

預防食品中毒 五要二不原則

【五要：洗鮮分熱存，要落實】



01.洗

要**洗**手

飯前、如廁後及處理食品前後應徹底洗淨雙手，手部有傷口要先包紮。



03.分

要生熟食**分**開

處理及盛裝生熟食需使用不同器具，避免交叉污染。



05.存

要注意保**存**溫度

冷藏溫度需低於 7°C，其中已烹調食品，或是易腐敗食品及其原料，建議於 5°C 以下保存；熱藏溫度則需高於 60°C。



02.鮮

要新**鮮**

食材要新鮮，用水要衛生。



04.熱

要澈底加**熱**

食品中心溫度超過 70°C，細菌才容易被消滅。

【二不：山泉與動植，不採食】



01.不飲用**山**泉水

飲水要先煮沸再飲用，避免生飲山泉水。



02.不食用不明的**動**植物

對於不知名的動植物，應遵守「不採不食」原則。