동실에 넣어둔다.

생선은 결코 날것으로 먹지 않는다. 가정에서는 대체로 생선회를 만들어 먹는 일이 많지 않으나, 바깥 음식점에서는 회친 생선을 그대로 먹는 양념장과 고추장이 약간의 살균 작용을 한다고 해도 이것이 날 생선의 위험도를 다소라도 낮출 수는 없다. 생선류도 역시 육류와 같은 방법으로 냉동실에 보관한다.

肉類. 生鮮은 비닐봉지에 넣어둘것

여름철 조개류는 가장 빈번하게 식중독 사고를 빚는 식품의 하나이다.

조개류는 철저히 가열시키지 않는 음식은 만들지 않는다.

펄펄 끓여서 차게 식힌 보리차가 가장 좋은 여름철 음료수로 알려져 있다. 그러나 이 보

리차도 확실하게 믿을 수 있는 것은 못된다.

보리차의 보리는 겉보리가 사용된다. 겉보리 성장을 위해 농약이 뿌려지는데 이 농약을 제거하여 시장에 내놓고 있다는 보장이 없으므로 충분히 믿을 수 있는 것은 아니다.

집에서 만든 차는 값이 싸게 먹히고 한결 위생적이며 더욱 깊은 맛을 낸다.

통보리를 사서 깨끗하게 씻고 완전히 말려서 볶아쓴다.

1일 이상 지난 보리차는 버린다.

신맛을 내는 牛乳 치즈 만들어

2일 이상 경과한 우유는 먹지 않는다. 그러나 몽우리가 생긴 우유는 위험할 만큼 상한 것이 아니다.

몽우리가 생긴 우유 혹은 조금 신맛을 내는 우유는 커티지·치즈(신 우유로 만드는 치즈)를 만들어 먹을 수 있다.

천 우유를 끓이면 순두부처럼 굳어진다.

이것을 거즈로 밭여 물기를 꼭 빼내 버리고 소금으로 간을 하면 맛있는 커티지·치즈가 된다.

조금 쉬었다고 해서 우유를 무조건 버리는 것은 우유에 관한 상식을 알지 못하기 때문이다.

우유는 젖 산균에 의해 산패(酸敗)된다.

이 젖산균은 사람에게 이로움을 주는 균으로 인체내에서 부패균과 잡균의 번식을 억제하는 기능을 갖고 있다.

하루 정도 두어서 산패된 우유는 버리지 말고 설탕을 쳐서 마시거나 치즈로 변형시켜 먹는다.

뜯은 통조림은 다른 곳에 넣어 보관

통조림과 병조림이 되어 있는 식품은 일단

뜯으면 내용물을 다른 그릇에 옮겨서 냉장고에 보관해 둔다.

뜯어 있는 채로 놓아두면 음식속에 주석 냄새가 배기 쉽다.

통조림을 비교적 많이 사용하는 가정은 통조림 걸면에 사온 날짜를 기입해 두는 습관을 갖는 것이 바람직하다.

먼저 사둔 것을 우선 먹고 나중에 구입한 것은 그 다음에 먹는다.

음식 관리도 중요하나 식기를 관리하는 일도 필요하다. 뜨거운 물속에서 식기를 세제로 닦는다.

수도꼭지를 틀어 흐르는 물로 행구고 소쿠리와 같이 물이 빠지는 그릇에서 말린다.

행주를 사용하여 물기를 닦지 않는다.

냉장고는 여름 식생활에서 아주 중요한 역할을 맡고 있으나 냉장고를 만능적인 식품 보관실로 과신(過信)해서는 안된다는 점이 자주 강조되고 있다.

대체로 모든 음식은 하루에 먹을 수 있는 분량만 조리하고 먹고 남은 음식은 냉장고에서 2-3일 지나도록 보관하지 않도록 유의한다.

**'78年은
有害食品 根絶의 해**



食中毒 예방 요령

食中毒이 많은 계절이다. 여름철 설사와 배앓이의 주된 원인이기도 한 食中毒의 主役과 症狀 및 治療, 豫防 요령을 알아 본다.

1. 食中毒에 대한 一般常識

食中毒이란 細菌 또는 미생물이 자랄 때 생기는 毒素가 들어 있는 食物을 섭취하므로서 發生하는 急性的인 胃臟障害로 구토, 설사, 복통을 수반하는 疾病이다.

發生時期는 하절기 7월, 9월이 가장 많으며, 이 시기는 고온 다습한 기후임으로 細菌의 번식이 활발하여 지기 때문이다.

그리고 發生場所는 일반가정, 대중음식점, 여관, 연회식, 학교등 食物을 취급하는 곳이면 어디서든지 발생한다.

食中毒 發生原因食品은 육류 및 그 加工品에 의한 것이 가장 많고 어패류, 복어, 버섯, 복합조리 식품등이고 특히 제사집등에서 패치고기에 의한 식중독이 많다.

食中毒의 豫防을 위해서 우선 요리하기 전이나 후에 식기나 도마, 행주등을 깨끗이 씻

고 소독한 후 調理직전에는 손부터 깨끗이 씻어야 하며 모든 음식은 식사때마다 먹을 만큼 만들어 식중독 菌이 增殖되지 않을 때 먹고, 먹다 남은 食物은 적당한 溫度에서 잘 保管하여야 한다.

그리고 腐敗하기 쉬운 육류, 어패류, 조개류등은 냉장고에 두거나 가열하여 끓여 두어 세균의 增殖을 抑制하고 細菌 增殖은 섭씨 10°C~60°C까지의 범위가 위험 온도이며 安定度로 5°C이하로 食物을 항상 保存한다.

食品衛生管理의 7原則은

- ① 食物은 5°C 이하의 냉장고에 두어도 세균이 죽지 않으므로 오래동안 보관하지 말것.
- ② 손을 깨끗이 씻을 것.
- ③ 상처가 있는자, 기침하는 자, 설사하는 자등은 절대 食物을 取扱하지 못하게 할 것.
- ④ 조리장 加工工場, 販賣店등은 항상 깨끗하게 하여, 파리, 바퀴, 쥐등을 없애야 할것.
- ⑤ 食物을 노출시키지 말것.
- ⑥ 위험한 유독물은 表示하고 그것을 食物

의 調理 加工 製造 장소에서 상당히 멀리
떨것.

- ⑦ 기구. 용기. 포장등은 깨끗하게 사용,
할것 등이다.

2. 食品 調理場 内の 衛生管理

調理室 청결 유지를 위해서는 調理室은 항상 청결을 維持하고 환풍기등을 사용하여 환기가 되도록 하여야 하며 식품 또는 原料 貯藏所에 방충망을 설치하여 서족(쥐) 및 곤충 驅除를 철저히 해야 한다.

또 식기류는 반드시 끓인물로 소독하고, 행주를 사용하지 말고 일광에 건조시킨 후 사용토록 해야 한다.

調理士의 衛生管理 徹底를 위해서는 調理에 종사하는 자는 衛生 관념을 維持하여 식품을 취급함에 있어서 항상 위생적으로 처리하는 관습을 갖도록 하며 調理士는 조리에 종사하는 종업원은 지도 교육하여 항상 각종 전염병 菌이 汚染되지 않도록 손과 의복을 청결히 하도록 해야 한다.

그리고 食品의 衛生的 管理를 위해 육류 또는 어패류 등과 같이 부패하기 쉬운 식품은 반드시 冷蔵施設을 어용하여 보관토록 하고 변질 식품은 사용을 못하도록 하며 야채 및 과일등은 항상 新善를 維持토록 하고 각종 전염병 菌, 특히 기생충등이 오염되지 않도록 한다

人體에 無害한 洗劑를 사용하여 세척토록한다.

이 밖에 調理場의 청결維持를 위해서는 하수구에 대하여는 수시 消毒을 사용하여 항상 청결을 維持한다.

변소는 항상 청결히 하고 調理場에 직접 연결되지 않게 하고 방충, 방서, 설비를 해야 한다.

3. 食中毒 發生時의 對策

우선 각 保健所長은 食中毒 발생을 認知하였을 때 晝夜를 불구하고 즉시 현장에 출장하여 食中毒 처리요령에 의거 신속한 처리를 취한다.

특히 환자가 섭취한 食品의 종류와 그 상태, 發生場所의 환경위생등을 조사하고 可檢物을 채취하는 등 식중독 원인을 규명하고 食中毒患者의 치료는 적극 지원할 것이며, 原因物質이 판명되었을 시는 그 경로를 철저히 조사하고 행위자를 색출하여 의법 조치해야 한다.

그리고 동일한 食中毒의 확산을 방지하기 위하여 모든 필요한 조치를 신속히 취해야 한다.

이상과 같은 사항을 조치하였을 때에는 식품위생법 제38조의 규정에 의거하여 지체없이 보건사회부에 有線으로 그 결과를 보고해야 한다.

'78年은

有害食品 根絶의 해