

# Almacenamiento Correcto De Los Alimentos

**Manténgalo cubierto y Manténgalo limpio**  
Almacene los alimentos en el refrigerado en la siguiente orden:

**Comida Preparada**

Arriba



**Frutas y Hortalizas**



**Pescados y Mariscos**



**Res/Cerdo**



**Carne Molida**



**Pollo Crudo**

Abajo



  
**ALLEN COUNTY**  
PUBLIC HEALTH

Cortesía de El Paso County, Colorado Public Health

3/27/2015

**Trabajando juntos para prevenir enfermedades alimenticias.**

# Temperaturas de Coccion

**Mantener la temperatura especificada durante 15 segundos para matar a las bacterias**



## Las Aves de Corral 165°F

- Incluye pollo, pavo, pato y ganso
- Sopas, rellenos, guisos
- Relleno de carne: pollo, pescado y pasta
- Las sobras (recalentar)



## Carne Molida 155°F

- Incluye hamburguesas, pastel de carne y otras carnes molidas y pescado molido
- Los huevos frescos encascaron - cocinados y mantenidos para el servicio (por ejemplo, huevo revuelto)



## Carnes y Pescado 145°F

- Incluye carne de cerdo, jamón, carne de res, carne en conserva, carnes asadas
- Carne de res, cordero, ternera, cerdo (filetes o chuletas)
- Pescados, mariscos
- Huevos

**Lave y desinfecte su termómetro después de cada uso.**



**Trabajando juntos para prevenir enfermedades alimenticias.**

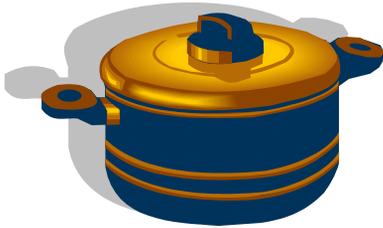
# Descongelación Segura



En un refrigerador



Con agua fría



Como parte de la  
cocción



En el microondas

**No permita que la comida este  
por encima de 41°F por mas  
de 4 horas!**



# Métodos de Lavado de Manos

- ✓ Use jabón y agua tibia.
- ✓ Frote las manos enérgicamente durante 20 segundos.
- ✓ Lavar todas las superficies, incluyendo:

- Dorso de las manos
- Las muñecas
- Entre los dedos
- Debajo de las uñas



- ✓ Enjuague bien!
- ✓ Seque las manos con una toalla de papel.
- ✓ Cierre el grifo usando una toalla de papel en lugar de las manos.



Cortesía de El Paso County, Colorado Public Health

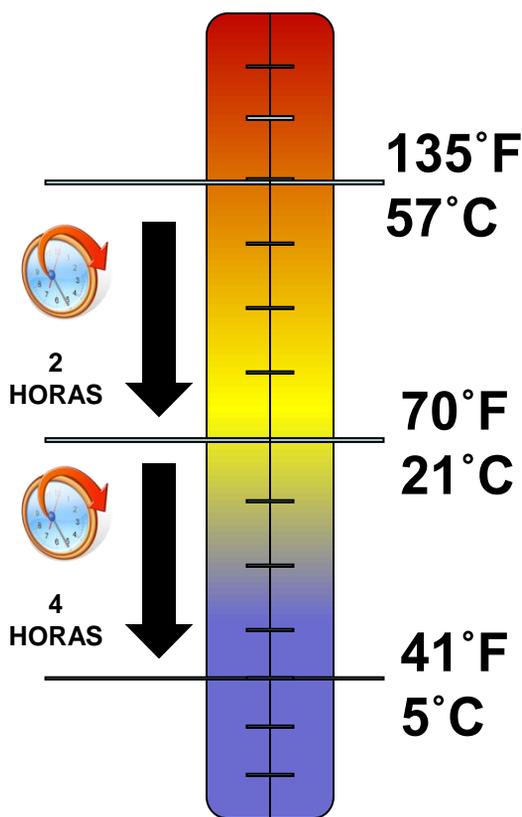
# Enfriamiento Rápido Significa Alimento Seguro

•Cuanto más rápido se puede enfriar nuestros productos, menos tiempo se permiten las condiciones para el crecimiento bacteriano en la zona de peligro, de 41°F - 135°F.

• Si usted no cumple con los parámetros de tiempo / temperatura la comida debe ser desechada . Durante la primera etapa de enfriamiento (135 a 70°F) si usted sabe que su producto no se enfriará en 2 horas, pero no ha pasado el límite de 2 horas el tiempo, es posible que se vuelva a recalentar a 165°F, una vez e intentar el proceso de enfriamiento de nuevo.

## Factores Que afectan la Velocidad del Enfriamiento de los Alimentos:

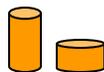
### Enfriamiento Adecuado



**CONTENEDORES:** Metales como Aluminio y acero inoxidable enfrían los alimentos más rápido. Vidrio y el plástico son aislantes, así que la comida se enfría más lentamente



**VOLUMEN:**



Reducir las cantidades grandes de alimento se calienta a cantidades más pequeñas. Pequeñas cantidades en ollas de metal poco profundas enfrían más rápido.

**AGITACIÓN:**



Acelerar el enfriamiento agitando los alimentos. Revuelva los alimentos cada 15 minutos o cada vez que pasan por ahí.

**CIRCULACIÓN DEL AIRE:**



Para enfriar los Alimentos mas rápido, enfríe parcialmente descubriendo la comida ,luego cubrir una vez que la comida está fría. Apilando cazuelas bloquean la circulación del aire. Cuando se apilan el montón de cacerolas se convierten en una unidad de calor grande. Maximizar el flujo de aire en el refrigerador mediante el uso de bastidores de alambre comerciales no bloquear los ventiladores.

Grandes cantidad de alimentos calientes deben ser enfriado por uno de estos métodos:

1. Contenedores metálicos No más del 3 "de profundidad
2. Usando una pala de hielo congelado o en el tubo de hielo
3. Usando de un baño de hielo, revolviendo con frecuencia (el nivel del hielo debe ser la misma profundidad que fuera, ya que el producto que está dentro, para ser eficaz).

Nota : el uso de registros de refrigeración es recomendado.



# Calibración de un termómetro bimetálico de varilla

## Cuando :

- Por lo menos una vez a la semana
- Después de un termómetro se ha caído o manejo rudo
- Después de cambios de temperatura extrema



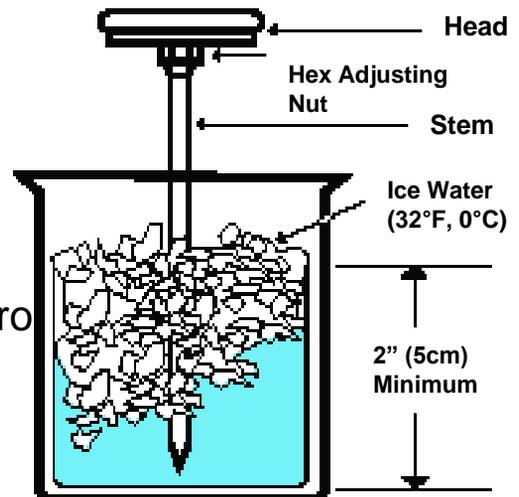
## Cómo:

- Llene un vaso de tamaño mediano con mitad de hielo y mitad de agua. Ponga el termómetro en el vaso de agua helada.
- Esperar 3 minutos, revuelva el agua de vez en cuando.
- Después de 3 minutos, el termómetro debe leer 32°F.

## Acción Correctiva :

Si el termómetro no lee 32°F:

1. Dejarlo en el agua helada.
2. Con unos alicates o una llave de ajustable, gire la tuerca de ajuste en la parte posterior del termómetro hasta que la aguja lea 32°F (puede ser necesario añadir más hielo).
3. Esperar 3 minutos, revuelva ocasionalmente.
4. Después de 3 minutos, el termómetro debe leer 32°F (si no, repita la acción correctiva).



# Desinfectante Químico

## Concentraciones

**Cuando se usa para lavar platos manualmente, maquina lava platos, baldes, trapos de limpieza y desinfectante:**

- Cloro (lejía) - 50 a 100 ppm\*
- Yodo – 12.5 a 25 ppm
- Cuaternarios de amonio – 200-400 ppm

**¿Con qué frecuencia debo higienizar/o desinfectar**

- Para artículos de uso continuo (Ej. pinzas de perros calientes) desinfectar cada 4 horas.
- Para artículos que no son de uso continuo, desinfectar cuando se ensucien

.....

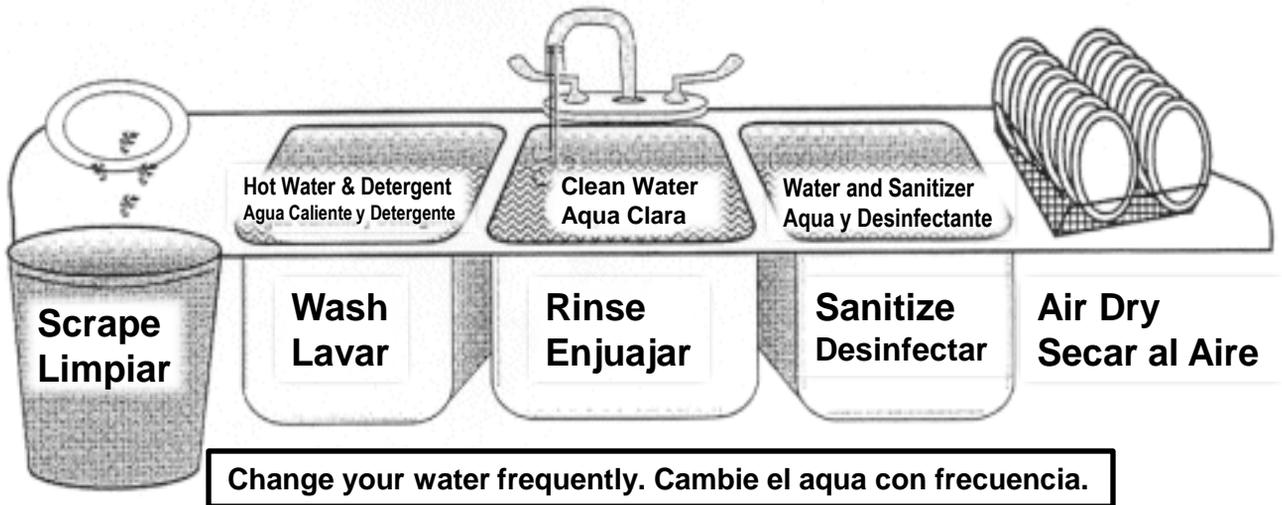
**\*ppm = partes por millón**

Asegúrese de que los papelitos de prueba sean los adecuados, y estén disponibles.

Asegúrese de que las instrucciones de las tiras reactivas se siguen (las tiras reactivas tienen diferentes tiempos de “sumersión“ ).



# Lavando Platos A Mano



## LAVAR

Con jabon en agua a no menos de 110°F.

## ENJUAGAR

En agua limpia caliente.

## DESINFECTE

Con un desinfectante aprobado como el cloro (lejía), yodo o cuaternario de amonia por lo menos durante un minuto.

# Conceptos básicos

## Bodega



6 pulgadas

Trabajando juntos para prevenir enfermedades alimenticias.

- ✓ Mantener la temperatura entre 50°F y 70°F.
- ✓ El uso de almacenamiento Primeras entradas, primeras salidas.
- ✓ Artículos almacenados a al menos seis pulgadas por encima de la superficie del suelo.
- ✓ Almacene los artículos químicos separado de los alimentos.
- ✓ Mantenga los pisos limpios.
- ✓ Mantenga el área libre de obstáculos.



# Area de verduras /ensaladas

**Limpie y desinfecte las cortadoras, picadoras y otros equipos antes y después de cada uso.**

**Usar utensilios limpios y desinfectados para cada tarea diferente.**

**Use una tabla de cortar para carnes crudas y otra para verduras.**

**Limpie y desinfecte las superficies de trabajo antes y después de cada uso.**

**Lave las verduras en el lavabo de preparación solamente.**



**Trabajando juntos para prevenir enfermedades alimenticias.**

# Limpieza Personal y practicas de Higiene

## Tu eres la parte más importante en la seguridad de los alimentos

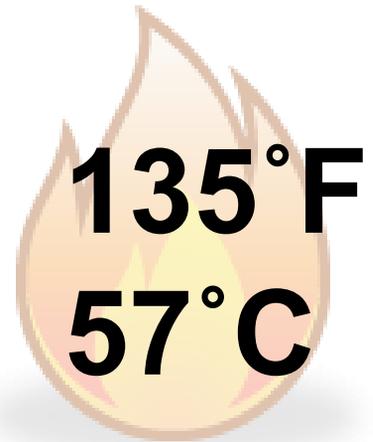
- ✓ Mantener un alto grado de higiene personal y buenas prácticas de higiene.
- ✓ Quítese las joyas antes de presentarse a trabajar.
- ✓ Llevar un uniforme limpio, libre de manchas y arrugas.
- ✓ Mantenga sus uñas limpias, recortar, lijadas y conservadas.
- ✓ Uñas esmaltadas o artificiales no están permitidas cuando se trabaja con alimentos expuestos, a lo menos que use guantes.
- ✓ Consumir alimentos y bebidas en las áreas designadas solamente.
- ✓ Ningún empleado, mientras que infectados con una enfermedad contagiosa que puede ser transmitida por los alimentos debe trabajar en un establecimiento de alimentos.
- ✓ Todas las heridas serán cubiertas con vendajes (curitas) impermeables y guantes de un solo uso, si en las manos o la muñeca.



**Trabajando juntos para prevenir enfermedades alimenticias.**

# Mantenimiento Propio de las Temperaturas

Mantenga los alimentos calientes por encima de **135°F**



## Zona De Peligro

Mantenga los alimentos fuera de este rango de temperatura de **135°F – 41°F**

Deseche los alimentos si se encuentra en la **zona de peligro** por más de 4 horas.

Mantener los alimentos fríos por debajo de **41°F**



  
**ALLEN COUNTY**  
PUBLIC HEALTH

Cortesía de El Paso County, Colorado Public Health

3/27/2015

Trabajando juntos para prevenir enfermedades alimenticias.

# Por separado!

No a la contaminación cruzada



- ✓ Use una tabla de cortar para vegetales y otra tabla para la carne cruda.
- ✓ Nunca coloque de nuevo los alimentos cocinados en un plato que fue usado para carnes, aves, mariscos o los huevos crudos.
- ✓ Lávese las manos entre las diferentes tareas.
- ✓ Desinfecte todas las superficies entre tareas.
- ✓ Cocine todos los alimentos a la temperatura adecuada.

# Principales Alergenos Alimenticios



## Sintomas pueden incluir:

- Urticaria o erupciones
- Nausea
- Dolor Abdominal
- Hinchazon del cuerpo
- Vomito y/ o Diarrea
- Resollo
- Falta de aliento
- Respirar con Dificultad

*La persona a cargo es responsable de tener conocimiento de estos alergenos y sus sintomas, de acuerdo con Colorado Retail Food Regulations Sec 2-102,16*

# Recalentando Alimentos

## Procedimientos adecuados para recalentar alimentos

Cualquier alimento que ha sido cocinado, enfriado y va a ser re-calentado para mantenerlo caliente debe ser recalentado a 165 °F por 15 segundos

Recalentar Rapidamente los alimentos de 41°F a 165 °F dentro de 2 hrs antes de colocarlos en las unidades de mantenimiento caliente.

El equipo apropiado para recalentar los alimentos pueden incluir: parrilla, microondas, y horno. No incluye vaporera a menos que el diseno/modelo lo permita.

Una vez que el alimento haya sido enfriado puede ser recalentado a cualquier temperatura deseada **SOLO** si se prepara para consumo inmediato.

