

保育所給食衛生管理マニュアル

◎本マニュアルは厚生労働省が策定した「大量調理施設衛生管理マニュアル」の趣旨に基づいて作成しています。

◎日々の作業については給食室衛生管理業務日誌（参考様式1～2）に必ず記録して下さい。

◎この他、月に1度給食室点検業務月報（参考様式3）にて調理室内を点検および重点清掃し、施設長による巡回を受けて下さい。

調理従事者の衛生管理

- ・ 常時調理に携わる職員は検便を1カ月に2回必ず行い、10月～3月にかけてはノロウイルス検査を実施すること。
- ・ 下痢、発熱、嘔吐など体調不良を起こしている場合、調理作業はできないので、すぐに原因を調べ治療する。
- ・ 手指に傷や化膿傷がある場合、原則として調理作業はできない。ただし軽度でどうしても作業が必要な場合、ビニール手袋をはめて行うこと。ビニール手袋は消毒の必要はないが、衛生のため小分けしないで必要な分だけ取り出して使用すること。
- ・ 腕時計や指輪などアクセサリー類はつけない。
- ・ 爪は短く切り、マニキュアはしない。

調理作業用衣服について

- ・ 調理作業につく時は、白衣、三角巾、エプロン（前掛け）、コックシューズ、マスクを着用する。三角巾は、髪の毛がはみ出ないように包み込む。エプロンは作業工程ごとに専用のものかえること。
- ・ 調理室には、専用の履物をおく。
室内専用の履物のまま、室外に出ないこと。
- ・ トイレを使用する時は、必ず白衣、三角巾等を取る。
また、使用した後は、白衣等をつける前に手を洗うこと。

作業面について

<手洗い>

調理作業は手洗いに始まり、手洗いに終わるといわれるほど「手洗い」は大切なものです。以下の時に、確実に手洗いを行って下さい。

- ・調理、給食作業を行うまえ。
- ・作業中、汚れた野菜、器具、その他汚染されたものを取り扱ったあと。
- ・作業中に卵、肉、魚介類を扱ったあと。
- ・1作業工程ごとに手を洗うこと。
- ・調理食品を直接扱う時、配膳する時。
ただしこの場合は、必ずビニール手袋をはめて作業すること。
- ・トイレから出たあと。
ただしこの場合は、白衣をつける前に手を洗うこと。

手洗いの手順・・・P11参照

- ① 水を手でぬらし、石けんをつける。
 - ② 指、うでを洗う。特に指の間、指先をよく洗う。（30秒程度）
（ツメの間はブラシ使用。）
 - ③ 石けんを流水でよく洗い流す。（20秒程度）
 - ④ 使い捨てペーパータオルでふく。
 - ⑤ 消毒用のアルコールをかけて手指によくすりこむ。
- ※ 爪ブラシは個人用とし、手洗いに直接置くのではなくブラシ部分が清潔に保たれるように設置すること。

<使用水の衛生管理>

- ・使用前は水を数分流す。塩素濃度を測定する場合も数分流してから測定すること。（休日明けは特に十分流してから測定する。）
- ・始業前、終業後（毎日2回）に塩素濃度を測定し、0.1 ppm以上の濃度があるかどうか確認すること。
- ・測定する蛇口は1日2回のうち始業前は固定し、終業後は色々な場所を測定すると良い。

次亜塩素酸溶液の作り方

※次亜溶液は納入された日付を明記し、1～2月程度で使い切ること。

・消毒するもの	果物・野菜	器具・調理台等
・次亜溶液の濃度	200ppm	200ppm
・浸漬時間	5分	5分（器具のみ）
・うすめ方（水1Lに対して）		
有効塩素 14%の場合	1.5ml	1.5ml
12%の場合	1.7ml	1.7ml
10%の場合	2.0ml	2.0ml

<調理室・調理器具の衛生>

調理台・配膳棚・配膳台

- ・調理に入る前に200ppmの次亜塩素酸ナトリウム溶液（以下次亜溶液とす

る)で拭いてから作業にとりかかる。

- ・作業中も必要に応じて次亜溶液で拭いてから次の作業に入ること。

まな板・包丁

- ・原材料、パン、肉、魚、野菜、果物、調理済み食品用に分けて使う。
- ・保存用の原材料を採取するときのまな板、包丁は専用のもので調理用と混同しないこと。
- ・使用後は全面を洗剤、流水で洗浄し200ppmの次亜塩素酸ナトリウム(5分)で消毒し流水で洗い流し乾燥後、包丁まな板器具殺菌庫で消毒後(3時間)、保管すること。殺菌庫に入れていないものを使用する場合、まな板は200ppmの次亜溶液で消毒し、流水で十分すすいでから使用する。包丁は洗浄後、水気をペーパータオルでふきとり、アルコールを噴霧してから使用すること。使用中汚れた場合も同じようにする。

ザル・ボール等の調理器具

- ・熱風消毒保管庫または包丁まな板器具殺菌庫に入れて消毒するが、入らないものについては使用前に200ppmの次亜溶液で5分間消毒し、流水で十分すすいでから使用する。
- ・二次汚染防止のため、調理前と調理済用に分けて使用する。

パン箱

- ・熱風消毒保管庫に入れて消毒するが、入らないものについては使用当日に200ppmの次亜溶液(専用のバケツ使用)で拭き、清潔なぞうきんでからぶきすること。

配膳カゴ

- ・使用前後に200ppmの次亜溶液(専用のバケツ)拭き、配膳棚にしまう。

やかん

- ・使用後は洗浄・乾燥し、使用前に熱湯または次亜溶液で消毒するが、スペースがあれば消毒保管庫に入れて消毒する。

ふきん

- ・洗浄後、かたく絞り、熱風消毒保管庫に入れる。(吹出し口付近は不可)

食器

- ・洗浄後、熱風消毒保管庫で消毒する。
食器洗浄機を使用する場合、汚れのひどいもの以外は下洗い不要。

たわし・スポンジ

- ・食品洗い用、食器洗浄用、食器中すすぎ用、釜洗い用、調理器具洗浄用など用途別に分けることが望ましい。
- ・消毒は200ppmの次亜溶液に1時間以上(一晚)浸し、流水で洗い流す。

< 冷蔵庫・冷凍庫 >

- ・調理用冷凍冷蔵庫と保存食用冷凍庫はそれぞれ専用とし、混同して使わない。また、給食で使用する食品以外は絶対に入れないこと。
- ・庫内温度は、調理用冷蔵庫 5℃以下 冷凍庫 -18℃以下
保存食用冷凍庫 -20℃以下とする。
- ・1日2回、庫内温度の確認と記録を行う。

- ・戸扉の開閉は短時間に速やかに行う。
 - ・冷凍庫内、冷蔵庫内は清潔にし、定期的に次亜溶液で拭き消毒をす
- <熱風消毒保管庫>

- ・消毒保管庫の設定は90℃で30分以上とし、消毒が終了した後は翌日の給食時まで扉を開けない。
- ・設定値の温度および運転時間の確認は毎日行う。
- ・消毒保管庫内は熱風が循環しやすいように器具を収納し、吹き出し口になる下段には、はしやふきんなどの燃える恐れのあるものを置かない。

<包丁まな板殺菌庫>

- ・濡れているものは拭くか、乾燥してから収納すること。
- ・殺菌時間は3時間とし、タイマーで設定しておくこと。
- ・殺菌灯は切れたらすぐに交換すること。その際、交換日を記載し、機器に貼っておくこと。

<食材の取り扱い>

- ・ハム、ウィンナー、かまぼこ、ちくわ、しらす等は茹でる等、必ず加熱してから調理に使用する。
 - ・生で食べる果物や野菜（ミニトマトなど）は十分に水洗いをする。また、必要に応じて200ppmの次亜溶液で5分間消毒したのち、十分に流水ですすぎ洗いを行うこと。
 - ・食品を次亜溶液で消毒する時は、食品専用のタライで行う。
 - ・野菜の下洗いは下処理室で行い、土などを洗い落してから調理に入る。
 - ・食品を和える時、調理済み食品の配膳時、盛りつけ時にはビニール手袋を着用して行う。（盛りつけ時はトングを使用すると良い）
- なお、相互汚染を避けるため、ビニール手袋をしたまま、他の器具などを触らないこと。

加熱調理の中心温度測定法

… 別表参照 (P9)

<茹で物>

- ① 調理途中で適当な時間を見はからって、釜の中心1ヶ所の茹で汁の温度または雰囲気温度※1ヶ所を測定し、85℃以上に達していた場合には、それぞれの中心温度を記録するとともにその時点からさらに90秒以上加熱する。その後、流水で熱をとって中心温度と測定時刻を記録し、速やかに冷却専用の冷蔵庫等へ入れ、温度を急速に下げ工夫を行うこと（30分以内に20℃付近又は60分以内に10℃付近が望ましい）。

また、出庫の際には測定温度と時刻も記録すること。

ただし、わかめやほうれん草（葉菜類）等は火が通り過ぎてしまうため、釜のお湯が沸騰していることを確認し、その釜の中心付近の温度を記録するとともに5秒以上加熱すること。また、測定時刻を記入すること。

※ 雰囲気温度

中心温度計の針に刺さらない小さな（薄い）具材を測定するような場合にザ

ルなどで具材を集め、その中に中心温度計を接触させて測定する温度。

<煮物・炒め物>

調理の順序は食肉類の加熱を優先すること。食肉類、魚介類、野菜類の冷凍食品を使用する場合には、十分解凍してから調理すること。

- ① 調理の途中で適当な時間を見はからって、最も熱が通りにくい食材を選び、食品の中芯温度を3点以上測定し、すべての点において85℃以上に達していた場合には、それぞれの中心温度を記録するとともにその時点からさらに90秒以上加熱する。また、測定時刻も記録すること。
- ② なお、中心温度を測定できるような具材がない場合には、雰囲気温度※を3点以上測定する。
複数回同一の作業を繰り返す場合にも、同様に点検・記録を行う。

<汁物>

- ① 調理の途中で適当な時間を見はからって、釜の中心付近の汁の温度を1点測定し85℃以上に達していた場合には、その中心温度を記録するとともに、その時点からさらに90秒以上加熱する。また、測定時刻も記録すること。

<揚げ物>

- ① 油温が設定した温度以上（160℃～180℃）になったことを確認する。
- ② 調理の途中で適当な時間を見はからって食品の中心温度を3点以上測定し、すべての点において85℃以上に達していた場合には、それぞれの中心温度を記録するとともにその時点からさらに90秒以上加熱する。また、測定時刻も記録すること。
- ③ なお、複数回同一の作業を繰り返す場合にも、同様に点検・記録を行う。

<焼き物・蒸し物>

- ① 調理の途中で適当な時間を見はからって食品の中心温度を3点以上測定し、すべての点において85℃以上に達していた場合には、それぞれの中心温度を記録するとともにその時点からさらに90秒以上加熱する。また、測定時刻も記録すること。
- ② なお、複数回同一の作業を繰り返す場合にも、同様に点検・記録を行う。

<その他>

- ① 白飯については熱が通らないと炊けないので中心温度は測定しなくても良い。
- ② 中心温度計の校正は毎月実施し、給食室点検業務月報に記録する。

業者からの食品の納入

- ・業者からの食品の納入は、検収室（下処理室）で行う。
- ・下処理室には業者専用のはき物を用意すること。
- ・原材料については品名、仕入れ先、生産者（製造又は加工者）の名称、ロットが確認可能な情報（年月日表示又はロット番号）、納品日を記録すること。
- ・原材料の納入に際しては必ず職員が立ち会い、検収場で品質、鮮度、品温、異物混入等について点検を行い、記録簿に記入する。不適當なものはその場で業者に交換を依頼する。
- ・納品された食品は清潔な容器に移し替えて冷蔵庫等に保管する。
（特に、肉類、魚介類の注意）
- ・納入時に食材が入っていた段ボール、袋等はすぐに処分し、調理スペースへは持ち込まない。→下処理室であっても不可
- ・冷凍食品は使用する量を納入することが望ましいが、少量の納入ができない場合は開封した日付を明記し、早めに使い切る。ただし、一度解凍した冷凍食品は雑菌が繁殖しやすいので、その日に使い切ること。
- ・冷凍魚は、よく水洗いをしてから調理する。
- ・当日使用した食材が何らかの理由で余った場合は、賞味期限のあるものについては基本的に使用してもよい。
ただし、冷蔵保存が必要な食品（牛乳・乳製品等）については翌日までを使い切ること。野菜・果物についても同じように処理する。

検収記録簿の記載方法

< 検収記録簿 >

検収記録簿には以下の2類あり、②は①の補助簿的役割として使用する。したがって、①の検収記録簿を見てすべての記録がたどれるようにする。

- ① 「検収記録簿」… 日々納入された食材を記録する。
- ② 「検収記録補助簿」… 日々の検収記録簿に記載が難しい場合、覚書として使用する。例えば使用日前に一括納入されるものや納入時に全て使用できないもの（調味料・乾物）など。

< 記入上の注意点 >

- ① 検収者のサインは印鑑または手書きで1品目ごとに記入し、〃は不可。また数種類の食品を同一人物が検収した場合は、、でまとめてサインは一箇所としても良い。
- ② 記入は鉛筆でなくボールペンやサインペンで行い、発注量や記述の訂正については二重線を引き（＝見え消し）特に訂正印はいらない。修正液や消しゴムは使用しないこと。
- ③ 必要でない箇所は斜線で消すこと。

< 乾物・調味料 >

- ① 乾物や調味料など1度で使い切れないものは必ず納入日を袋やビンに記入しておく。
- ② 「一括発注・調味料・乾物検収記録簿」に記載してある調味料等については日々の「検収記録簿」には日付のみの記載で良い。
- ③ 「検収記録補助簿」に記載してある調味料等を使い切った時は使用完了日の欄にその日付を記入すること。

< 賞味期限・消費期限 >

- ① 期限表示がない場合は製造年月日を記入する。
- ② 精白米については製造年月日もないので、精米日を記入する。
- ③ 砂糖や塩の賞味期限についてはその保存状態によっては長期保存が利くため特に表示義務がない。また製造年月日も記載されていない場合が多い。ただし、袋に製造ロット番号が表示されている場合が多いのでこれを記入する。なにも記載されていない場合は納入年月日のみを記入し、品質をよく確かめてから使用する。

< 食材の品質管理温度の測定 > … 別表参照 (P10)

食材の鮮度を確認するために測定する。基準温度に関しては別紙の一覧表「品質管理温度一覧」を参照のこと。
測定時には業者に立ち会ってもらい、お互いに確認すること。

- ① 何箇所か測定した場合、基準温度から一番離れている温度を記入する。
- ② チーズ、バターなど箱に入っているものは、箱の表面温度を測定する。
- ③ プリン、ヨーグルト、ゼリーなどを測定する時は容器の側面を測定すること。もしも、金属製のふたの上から測定すると、測定器は金属に対しては高温を計測するので正確な温度が測定できない。

< その他 >

- ① 精白米については銘柄（あきたこまち・こしひかり等）も記載する。
- ② アレルギー用食材、離乳食用食材については備考欄に記入する。食材が多い場合は白紙の検収記録用紙を使用しても良い。

調理室内の管理、薬品保管等について

- ・ 調理室内は換気をよくし、常に清潔を保つようにする。
- ・ 調理室の出入口、下処理室の搬入口、配膳棚の搬出口は要のない時は、常に扉を閉めておく。
- ・ 調理員以外の給食室の出入りは、原則として禁止であるが、やむを得ず必要のある場合、必ず給食室専用の履物をはき、すみやかに出入りする。
- ・ 下処理室にゴミ箱や空き缶を置いたままにしない。
- ・ トイレは調理員専用のトイレを設置し、他の職員と区別する。
- ・ 「食品類」と、「薬品類及び洗剤等」の保管場所は区別する。

- ・調理室や収納庫に置いてある、洗剤、次亜溶液、薬品類は、必ず容器に名前を書いておく。
- ・使用しない調理器具は、戸棚のあるところは、戸棚に収納する。
- ・掃除道具は、給食室専用のもものと、給食室以外ものに分けて保管する。
- ・調理室内の清掃は、原則として毎日行う。

保存食について

保存食は食中毒発生等事故があった場合、その原因究明の材料として用いる物です。以下のように取り扱って下さい。

<原材料の保存>

- ・原材料は、洗浄、消毒等を行わず、購入した状態で採取する。
- ・1品目につき可食部を約50g可食部採取する。検体の量が50gを確保できない食品（ごま・青のり等）は、一食分の量を保存する。
- ・採取するのに使用する包丁、まな板は専用のもとする。
- ・包丁、まな板は二次汚染を防ぐため、1品目採取ごとに、水洗い→ペーパータオルで水気をとる→アルコール噴霧で消毒を行う。
- ・肉類、魚介類を扱う時は、ビニール手袋等を使用する。
- ・卵は1個そのものと、溶き卵を採取すること。
- ・保存容器は、厚さ0.04mm以上で密封のできるポリ袋を使用し、1袋に1品ずつ採取する。その際、しっかり空気を抜いて密封すること。
- ・保存食用冷凍庫で、-20℃以下で、2週間保存する。
（廃棄日が休日の場合は翌開園日）

原材料として採取しなくてもよいもの

- ① 主食のうち、米、乾麺
- ② 調味料
塩、砂糖、酢、みりん、しょうゆ、酒、ソース、みそ、こしょう
マヨネーズ、ケチャップ等
- ③ だし用の削節・昆布・干椎茸
- ④ 缶詰
- ⑤ **ロット番号があるもの**

<調理済食品の保存>

- ・調理完了後、配膳する状態のものを約50g採取、保存する。
- ・採取する場合はしっかり空気を抜き、熱をとってから密封する。
- ・ヨーグルトやジュースなど単体のものは未開封のまま保存する。
- ・消毒したみかんやいちごなど、小さい果物は1個ごと保存する。
- ・菓子類などは調理済み食品として保存する。
- ・500ml、1Lパックを使用した時は、50cc採取して保存する。
- ・保存容器は、厚さ0.04mm以上で、密封のできるポリ袋を使用する。
- ・保存食用冷凍庫で、-20℃以下で、2週間保存する。
（廃棄日が休日の場合は翌開園日以降）

中心温度の測定方法

調理方法	測定か所 … 1工程ごと	中心温度	測定後の加熱時間
茹で物① (きゅうりを含む)	釜の中心1か所の茹で汁の温度 または <u>雰囲気温度</u> 1か所を測定	注1) 85℃以上	90秒以上
茹で物② わかめ・葉菜類 など	釜の中心1か所の茹で汁の温度 ※ 葉菜類 … ほうれん草、キャベツなど、 火がすぐに通るもの	注2) 沸騰水 (100℃)	5秒以上
煮物	釜の中心1か所・両端2か所 計3個の煮えにくい具材の中心を測定	85℃以上	90秒以上
炒め物	釜の中心1か所・両端2か所 計3か所の具材の中心を測定 ※ させる具材がない場合は <u>雰囲気温度</u> を測定	85℃以上	
汁物	釜の中心1か所の汁の温度を測定	85℃以上	
揚物	<u>3個の揚げもの</u> の中心を測定	85℃以上	
焼物	オーブンの各段(上・中・下段) 1か所ずつ計3個の焼き物の中心を測定	85℃以上	
蒸物	釜の中心1か所・両端2か所 計3個の蒸し物の中心を測定	85℃以上	
白飯 炊き込み御飯	中心まで火が通らないと米が炊けないので測定不要 ※ <u>混ぜ御飯で具とご飯を別に調理する場合には具の加熱中心温度を測定すること。</u>	/	/

例) 唐揚げを3回揚げた場合は1回揚げる工程ごとに3個の唐揚げの中心温度を測定するので
3工程×3個=9個(回)の測定が必要。

※ 雰囲気温度 … 中心温度計の針に刺さらない小さな(薄い)具材を測定する場合にザルなどで具材を集め、その中に中心温度計を接触させて測定する温度。

注1) きゅうりについては、公益社団法人日本食品衛生協会月刊誌「食品衛生研究Vol. 69」掲載「丸体キュウリの効果的な殺菌方法の検討」を参考とし、調理時の形状に関係なく加熱中心温度85℃90秒以上とした。

注2) 処理温度、時間については、科学研究費助成事業研究成果報告書「大量調理における生食用

野菜の殺菌方法の有効性についての検討」を参考とした。

原材料、製品等の保存温度

食品名	保存温度
穀類加工品（小麦粉、デンプン）	室温
砂糖	室温
食肉・鯨肉	10℃以下
食肉製品	10℃以下
冷凍食肉製品	-15℃以下
ゆでだこ	10℃以下
冷凍食品	-15℃以下
魚肉ソーセージ、魚肉ハム及び特殊包装かまぼこ	10℃以下
冷凍魚肉ねり製品	-15℃以下
液状油脂	室温
固形油脂（ラード、マーガリン、ショートニング、カカオ脂）	10℃以下
殻付卵	10℃以下
ナッツ類	15℃以下
チョコレート	15℃以下
生鮮果実・野菜	10℃前後
生鮮魚介類（生食用鮮魚介類を含む。）	5℃以下
乳・濃縮乳	10℃以下
クリーム	10℃以下
バター	15℃以下
チーズ	15℃以下
練乳	15℃以下
清涼飲料水 （食品衛生法の食品、添加物等の規格基準に規定のあるもの については、当該保存基準に従うこと。）	室温

※ ケーキやワッフルなどクリーム類を含むものは10℃以下で納入のこと。

手洗いの手順

かならず手を洗いましょう。

- ◆ トイレに行ったあと
- ◆ 料理の盛付けの前

- ◆ 調理施設に入る前
- ◆ 次の調理作業に入る前



1 時計や指輪をはずしたのを確認する



2 ひじから下を水でぬらす



3 手洗い石けんをつけて



4 よく泡立てる



5 手のひらと甲 (5回程度)



6 指の間、付け根 (5回程度)



7 親指洗い (5回程度)



8 指先 (5回程度)



9 手首 (5回程度)
腕・ひじまで洗う



10 水で十分にすすぎ



11 ペーパータオルでふく
(手指乾燥機で乾燥する)
タオル等の共用はしないこと



12 蛇口栓にペーパータオルをかぶせて栓を締める



13 アルコールを噴霧する*
(水分が残っていると効果減)



14 手指にすり込む (5回)

3～9までを2回くり返す
2回くり返し、菌やウイルスを洗い流しましょう。

*アルコールはノロウイルスの不活化にはあまり効果がないといわれています。