



食物業 安全廣播站

第 106 期

2026 年 9 月 號
食物安全中心出版
與食物業界一同進步

本期內容

專題特寫

減少食物中的黃曲霉毒素污染

食安仔教室

1. 獵「菌」小隊出動！
2. 「食安五要點」對抗超級細菌

食肆現場

安全製作醬汁，預防食物中毒

安樂查飯+業界講座+食安指引

- 「安樂查飯」計劃介紹
- 2026年度食物業界講座
- 壽司、刺身和生吃肉類—給食物業的食物安全指引

中心動向

1. 第九十三次業界諮詢論壇
2. 食安有獎問答 邊學邊拿禮物
3. 進入食安世界—傳達資源小組展覽廳歡迎你
4. 在海富商場舉行的「食物安全巡迴展覽」

問問食安小隊

二氧化硫响食物嘅應用

增值小測試

食安有獎問答

食安仔忙什麼？

食安成語廊 — 整裝待發

編輯委員會

主管（風險傳達）
科學主任
總監（風險傳達）
衛生總督察（食物安全推廣）
高級衛生督察（食物安全推廣）
衛生督察（食物安全推廣）



專題特寫

減少食物中的 黃曲霉毒素污染



食物安全中心（食安中心）曾於2025年11月發布新聞公報，指一款預先包裝的開心果醬懷疑受黃曲霉毒素污染。黃曲霉毒素屬於霉菌毒素^{註1}（由霉菌自然產生的有毒物質），可對人類健康構成風險。攝入大劑量的黃曲霉毒素可引致急性中毒，而長期進食受這種毒素污染的食物則可導致肝癌。本文將討論減少和預防食物受黃曲霉毒素污染的各種措施。

什麼是黃曲霉毒素？為何會存在於食物中？

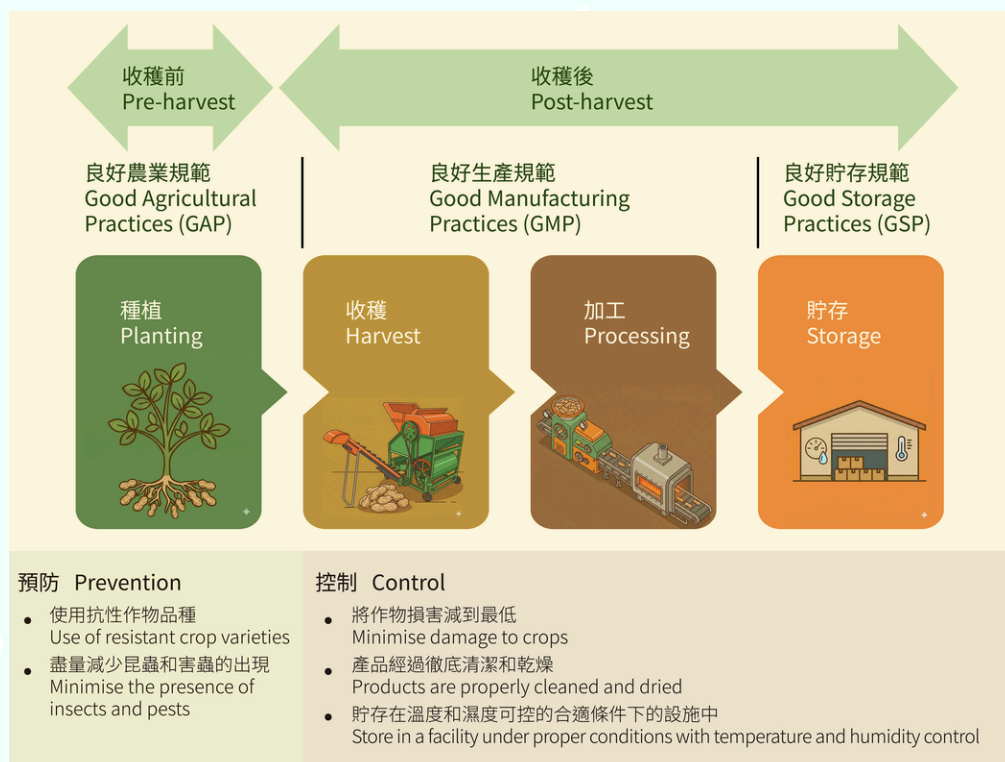
在已識別的各類黃曲霉毒素中，黃曲霉毒素B1、B2、G1和G2對人體健康的影響最備受關注。這些毒素由黃曲霉菌和寄生曲霉菌等特定霉菌產生。在適當的溫度（高於攝氏10度）和濕度（相對濕度高於70%）條件下，這些霉菌便會生長並產生黃曲霉毒素。較常受黃曲霉毒素污染的食物包括穀物、油籽、香料和木本堅果。此外，動物若食用受污染的飼料，其乳汁亦可能含有黃曲霉毒素M1和M2。



如何減少食物中的黃曲霉毒素污染？

黃曲霉毒素污染可在食物生產的各個階段發生，包括農作物在農田生長以及收穫後處理和貯存期間。因此，必須採取涵蓋整個食物生產鏈的綜合控制措施，方能有效預防污染。

產生黃曲霉毒素的霉菌無法在妥善乾燥和貯存的食物中生長。因此，讓食物有效地乾燥並透過適當貯存以保持乾燥狀態，是預防黃曲霉毒素污染最有效的方法。其他減少污染的重要措施如下：



圖：應採取綜合控制措施，以減少食物生產鏈中各環節受黃曲霉毒素污染的風險。

收穫前

在農作物生長期間，控制黃曲霉毒素污染的方法是盡量減少蟲害，因為害蟲侵襲農作物會使其更容易受到霉菌感染和黃曲霉毒素污染。因此，選用能抵抗蟲害及霉菌感染的農作物品種至關重要。此外，應採用有效的害蟲管理系統，盡量減少農田間的害蟲。



收穫後

收穫後，應避免損壞農作物，以免農作物受產生黃曲霉毒素的霉菌入侵。農作物在收穫後應適當地清潔和乾燥，並放在設有溫度和濕度控制的倉庫內，在合適條件下貯存。

總括而言，食物生產者在收穫前應採用良好農業規範，而在收穫後處理、加工、貯存和分發供人食用的食物時，實施良好生產規範及良好貯存規範亦同樣關鍵。

消費者如何減少攝入黃曲霉毒素？

消費者應從可靠的來源購買食物，並將食物存放在陰涼乾燥的地方。此外，食物不應存放過久，若發現食物發霉或損壞便應棄掉。最後，保持均衡多元的飲食，可避免因長期食用某幾類食物而攝入過量污染物（包括黃曲霉毒素）。



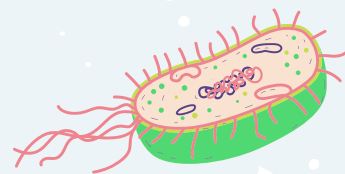
本港對食物中黃曲霉毒素的規管



在香港，《食物內有害物質規例》（第132AF章）（《規例》）訂明食物中黃曲霉毒素的法定限量。《規例》參考食品法典委員會的標準，為較易受黃曲霉毒素污染的特定木本堅果、花生和乾果訂定黃曲霉毒素的最高限量。食安中心亦編製了《預防及減少花生受黃曲霉毒素污染的業界指引》^{註2}，為業界提供相關建議。

國際組織在減少食物中黃曲霉毒素方面的工作

食物受黃曲霉毒素污染是全球關注的問題。世界衛生組織與聯合國糧食及農業組織合作，評估受黃曲霉毒素污染的食物風險，並建議控制措施。食品法典委員會已就食物中的黃曲霉毒素訂定食物安全標準，並發布了多份有關預防和減少木本堅果、花生和無花果乾等食物受黃曲霉毒素污染的作業守則。



注意事項

- 黃曲霉毒素污染可在整個食物生產鏈中發生，需採取綜合控制措施方可有效預防。
- 一般而言，讓食物有效地乾燥並透過妥善貯存以保持乾燥狀態，是預防黃曲霉毒素污染最有效的措施。
- 香港已參考食品法典委員會的標準，為多種食物訂定黃曲霉毒素的法定限量。食安中心亦已發布相關指引，協助業界預防黃曲霉毒素污染。



註1：有關資訊可參閱《食物安全焦點》的文章「食物上的黴菌－潛在的健康風險？」。



註2：想知道更多有關預防和減少花生受黃曲霉毒素污染的資訊，歡迎掃描相關的二維碼，於網上閱覽或下載《預防及減少花生受黃曲霉毒素污染的業界指引》小冊子。



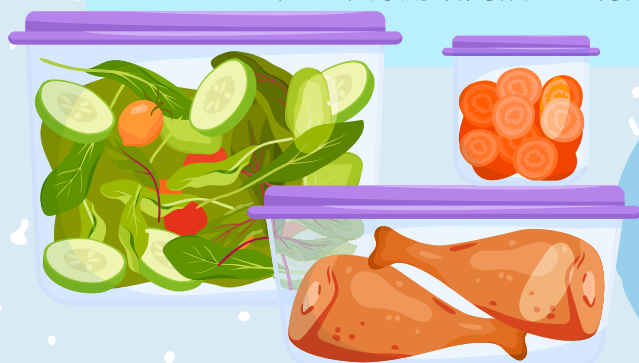
1. 獵「菌」小隊出動！



各位勇敢嘅獵菌者，你哋知唔知道，廚房同雪櫃入面嘅生熟食食物要徹底分開，避免爆發恐怖嘅交叉污染^{註1}？生嘅食物入面嘅耐藥性超級細菌想入侵人類嘅身體，令人類日後接受嘅抗生素治療失效！

除咗用高溫淨化，即係透過將食物徹底煮熟嚟殺死抗生素耐藥性細菌之外，大家處理生、熟或者即食食材時，亦要緊記以下嘅「生熟隔離」守則：

- 分層隔離：生嘅食材同熟食／即食食物，喺雪櫃入面要分層擺放。熟食／即食食物放喺上層，生嘅食材放喺下層。
- 獨立封印：生肉同未煮嘅海鮮要用保鮮紙或者密封盒包好，避免佢哋嘅汁液滴落去啲熟食／即食食物，造成污染。
- 專屬武器：用唔同嘅廚具（例如唔同嘅砧板、刀具、器皿）分開處理生熟食食物。最好用唔同顏色、材質嘅用具，容易分辨。



想知道更多有關抗菌素耐藥性（AMR）嘅資訊，可以睇吓呢個「抗菌素耐藥性與食物安全」專題網頁。



註1：想知道點樣防止交叉污染？歡迎瀏覽相關嘅專題網頁。



2. 「食安五要點」對抗超級細菌



打機最驚遇到Big Boss，佢哋唔單止難以消滅，仲可能會不斷進化；而喺細菌界入面，就有被稱為超級細菌嘅微生物Big Boss，當中部分對多種抗菌素或者一啲僅存有效嘅抗菌素具有耐藥性。

超級細菌唔一定會引發病徵，但係有能力將耐藥嘅基因傳畀畀人類腸道嘅其他細菌，影響日後使用抗菌素（包括抗生素）嘅效用。超級細菌最鍾意匿埋喺啲生或者未煮熟嘅食物入面，佢哋亦可能透過唔乾淨嘅手或者廚房環境，傳到其他熟食或者即食食物。



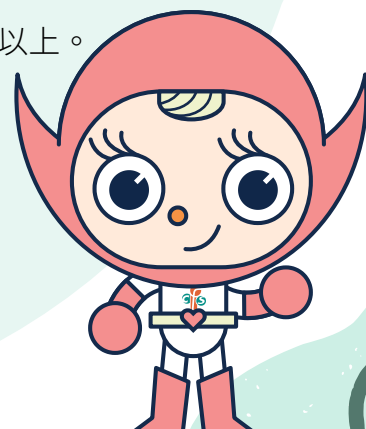
要對付佢哋，除咗要睇熟以下呢篇「抗菌素耐藥性與食物安全」攻略，



仲要使出以下絕招—「食安五要點」：

1. 精明選擇：到可靠同衛生嘅店鋪選購食物。
2. 保持清潔：保持雙手同食物準備區清潔，防止細菌入侵。
3. 煮熟食物：徹底煮熟食物，係消滅食物中「超級細菌」嘅最強招數。
4. 生熟分開：生熟食物要分開處理同貯存，避免交叉污染。
5. 安全溫度：凍食保持在攝氏4度或以下❄️；熱食保持在攝氏60度以上。

食安小隊已經準備好迎戰喇，你哋又準備好未？





安全製作醬汁，預防食物中毒

醬汁用途廣泛，能提升菜餚的風味。然而，製作醬汁時，食物安全至為重要。過往不時有因進食不同種類的醬汁而引致食物中毒的報告，當中涉及肉醬（如意粉醬、辣肉醬）、肉汁（如咖喱汁）、蘸醬（如牛油果醬），以及蛋黃醬和荷蘭醬等蛋製醬汁。這些食物中毒個案的部分成因，可能與預先大量製作醬汁並把醬汁放在未有蓋好的鍋中於室溫下緩慢冷卻有關。本文會探討與醬汁有關的食物中毒常見成因，並提供實用的預防方法。



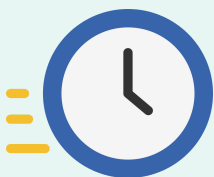
1. 徹底煮熟醬汁

許多常見的食材都可能帶有來自環境的病原體，例如肉類和蛋類中的沙門氏菌^{註1}，水果、蔬菜和香草中的蠟樣芽孢桿菌^{註2}，以及肉汁、濃湯和煮熟豆類中的產氣莢膜梭狀芽孢桿菌^{註3}。徹底烹煮（即食物中心溫度至少達攝氏75度並維持30秒）可殺滅活躍的細菌。由於細菌可於未經烹煮或稍微煮過的醬汁配料中存活，因此應避免食用未經煮熟的醬汁。

要防止病原體在食物中存活，應把醬汁徹底煮熟。如食譜需要使用生蛋、生乳或生牛奶芝士來製作醬汁，建議改用經巴士德消毒的替代產品。

2. 迅速冷卻醬汁

醬汁在徹底煮熟後，應保持在攝氏60度以上；如非即時食用，則應在兩小時內迅速冷卻。蠟樣芽孢桿菌和產氣莢膜梭狀芽孢桿菌等病原體能產生孢子。孢子是細菌一種頑強的休眠形態，即使在烹煮及沒有營養等不利環境下仍能存活。若煮熟的醬汁長時間處於攝氏4至60度的「危險溫度範圍」^{註4}（例如整鍋醬汁放在廚房一整夜自然冷卻，或放在加熱不足的溫水內隔水熱存一個下午），這些耐熱的病原體孢子便可能發芽。由於烹煮過程已殺滅大部分其他微生物，這些細菌在較少競爭下便會迅速繁殖，一旦進入人體，便會在腸道內產生毒素，引致腸胃不適等食物中毒症狀。蠟樣芽孢桿菌亦可在食物中產生毒素，並在溫暖的環境下形成具保護作用的孢子。因此，單靠翻熱並不能確保受孢子和毒素污染的醬汁可供安全食用。



要迅速冷卻醬汁，可參考下文圖2的做法：首先在兩小時內把醬汁冷卻至攝氏20度或以下，然後於兩至四小時內放進雪櫃繼續冷卻至攝氏4度。其他有助加快冷卻速度的方法包括：分小批製作醬汁、把醬汁分裝在有蓋的淺身容器並放在空氣流通的地方，以及把盛載熱醬汁的平底鍋放入冰水浴後攪拌醬汁。在冷卻過程中，須把醬汁與生的食物分開。如情況許可，亦可使用急速冷凍櫃，在1.5小時內把分成小份的食物迅速冷卻至攝氏4度。醬汁應標明製作日期，並與生的食物分開存放在雪櫃內（攝氏4度或以下）。使用時應奉行「先入先出」原則。

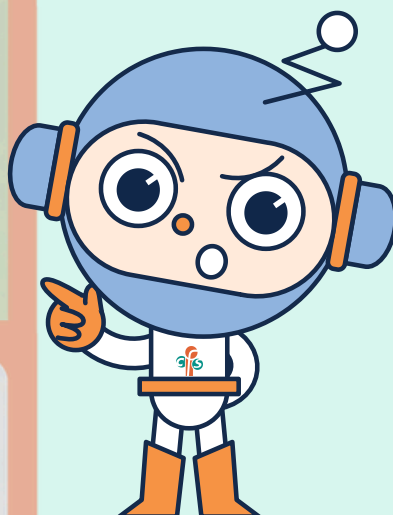
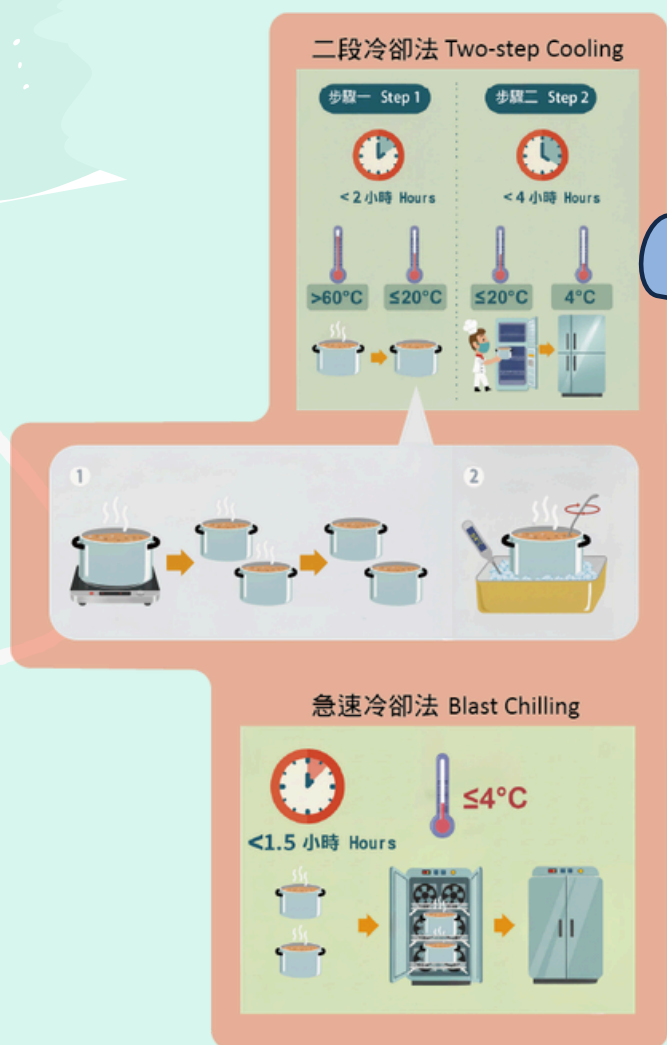
3. 適當翻熱

適當地翻熱醬汁是指重新烹煮，而非只是加熱。翻熱時，須把醬汁煮至完全沸騰，或溫度達至少攝氏75度。醬汁只可翻熱一次，經翻熱的醬汁不應再放回雪櫃。醬汁在徹底翻熱至攝氏75度或以上後，才可放在攝氏60度以上的環境下保溫，以確保可供安全食用。切勿使用隔水保溫鍋或類似的設備翻熱醬汁，因為這類設備是用來為已加熱的食物保溫。若用於翻熱，會需時過長或加熱能力不足。

4. 預防交叉污染

保持良好的衛生習慣^{註5}（包括良好的個人和環境衛生），以防煮熟的食物與可能帶有沙門氏菌或其他病原體的生肉、家禽、海產、蔬果或蛋類交叉污染^{註6}。如食物處理人員的雙手、餐具、設備和工作枱表面接觸到污染物後沒有徹底清潔，亦可能造成交叉污染。





注意事項

為預防醬汁引致的食物中毒，應採取以下措施：

1. 徹底煮熟醬汁；
2. 迅速冷卻醬汁；
3. 適當翻熱；以及
4. 預防交叉污染。

總括而言，具備相關知識和在廚房內保持謹慎，才能預防因配製醬汁而引致的食源性疾病。只要遵循安全的烹煮和食物處理方法，並採用迅速冷卻的技巧，便能大大減低因進食醬汁而引致食物中毒的風險。時刻把食物安全放在首位，可確保食物既美味又安全。

圖2：醬汁應徹底煮熟（食物中心溫度至少達攝氏75度並維持30秒）；如非即時食用，則應迅速冷卻（在兩小時內冷卻至攝氏20度，然後於兩至四小時內放進雪櫃繼續冷卻至攝氏4度）。食用前須把醬汁翻熱至最少攝氏75度。

註1：有關沙門氏菌引致食物中毒的資訊在此：



註4：有關危險溫度範圍的資訊在此：



註2：掃描二維碼了解加工食品中的蠟樣芽孢桿菌的相關資訊：



註5：掃描二維碼了解更多有關食物業處所良好衛生規範的資訊：



註3：想知道產氣莢膜梭狀芽孢桿菌對食物安全的威脅？歡迎掃描二維碼：



註6：歡迎瀏覽「防止交叉污染」專題網頁：





安樂查飯+業界講座 +食安指引



「安樂查飯」計劃介紹

為促使業界遵守「食物安全五要點」及良好衛生規範，以及在日常營運中做好食物安全工作，食物安全中心（食安中心）整合了現有的風險傳達渠道，推出全新的「安樂查飯」食物業界溝通平台，以提供更實用和配合食肆營運需要的食安資訊。

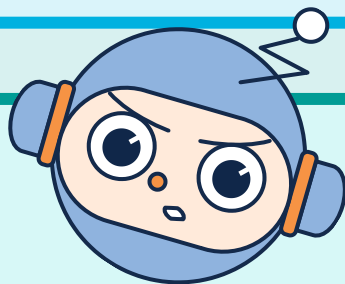
「安樂查飯」平台透過WhatsApp、電子郵件及專題網頁等渠道，向業界傳達最新的食安信息（包括食安指引及法例修訂內容）。

在「安樂查飯」計劃下，食安中心將為業界編訂適切的教材，並為廚房職工舉辦工作坊，以提高他們的食安和衛生意識。歡迎業界人士掃描有關的二維碼，下載「安樂查飯」計劃登記表格，適時接收最新的食安資訊。



業界講座

2026年度食物業界講座



食安中心於2026年3月至10月期間舉辦2026年度「食物安全重點控制」與「良好衛生規範」業界講座及工作坊，向食物業從業員宣傳處理食物的正確方法，務求透過飲食業積極參與，以及政府與業界通力合作，共同推廣「食品良好衛生規範」，並推動業界在食物製造過程中實施「食物安全計劃」，以提升食物安全水平。

講座以粵語進行，參加者會獲發出席證書。詳情可留意食安中心網頁的「最新消息」：

https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/whatsnew/whatsnew_act/whatsnew_act_2026_Trade_Talk_and_workshop_on_HACCP.html



食安指引

壽司、刺身和生吃肉類— 給食物業的食物安全指引

食安中心編製了《壽司、刺身和生吃肉類—給食物業的食物安全指引》（《指引》），供配製和售賣壽司、刺身和生吃肉類的食物業從業員參考。《指引》說明相關食物屬高風險食物，並概述原材料可能帶致病菌及寄生蟲，以及處理和貯存期間容易受污染等常見食物安全問題，提醒業界採取適當的風險管理措施。《指引》按營運流程提出遵循良好衛生規範的建議，包括向可靠的供應商進行採購並在收貨時查核衛生證明、在適當的溫度下貯存和解凍、設置獨立工作區和使用專用設備處理刺身和生吃肉類、按適當的時間及溫度處理壽司飯、妥善處理醬料和預先包裝的配料，以及妥善包裝和運送等。此外，《指引》提供製作流程圖，並標示控制重點，協助業界有系統地管理食物安全，為消費者提供安全優質的食品。

歡迎掃描有關的二維碼，於網上瀏覽或下載《指引》參考。





1

第九十三次業界諮詢論壇

食安中心在2026年6月25日舉辦了第九十三次業界諮詢論壇，與業界交流意見，議題包括「在零售點配製即時食用的冰凍甜點的食物安全指引」、「營養資料標籤制度」、「香港對木本堅果類椰子的致敏物標籤要求」和「食物安全日2026」。

有關活動的詳情，請瀏覽以下網頁或掃描有關的二維碼：
https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/committee/Notes_and_Presentation_Materials_TCF93_20260625.html



2

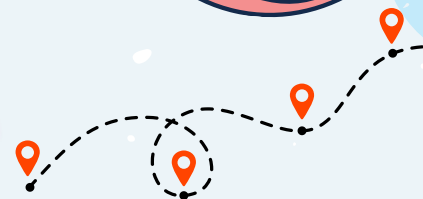
食安有獎問答 邊學邊拿禮物



想看看自己有多了解食物安全？由2026年9月起，食安中心會在《食物安全通訊》及《食物業安全廣播站》推出「食安有獎問答」，誠邀大家參加。

參加辦法很簡單：大家只要細閱本期有關食物安全的文章，然後回答三條簡單問題。有意參加者可掃描「食安有獎問答」專頁上的二維碼，進入指定網上表格，輸入答案及個人資料並提交。如全部答對，便可親臨食安中心展覽室領取精美紀念品一份，數量有限，送完即止。

如有查詢，歡迎致電2381 6096與食安中心傳達資源小組聯絡。



3 進入食安世界— 傳達資源小組展覽廳歡迎你

想更輕鬆地了解食物安全資訊？位於九龍欽州街西87號食物環境衛生署南昌辦事處暨車房4樓401室的食物安全中心傳達資源小組展覽廳，是不容錯過的好去處。展覽廳鄰近港鐵南昌站C出口，交通便利，方便市民順道參觀。

展覽廳設有多組主題展板，介紹本地及海外的食物安全個案、食安中心的風險評估研究結果，以及日常飲食的注意事項等，配合視聽設備，讓市民及業界以互動方式掌握最新的食安訊息。場內的公眾及業界資料廊備有多款單張、小冊子、海報及教材套，歡迎市民、學校及公眾團體免費索取或安排外借作教學和推廣之用。

展覽廳的開放時間為星期一至五上午8時45分至下午1時和下午2時至5時30分。如欲查詢或預約團體參觀，歡迎致電熱線 2381 6096。

此外，傳達資源小組亦編製《食物安全通訊》及《食物業安全廣播站》，並不時舉辦消費者聯繫小組聚會及焦點小組討論，收集市民對食物安全方面的意見，從而提供更切合市民需要的風險傳達訊息。



4 在海富商場舉行的 「食物安全巡迴展覽」



食安中心於2026年6月13日在海富商場舉辦「食物安全巡迴展覽」，旨在提升市民對食物安全的認識及關注。這次活動以「營養標籤」、「反式脂肪」及「食物交叉污染」為主題，透過展板介紹、現場講解及互動環節，讓市民深入了解如何正確閱讀營養標籤、減少攝取反式脂肪，以及在日常生活中預防食物交叉污染。

活動當日吸引不少市民參與，現場氣氛熱烈。參加者除可獲得實用的食物安全資訊外，亦可透過即場追蹤食安中心的社交媒體平台參與抽獎，贏取精美禮品。

食安中心將持續舉辦不同形式的宣傳及教育活動，鼓勵市民建立良好的飲食習慣，共同維護食物安全。



二氧化硫 响食物嘅應用



二氧化硫係一種用途廣泛嘅食物添加劑，可以用作防腐劑，抑制微生物生長，延長食品嘅保質期。佢同時亦係一種抗氧化劑，可以防止食物因為氧化而變啡色，有助保持食物嘅外觀同顏色。因為咁，好多種食物（例如乾果、醃菜）同飲品（例如果汁）都有用二氧化硫。不過，根據本港法例，二氧化硫並唔可以用喺新鮮、未經加工嘅冷凍或者冷藏肉類上。用呢種手法保存肉類嘅顏色，可能會誤導消費者。

事實上，二氧化硫應用喺食物上嘅做法由來已久。同其他食物添加劑一樣，二氧化硫已經通過咗國際食安機構嚴格嘅安全評估，獲評定為可以安全用喺食物上。假如按照優良製造規範喺食物中加入二氧化硫，喺正常食用情況下係安全嘅。不過，有部分人會對二氧化硫敏感，攝入後可能會出現呼吸困難、頭痛、噁心等過敏症狀。

喺香港，二氧化硫喺食物上嘅使用同喺包裝上嘅標示都受到法例規管。預先包裝食品如果加咗二氧化硫，就要喺成分表上標明佢嘅作用類別（即防腐劑）同埋本身嘅名稱（即二氧化硫）或者佢嘅國際編碼系統入面嘅編號（即220）。另外，當預先包裝食品含有亞硫酸鹽而濃度達到或者超過百萬分之十，亦要喺成分表上列明佢嘅作用類別同名稱，作為識別。

想知多啲，大家可以睇下《解讀食物中的二氧化硫》呢篇文章：



增值小測試



食安有獎問答



想輕鬆測試自己對食物安全知識的掌握程度？

今期《食物業安全廣播站》特設「食安有獎問答」，歡迎大家踴躍參加。參加方法十分簡單，只需進入下列網頁，填妥指定網上表格，輸入答案及所需資料。凡於活動期內答對全部問題的參加者，即可親臨本中心展覽室領取精美紀念品一份，數量有限，先到先得，送完即止。

問答遊戲網頁及二維碼：

<https://c.fehd.gov.hk/index.php/apps/forms/s/5foKpHLC2FFYabjjdrCzSSZz>



1

下列哪一項是預防食物交叉污染的正確做法？

- a) 把生食和熟食放在雪櫃的同一層，以節省空間。
- b) 使用同一套刀具和砧板處理生肉和即食食物，事後用清水沖洗。
- c) 把熟食或即食食物放在雪櫃上層，生食放在下層，並用保鮮紙密封生食。
- d) 為了環保，使用同一顏色的器皿盛載生食和熟食，但分開使用。



2

根據「生熟隔離」守則，在雪櫃內擺放生熟食時，哪一種做法是正確的？

- a) 熟食／即食食物放下層，生食材放上層，以防汁液滴落。
- b) 熟食／即食食物放上層，生食材放下層，以防汁液滴落。
- c) 生熟食物可隨意放在同一層，只要用保鮮紙包好即可。
- d) 生食材放上層，熟食／即食食物放下層，方便取用。

3

預製菜的食物安全要點可以用「整裝待發」來歸納。下列哪一項不屬於「裝」這個步驟的要點？

- a) 負責包裝的員工需經常保持個人、環境和用具清潔
- b) 預製菜在貯存和運送期間應保持適當的溫度
- c) 預先包裝預製菜應詳細列明處理食物的指示
- d) 確保食物在包裝過程中免受污染



條款及細則

1. 參加者須於活動期內透過本中心指定的網上表格提交答案及所需個人資料。網上表格可經刊載於《食物業安全廣播站》的問答遊戲網址進入。
2. 每位參加者每期刊物只限參加問答遊戲一次，並只可領取獎品一份。
3. 參加者必須答對全部問題，方符合領獎資格。
4. 參加者提交的資料只會用於處理本有獎問答活動、核實參加資格，不會作其他用途，亦不會向第三方披露。
5. 參加者須提供真實和正確的資料。如資料不全、不正確、重複提交或有任何舞弊情況，本中心有權取消其參加或領獎資格。
6. 獎品須由得獎者本人於指定時間內親臨本中心展覽室領取，領獎時須出示可供核實身分的資料（已登記的姓氏及電話號碼最後4位數字）。
7. 獎品數量有限，先到先得，送完即止。參加者前來領獎前，可先致電查詢獎品存量。
8. 展覽室地址為九龍欽州街西87號食物環境衛生署南昌辦事處暨車房4樓401室。開放時間為星期一至五上午8時45分至下午1時和下午2時至5時30分，星期六、日及公眾假期休息。如有需要，可先致電查詢。
9. 本期有獎問答的正確答案將於下一期同一刊物內刊登，供讀者參考。
10. 本中心保留對本活動及獎品安排的一切最終決定權，包括解釋、修改、暫停或終止活動的權利。



食安成語廊 - 整裝待發

食安仔忙什麼？

香港人個個都忙到飛起，預製菜因為方便快捷，近嚟越來越普遍。

預製菜泛指用一種或者多種食物配料製作，經過加工（例如分切、混合、醃泡、調味等）同埋／或者配製（例如煎炸、燒烤、蒸煮等）之後，製成嘅成品或者半成品菜餚。製作預製菜有咩食安要點要注意？食安博士就用「整裝待發」四個字嚟歸納，幫大家理解：

- 整
 - 從認可可靠嘅來源購入食材；
 - 生產預製菜嘅過程要嚴格遵從良好衛生規範；
 - 適當加工同處理預製菜（例如充分加熱），以有效減少成品受微生物污染嘅風險。
- 裝
 - 負責包裝嘅員工要經常保持個人、環境同用具清潔，避免食物受污染；
 - 預先包裝嘅預製菜，包裝上應該詳細列明處理食物嘅指示，例如貯存環境、烹煮時間、溫度、方法等，以便消費者跟從。



- 待發
 - 經冷卻嘅預製菜，係整個貯存同運送期間應該保持適當嘅溫度（冷凍食物放喺攝氏4度或以下，冷藏食物放喺攝氏零下18度或以下）。

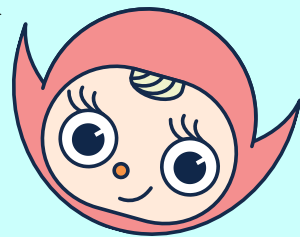
市民購買預先包裝嘅預製菜，要記住以下事項：

- 留意預製菜嘅保質期；
- 按照包裝上嘅指示貯存、烹煮或加熱預製菜；
- 閱讀營養標籤，選擇較健康嘅食物。

有關預製菜嘅詳細建議，可以睇呢度：

https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/trade_zone/safe_kitchen/Prepared_dishes.html

歡迎掃描有關嘅二維碼喺網上瀏覽或下載《預製菜-給食物業和消費者的食物安全建議》小冊子參考：



有關此刊物

本刊物的網上版本已上載至食安中心網頁(www.cfs.gov.hk)，歡迎瀏覽網頁或掃描旁邊的二維碼。如有查詢，請致電 2381 6096 與食安中心傳達資源小組聯絡。



參觀傳達資源小組展覽室

食安中心的傳達資源小組展覽室位於港鐵南昌站C出口附近，設有展覽廳、公眾及業界的資料廊，配有視聽設備，以供市民和業界直接了解香港的食物安全資訊，免費入場，歡迎參觀。(有關最新的到訪安排，可瀏覽網頁www.cfs.gov.hk)

地址：九龍欽州街西 87 號食物環境衛生署南昌辦事處暨車房4樓 401 室

查詢電話：2381 6096

電郵地址：rc@fehd.gov.hk

開放時間：星期一至五：上午 8 時 45 分至下午 1 時；
下午 2 時至 5 時 30 分

星期六、日及公眾假期休息

