

## EL MANTENIMIENTO DE LOS ALIMENTOS - EL METODO SEGURO

<p><b>MANOS</b></p> 	<p>Lávese las manos antes de empezar a trabajar en su lugar asignado por primera vez cada día, entre cada tarea, después de ir al baño, después de fumar, después de tocar platos sucios, y antes de preparar comida.</p>
<p><b>AREA DE TRABAJO</b></p>	<p>Lave, enjuague y esterilizar las áreas de preparación, utensilios y equipo después de cada período de uso, entre los períodos que se preparen diferentes tipos de alimentos y entre alimentos cocidos y crudos.</p>
<p><b>PERIODOS DE TIEMPO Y TEMPERATURA</b></p>	<p>No deje comidas con alto contenido de proteína, (comidas que pueden ser perjudiciales) a temperatura ambiental más de un total de 4 horas después de sacarse de una temperatura de 40 grados F o menos, o 135 grados F o más. Este período de tiempo es aplicable a alimentos que están preparándose tanto como aquéllos en espera de prepararse o servirse.</p>
<p><b>ALIMENTOS CALIENTES</b></p>	<p>Los alimentos que se sirven calientes deben mantenerse a 135 grados F o más, la temperatura interna del alimento.</p>
<p><b>ALIMENTOS FRIOS</b></p>	<p>Los alimentos que se sirven fríos deben mantenerse a 41 grados F o menos, la temperatura interna del alimento.</p>
<p><b>ALIMENTOS CONGELADOS</b></p>	<p>Almacene los alimentos congelados a 0 grado F o más frío. Descongélalos de modo que la temperatura interna nunca exceda de 41 grados F. No descongele alimentos a la temperatura ambiental</p>
<p><b>INSECTOS &amp; ROEDORES</b></p>	<p>Se deben controlar los insectos y roedores manteniendo un local limpio y bien iluminado, y cerrando cualquier abertura por donde pudieran entrar.</p>
<p><b>MANTENIMIENTO DEL LOCAL</b></p>	<p>Las migajas el polvo, la grasa, la suciedad y el agua facilitan el desarrollo bacterial. No contribuya a la sobrevivencia de insectos y roedores; no deje que los desechos se acumulen de un día para otro en los pisos, las mesas y las superficies de trabajo. Limpie el local diariamente.</p>
<p><b>ALMACENAMIENTO</b></p> 	<p>Almacene todos los alimentos, artículos de servicio y de papel, elevados por lo menos 6 pulgadas sobre el piso para facilitar la limpieza apropiada. Elimine lugares donde los insectos y roedores puedan esconderse. El almacenamiento adecuado también elimina el desperdicio debido a la contaminación por la suciedad y el agua usada para trapear</p>
<p><b>MANEJO</b></p>	<p>Sólo toque los alimentos después de lavarse las manos. No toque los alimentos con las manos sin guantes si los alimentos no van a ser cocinados a una temperatura mayor. En este caso use tenacillas, cucharones, tenedores, cucharas o guantes desechables.</p>
<p><b>SERVICIO</b></p>	<p>Cuando se sirvan los alimentos no los toque al servirlos, use utensilios para hacerlo. No deje los alimentos a la temperatura ambiental. <i>Mantenga los alimentos calientes, calientes y los fríos, fríos.</i></p>
<p><b>LIMPIEZA</b></p>	<p>En el negocio de servir comidas, la limpieza absoluta es muy importante. Limpie todas las paredes, pisos, estantes, equipo y utensilios, por lo menos diariamente. Mantenga procedimientos y horarios aceptables para la limpieza.</p>
<p><b>APARIENCIA PERSONAL</b></p>	<p>Nadie disfruta de comer en un restaurante donde el personal de servicio tiene cabello largo y sucio o lleva ropa sucia y descuidada. De hecho, la mala apariencia personal ocasiona más pérdida de clientes que la mala comida. Así que, manos y ropa limpias, redecillas para el cabello y buena higiene personal son parte del trabajo.</p>