

長者膳食服務

食物安全指引

Food Safety Guidelines

on Catering Services
for the Elderly



食物安全中心
Centre for Food Safety

引言

許多不同機構提供長者膳食服務。由於食物種類繁多，而長者的身體抵抗力一般較弱，因此食物從業員為他們製作膳食時，應加倍留意各種風險因素，以保障長者的健康。

認識食物中毒

食物中毒是由進食受污染的食物或飲品所致。污染物包括病原體（例如沙門氏菌、諾沃克病毒及寄生蟲）、生化性毒素和有毒化學品。

患者一般會有噁心、腹痛、腹瀉和嘔吐等腸道疾病的病徵，潛伏期一般由數小時至數天不等。

製作長者膳食的指引

1 設備

- 計劃長者膳食時，應小心安排所需的用具，特別是要有足夠的爐具、雪櫃和保溫用具。



2

採購材料及收貨

- 向可靠及信譽良好的供應商採購食物材料。
- 收貨時要檢查來貨的質量。

3

貯存設施及溫度控制

- 嚴守“先入先出”的原則存放食物。
- 定時檢查及記錄雪櫃溫度。冷凍櫃要保持在攝氏4度或以下，而冷藏櫃則在攝氏-18度或以下。
- 生和熟的食物應分開存放在不同的雪櫃內。如存放在同一雪櫃內，熟的食物應存放在生的食物之上，以防止交叉污染。



4

食物處理及烹調

- 應把冷藏食物放入冷凍櫃或於流動的自來水中解凍。
- 食物要徹底煮熟。利用溫度計確保食物中心溫度達攝氏75度或以上至少30秒。
- 為配合長者的特別飲食需要，應注意以下事項：
 - 採用“即日烹煮”的製作模式，盡量縮短配製食物的時間；
 - 小心處理需於烹煮後再經人



手加工的食物（例如：將食物攪拌成稀粥）；
以及

- 所有接觸食物的用具（特別是處理熟食的攪拌器及餵食的匙羹等）在使用前必須徹底清潔和消毒。消毒方法包括使用經批准的殺菌劑或將洗淨的用具浸在沸水內一分鐘以上。

5

運送及進食

- 提醒長者盡快享用食物，並盡量把食物一次過吃完。

- 如果食物是即場分份，應該：

- 利用保溫設備將已煮熟的食物保持在攝氏60度以上；以及
- 確保有足夠的地方、器材（例如熱櫃）和人手有效率地分發食物，以及保持清潔。



- 如果需要運送食物，應該：

- 使用保溫容器（如保溫飯壺）將膳食保持在攝氏60度以上，直至食用時才取出；
- 盡量縮短運送食物的時間；以及
- 提醒長者將非即時食用的食物保持在攝氏60度以上。

- 分發和運送食物前，應抽樣量度食物的溫度，確保食物保持在攝氏60度以上。

6

保持良好個人衛生習慣

- 處理食物前或如廁後，用梘液洗手最少20秒。
- 有腹瀉或嘔吐等病徵的員工不可處理食物。

7

處理食物投訴

食物投訴有助反映食物製作過程中可能被忽略的問題，因此膳食供應商應迅速及正面處理投訴：

- 預先制定緊急應變措施。
- 如發現問題，應盡快通知其他長者停止進食，防止食物事故發生。
- 為方便跟進，應常備以下記錄：
 - 每日膳食供應名單（包括長者數目、地址、食物種類等資料）；
 - 長者親屬緊急聯絡電話；
 - 食物原材料供應商名單；以及
 - 每日採購清單。
- 膳食供應商應在外送容器的當眼處提供聯絡電話及地址等資料，方便長者及長者服務中心職員聯絡。

如欲獲取更多資料或有其他查詢

請致電食物環境衛生署熱線

2868 0000