

Рады приветствовать тебя!

Ты присоединяешься к команде корнера открытой кухни.

Эта памятка поможет освоить базовые стандарты **санитарии**. Здесь ты узнаешь, как защищать клиентов, бренд и себя при оказании услуг.

Санитария – это системный подход, который влияет на всё: от качества продукции до репутации супермаркета.

В этой памятке ты найдёшь информацию о:

- личной гигиене и подготовке к слоту;
- санитарной обработке зоны производства, оборудования и инвентаря.

Если что-то будет непонятно или появятся вопросы, ты всегда можешь обратиться за поддержкой к:

- **Менеджеру кафе (МК)** – это основное лицо по всем вопросам. Именно с ним ты будешь обсуждать процессы, задавать вопросы и получать пояснения
- **Директору магазина (ДМ)** или **Лидеру торгового зала (ЛТЗ)**, если Менеджера кафе нет на месте

Личная гигиена

Личная гигиена – это твоя первая и самая мощная линия обороны в борьбе за безопасность пищевой продукции.

Каждый день ты работаешь с продуктами, которые попадут на стол людям. И даже незначительное нарушение – грязные руки, открытая рана, украшение на пальце – может стать источником загрязнения. Это может привести к пищевому отравлению, жалобам, штрафам, а главное – поставить под угрозу здоровье людей и подорвать доверие к бренду.

Так какие же правила личной гигиены нужно соблюдать?

Медицинская книжка и здоровье

Прежде чем ты приступишь к приготовлению блюд, у тебя обязательно должна быть **действующая медицинская** (санитарная) **книжка**. Это не формальность – это твой официальный допуск к работе. Без неё ты не можешь находиться в зоне кухни.

Твоя книжка – это живой документ. Обязательно:



бери её с собой на
каждый слот



проходи регулярные
медицинские
осмотры



своевременно
проходи вакцинации
(если они предусмотрены)



Подробнее о медицинских осмотрах и вакцинации ты можешь узнать у Менеджера кафе.

Болезнь – уважительная причина не выходить в слот. Это касается не только простуды. Есть список ситуаций, при которых выполнение заказов строго запрещено:

- повышенная температура, кашель, насморк;
- диарея или рвота;
- жёлтуха (признак вирусного гепатита);
- открытые повреждения кожи – порезы, ожоги, ссадины.

Даже если самочувствие кажется «немного плохим», но ты всё равно оказываешь услуги – ты рискуешь здоровьем других.

Что делать при появлении симптомов инфекционного заболевания?

Немедленно сообщи Менеджеру кафе. Ты не допускаешься к выполнению заказов до полного выздоровления и получения разрешения от врача. За тобой сохраняется позиция, и ты вернёшься после полного выздоровления.

Внешний вид и одежда: порядок — это безопасность

Каждая деталь твоей одежды и поведения регламентирована, чтобы исключить любые риски загрязнения.



Обязательно:

- чистая, выглаженная одежда (длинные носки, брюки (не джинсы), тёмная футболка/лонгслив/водолазка (кроме ворсистых тканей, шерсти и материалов с химической пропиткой), китель);
- закрытая нескользящая сменная обувь из легко моющихся материалов;
- волосы полностью убраны под одноразовую шапочку, поверх — фирменная кепка (или сменная чёрная без каких-либо логотипов/рисунков/украшений);
- при наличии бороды используй одноразовую маску;
- одноразовые перчатки при работе с продуктами;
- использование одноразового халата и бахил при выходе из зоны приготовления (в том числе при выносе мусора, приёмке поставки, посещении санитарной комнаты).



Запрещено:

- накладные или наращённые ногти;
- лак для ногтей;
- украшения: кольца, часы, браслеты, наушники, бейджи;
- оказание услуг в уличной одежде и обуви;
- хранение личных вещей (телефон, ключи, деньги) в карманах одежды.

Почему это важно?

Украшения и личные вещи могут случайно попасть в продукт — это физическое загрязнение. Порезы, даже мелкие, — потенциальный источник бактерий. Даже при закрытии раны она должна быть защищена водонепроницаемым пластырем или бинтом.

Гигиена рук: самый важный инструмент

Руки – один из главных переносчиков бактерий. Даже при чистом виде на коже могут быть микроорганизмы, опасные для продуктов.

Обязательно мой руки в следующих случаях:

- перед началом сета;
- каждый час во время оказания услуг;
- после контакта с iiko, кассой, деньгами;
- после посещения санитарной комнаты;
- после кашля, чихания, касания лица, волос или носа, одежды и личных вещей;
- после курения, выноса мусора, уборки;
- при смене технологической операции – особенно при переходе от контакта с сырым к готовому продукту;
- перед надеванием перчаток.

Ознакомься с памяткой, она расскажет, как мыть руки правильно:



1 Смочи руки водой



2 Нанеси на ладони жидкое мыло



3 Интенсивно разотри ладони до его вспенивания



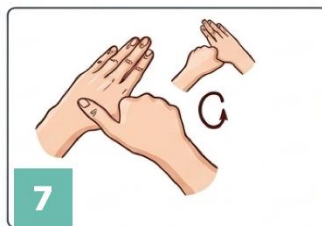
4 Вымой тыльную сторону кисти ладонью другой руки



5 Потри ладони, перекрестив пальцы



6 Вымой согнутые кончики пальцев ладонью другой руки



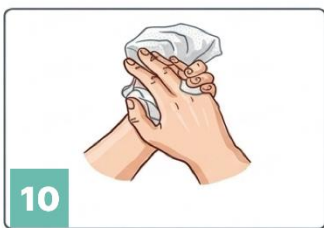
7 Вращательным движением потри большой палец ладонью другой руки



8 Разотри ладонь по кругу пальцами другой руки



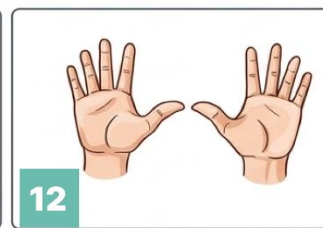
9 Промой руки под струей воды



10 Тщательно высуши одноразовым полотенцем



11 Закрывая кран, используй салфетку



12 Теперь твои руки в безопасности

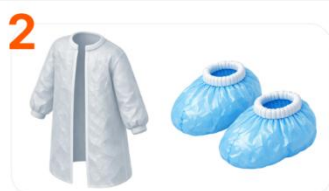
Мытьё — это только первый шаг. **После мытья руки обязательно нужно обработать антисептиком.** Но помни — дезинфекция уничтожает микробы, но не заменяет мытьё. Антисептик не удаляет жир, грязь или остатки пищи — только мытьё с мылом делает руки действительно чистыми.

Правила посещения санитарной комнаты

При посещении туалета соблюдай простые правила:



Сними шапочку и маску, повесь их на крючок.



Надень одноразовый халат и бахилы.



Посети уборную.
Важно: туалетная бумага и средства личной гигиены выбрасываются только в **мусорный бак**.



Вымой руки.



Вытри руки насухо.
Бумагу выбрось в мусорный бак.



Продезинфицируй руки.



Сними и выбрось халат и бахилы.
Надень шапочку и маску.



Вымой и продезинфицируй руки.

Если ты работаешь в хиджабе, перед посещением санитарной комнаты обязательно надевай одноразовую шапочку.

Перчатки: защита, а не замена гигиены

Перчатки — это средство индивидуальной защиты, но только при правильном использовании. **Неправильное обращение** с ними может привести к **перекрёстному загрязнению**.

Правила использования перчаток:

Обязательно



- Перед надеванием вымой и продезинфицируй руки.
- Меняй перчатки:
 - не реже чем каждый час,
 - после завершения каждого технологического процесса,
 - при переходе от контакта с сырым к готовому продукту,
 - при повреждении или загрязнении перчаток.
- Используй только чистые, одноразовые перчатки.

Повторное использование запрещено.

Запрещено



- Дуть в перчатку, чтобы её надеть.
- Касаться лица, волос, формы, телефона в перчатках, использовать терминал iiko.
- Использовать одни и те же перчатки для разных видов операций.
- Работать в повреждённых или грязных перчатках.

Под перчатками создаётся влажная среда — идеальные условия для размножения бактерий. Поэтому своевременная смена перчаток — необходимость.

Одноразовые перчатки — для контакта с продукцией.

Резиновые перчатки — для уборки и дезинфекции.

Санитарная обработка в процессе оказания услуг

Дезинфекция поверхностей и инвентаря – **строгий технологический процесс, который нужно выполнять по чёткому алгоритму.**

Обязательно проводи санитарную обработку:

- перед началом слота – дезинфекция всех рабочих поверхностей;
- во время оказания услуг – после каждого завершённого технологического процесса помой и продезинфицируй инвентарь и оборудование, которое использовалось в работе;
- каждые 4 часа – дезинфекция поверхностей;
- по окончании слота – полная уборка рабочей зоны.

Это **обязательные требования**. Несоблюдение режима уборки может привести к размножению бактерий, порче продукции и, как следствие, к жалобам клиентов и проверкам.

Дезинфекция рабочих поверхностей

Дезинфекция поверхностей проходит **каждые 4 часа**. Для удобства советуем ориентироваться на следующий график:



07:00 — перед началом смены



11:00



15:00



19:00

Инвентарь для дезинфекции



дезинфицирующее средство для инвентаря



одноразовые перчатки



микроспан

Порядок проведения дезинфекции

1. Надень перчатки.
2. Убери доски, ножи, посуду, весы с поверхности, которую будешь дезинфицировать.
3. Накрой все продукты крышкой или плёнкой.
4. Протирующим полотенцем убери все крошки и остатки продуктов с поверхности.
5. Возьми дезинфицирующее средство и микроспан.
6. Нанеси дезинфицирующее средство на микроспан и тщательно протри рабочие поверхности.
7. После завершения дезинфекции обязательно выброси тряпку и перчатки.

Обработка инвентаря и оборудования

Инвентарь – это не просто инструмент. Это потенциальный источник бактерий, если им пользоваться неправильно.

Используй только разрешённый инвентарь:

- **щётки/губки для мытья посуды**



Обращаем внимание, что мы используем губки только двух цветов – жёлтый и голубой. Бери жёлтые губки в нечётные числа месяца (1, 3, 5, 7, 9, 11 и т.д.), голубые – в чётные (2, 4, 6, 8, 10 и т.д.).

Обязательно выбрасывай губку в конце рабочего дня.

- **моющие и чистящие средства**

Уточни у Менеджера кафе, какие именно средства использовать в твоём корнере.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Стандарт мытья посуды

При мытье посуды соблюдай следующий алгоритм:

1. Очисти посуду от остатков пищи (остатки пищи выбрасываются в мусорный бак).
2. Ополосни посуду под проточной водой (температура воды не ниже 65 °C).
3. Помой посуду моющим средством для мытья посуды и щёткой/губкой (температура воды не ниже 40 °C).
4. Размести посуду на чистом стеллаже (в перевёрнутом виде).

Важно!

Храни инвентарь для мытья посуды в чистой, сухой, специально предназначенной для этого гастрорёмкости. Запрещено хранить моечный инвентарь в воде, а также на рабочих поверхностях.

Дезинфекция ножей и досок

Ежедневно проводи дезинфекцию ножей и досок. Делай это **вечером в конце смена**.

Алгоритм дезинфекции ножей и досок

1. Надень перчатки.
2. Тщательно промой доски и ножи в горячей воде с использованием средства для мытья посуды и губки/щётки.
3. Нанеси дезинфицирующее средство на доски так, чтобы поверхность досок со всех сторон была обработана средством.
4. Сложи ножи в ёмкость и обработай дезинфицирующим средством.
5. Оставь инвентарь на 10-15 минут.
6. Тщательно промой доски и ножи горячей водой (температура воды не ниже 65 °C).
7. Удали остатки влаги с помощью чистого микроспан.
8. Утилизируй использованный микроспан.

Алгоритм уборки после слота

Полная уборка включает несколько этапов. Строго им следуй.

1. Подготовка

- Убери всё сырьё, заготовки и полуфабрикаты в соответствующие зоны хранения
- Отключи оборудование
- Очисти рабочие поверхности от остатков пищи и упаковки
- Утилизируй отходы в бак «Пищевые отходы»

2. Мойка

- Используй только утверждённые компанией моющие средства
- Выведи инвентарь в раковину и вымой его с помощью щётки
- При сильных загрязнениях замочи инвентарь на 5–10 минут
- Поверхности оборудования мой ветошью, смоченной в моющем растворе

3. Ополаскивание

- Промой инвентарь и поверхности проточной водой
- Убедись, что все остатки моющего средства удалены

4. Дезинфекция

- Нанеси дезинфицирующее средство на поверхности
- Для мелкого инвентаря — погрузи его в ёмкость с раствором
- Выдержи время воздействия — от 10 до 15 минут
- Поверхности оборудования протри ветошью, смоченной в дезсредстве

5. Повторное ополаскивание

- Промой всё горячей водой (не ниже 65 °C)
 - Убедись, что дезсредство полностью удалено
 - Протри поверхности ветошью, смоченной горячей водой
- 

6. Сушка и размещение

- Удали остатки влаги чистым бумажным полотенцем
 - Размести инвентарь на своих местах
 - Чистый инвентарь хранится в ёмкости с маркировкой «Чистый инвентарь» на высоте не менее 50 см от пола
- 

7. Обработка уборочного инвентаря

- Щётки промой в горячей воде с моющим средством
- Продезинфицируй в специальном растворе 10–15 минут
- Ополосни и просуши

Обращаем внимание, что боксы (гастроёмкости) нельзя сушить мокрыми, вставленными друг в друга.

Чистота оборудования

Помимо своевременной уборки и дезинфекции инвентаря и рабочих поверхностей **следи за чистотой оборудования, полок и стеллажей, стен и полов** — они являются потенциальными источниками заражения продукции.

- Если у оборудования нет автоматической мойки, промывай его вручную.
- Уделяй внимание холодильному оборудованию:
 - холодильники, морозильные камеры, станция суши, салатетта, витрины должны быть чистыми внутри и снаружи;
 - ножки, решётки холодильных столов чистые;
 - резинки холодильников чистые, промытые, дверцы плотно закрыты. Ручки чистые, без следов жира.
- Плиты, весы, блендер, соковыжималка, крупный кухонный инвентарь и прочее технологическое оборудование должны быть чистыми со всех сторон — сверху, снизу, по бокам.
- Фритюр должен быть чистый, решётки чистые, без следов жира, масло светлое и без остатков пищи.
- Полки стеллажей сверху и снизу должны быть чистыми, ножки стеллажей должны быть чистыми со всех сторон. Стеллажи должны быть подписаны.
- Стены, полы, потолки, розетки без видимых следов грязи, крошек и остатков пищи, без следов грязи в стыках стен и полов, плинтусы должны быть чистыми, а полы не скользкими. Вокруг ножек столов и оборудования не должно быть грязи. За оборудованием и в других труднодоступных местах также должно быть чисто.

Ключевые пункты для запоминания

- ✓ Чтобы быть допущенным к оказанию услуг, у тебя должна быть действующая медицинская книжка. Без неё нахождение в зоне корнера невозможно.
- ✓ Соблюдай стандарты внешнего вида:
 - носи чистую, выглаженную одежду: брюки, тёмную футболку или водолазку, китель;
 - полностью убирай волосы под одноразовую шапочку, а сверху – фирменную кепку (при наличии бороды обязательно используй одноразовую маску);
 - носи закрытую нескользящую сменную обувь из материалов, которые легко мыть;
 - храни личные вещи – телефон, ключи, деньги – вне карманов одежды;
 - не используй украшения, наращённые ногти или лак.
- ✓ Помни про гигиену рук. Мытьё с мылом и последующая обработка антисептиком – обязательные действия перед началом слота, каждый час во время оказания услуг, после посещения санитарной комнаты, кашля, чихания, курения, смены технологической операции и т.д.
- ✓ Перчатки – это дополнительная защита. Их нужно менять не реже чем каждый час, при переходе от контакта с сырым к готовому продукту, а также при повреждении или загрязнении.
- ✓ Соблюдай график дезинфекции рабочих поверхностей и стандарт мойки инвентаря. Используй только утверждённые моющие и чистящие средства, а также щётки и губки.
- ✓ Чистота – это не только рабочие столы и посуда. Важно следить за состоянием оборудования, полок, стеллажей, стен, полов и даже розеток. Грязь в труднодоступных местах – потенциальный источник загрязнения.

Соблюдение правил – это уважение к своей деятельности, к партнёрам и к людям, которые доверяют тебе своё здоровье.