



المملكة العربية السعودية  
وزارة الشؤون البلدية والقروية  
وكالة الوزارة للشؤون البلدية  
الإدارة العامة لصحة البيئة  
إدارة المواد الغذائية

## صلاحية الأغذية للاستهلاك

٢٠١٤هـ / ٢٠١٤م



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

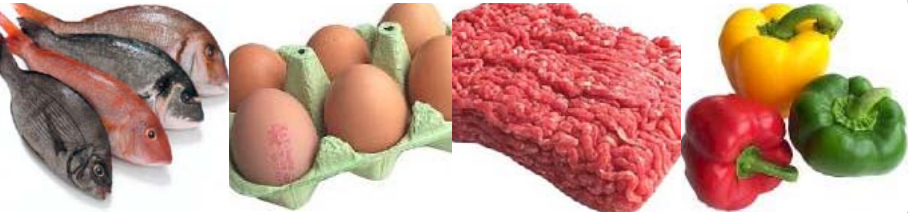
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



المملكة العربية السعودية  
وزارة الشؤون البلدية والقروية  
وكالة الوزارة للشؤون البلدية  
الإدارة العامة لصحة البيئة  
إدارة المواد الغذائية

## صلاحيه الأغذيه للاستهلاك

١٤٣٥هـ / ٢٠١٤م



وزارة الشؤون البلدية والقروية، ١٤٣٤ هـ ©

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

وزارة الشؤون البلدية والقروية  
صلاحيه الاغذيه للاستهلاك / وزارة الشؤون البلدية والقروية -  
الرياض ، ١٤٣٤ هـ

٦٢ ص: ١٢ × ١٥ سم

ردمك: ٧-٨٤-٨١٠٩-٦٠٣-٩٧٨

١- الاغذيه - استهلاك - السعودية أ.العنوان  
ديوي ١٠١، ٦٤١

١٤٣٤/٣١٨٣

رقم الإيداع: ١٤٣٤/٣١٨٣

ردمك: ٧-٨٤-٨١٠٩-٦٠٣-٩٧٨



٥	مقدمة
٦	عرض وبيع الأغذية
٧	أماكن عرض الأغذية
٨	يجب الانتباه إلى البائعين
١٠	الأغذية الطازجة
١١	اللون والرائحة
١٥	نصائح عملية لشراء اللحوم المجمدة
١٩	نصائح عملية لاختيار الدجاج الآمن والصحي
٢١	الأغذية البحرية
٣٢	البيض
٣٥	الفاكهة والخضروات الطازجة
٣٦	الأغذية المعلبة
٤٣	سلامة الغذاء عند الخروج للنزهة أو البر
٤٥	إرشادات الشواء الصحي خلال الرحلات والحفلات
٤٧	خطوات عملية الشوي
٥١	نصائح عملية لإعداد الشاورما بطريقة آمنة
٥٢	بطاقة المواد الغذائية
٥٥	متطلبات سلامة الغذاء
٥٨	الأغذية المغشوشة

أصبحت قضية سلامة الأغذية للاستهلاك الآدمي من القضايا الشائكة والمستعصية في العصر الحاضر، أمام كثرة حالات الغش التجاري ذات الأخطار الكبيرة والأضرار الوخيمة التي تلحق بالمستهلكين.

ليس من السهل تدوين جميع المواد الاستهلاكية لجعل المستهلك يعي كل ما يمكن أن تسببه بعض الخروقات في صناعة وتخصيص المواد الغذائية؛ لذلك سنقوم بنظرة شاملة على عرض السلع في السوق وكيفية شرائها، وما هي المعايير التي يمكن اتباعها لتفادي بعض الأخطار لتوعية المستهلك وضمان حصوله على غذاء صحي سليم.

## والله ولي التوفيق

وكالة الوزارة للشئون البلدية





## أماكن عرض الأغذية



استيفاءها للإشترطات الصحية وفق اللوائح المقررة، مثال ذلك ماييلي:

١. يجب أن تكون مرخصة.
٢. أن تكون نظيفة ومرتبطة.
٣. عدم وجود أي مخلفات حولها أو بالقرب منها.
٤. أن تكون خالية من الذباب أو الحشرات أو القوارض وأي آفات أخرى.
٥. يجب وضع كل الأغذية على ارتفاع (٦ بوصة) عن سطح الأرض.
٦. أن تكون جيدة الإضاءة والتهوية وأن تكون إضاءتها واضحة وكافية لرؤية ما يتم شراؤه بوضوح.
٧. الحفاظ على درجة حرارة الأغذية المعروضة سواء كانت تحتاج إلى تبريد أو تجميد على أن يتم التحقق منها دورياً عن طريق الترمومترات المعدة لذلك.

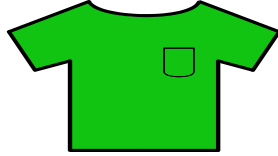
## عرض وبيع الأغذية

تبدأ صلاحية الغذاء من المراحل الأولى للإنتاج (مثل الزراعة والحصاد وإنتاج ماشية اللحوم والدواجن وغيرها) ثم يلي هذا مرحلة التصنيع حيث تشمل على الكثير من المراحل تنتهي بعمليات توزيع المنتجات الغذائية إلى أماكن العرض والبيع.





لا مجوهرات



منع تخزين المتعلقات الشأصية

يجب الانتباه  
إلى البائعين



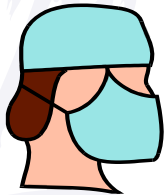
القفاازات نظيفة ومطهرة



منع الأكل والشرب والمضف



ممنوع التدخين



الكمامات وغطاء الرأس

- يجب أن يمتاز بالنظافة وحسن المظهر.
- ارتداء زي نظيف وموحد في جميع أقسام المنشأة.
- ارتداء غطاء الرأس والقفاازات.
- الأشخاص المصابون بجروح أو قرح جلدية يجب تغطيتها بضمادات جروح نظيفة ذات لون مميز.
- عدم ارتداء العاملين للمتعلقات الشخصية مثل المجوهرات أو الساعات أو ما يماثلها؛ لتجنب الملوثات الفيزيائية (الطبيعية).

## اللون والرائحة

### • يجب رفض أي لحم:

- لونه بني أو مائل إلى الخضرة، وهذا يدل على تحلل ميوجلوبين العضلات، ويعتبر هذا أحد علامات الفساد.
- به بقع بنية أو خضراء أو أرجوانية أو سوداء أو بيضاء، ويكون هذا بفعل نمو الفطريات المختلفة على أسطح اللحوم.
- ذو قوام لزج بسبب فعل الميكروبات مثل الخمائر...
- له رائحة سيئة وذلك نتيجة ارتفاع نسبة المركبات النيترونيجية الطيارة، ويعد هذا أحد علامات الفساد.

## الأغذية الطازجة

### • اللحوم الطازجة:



### أماكن بيع اللحوم

يجب أن تكون مصممة ومجهزة تجهيزاً جيداً بحيث لا يتم عرض أي ذبائح أو لحوم خارج الشلجات





العقوب	رفع وطويل واتصاله بعضلات الفخذ تدرجي	قصير وسميك واتصاله بعضلات الفخذ مفاجئ
خلفية الذبيحة	التصاق الفخذين يأخذ حرف (V)	التصاق الفخذين يأخذ حرف (U)

و يمكن الحكم على جودة اللحوم الطازجة عن طريق الفحص  
الظاهري كما يلي:

- اللحم الجيد يكون لونه أحمر فاتحاً أو غامقاً حسب عمر الماشية، كما يكون متماسكاً لا يغوص فيه الإصبع، ورائحته غير كريهة.
- أما اللحم الرديء فيكون لونه باهتاً متغيراً عن طبيعته؛ حتى قد يصبح



أزرق أو أخضر  
اللون وأنسجته  
رخوة يغوص فيها  
الإصبع بسهولة  
نتيجة لتحلل

وهذه العلامات لا تشير إلى وجود ميكروبات ممرضة  
«تتسبب في عدوى أو تسمم غذائي» ولكنها تشير  
إلى حدوث أخطاء عند التداول، التعبئة، أو التخزين، مما  
يؤدي إلى تلوث المنتجات بميكروبات الفساد.

يجب عدم شراء أي لحوم لها رائحة غير مقبولة (كريبة)  
أو تغير نوعها

**قاعدة ذهبية:** فحص تاريخ الإنتاج، الرائحة، اللون،  
السائل المنفصل من اللحم

الفرق بين اللحوم البلدية الطازجة والمستوردة الطازجة

المكونات	اللحوم البلدية	اللحوم المستوردة
لون الدهون	أبيض كريمي	كريمي مصفر
الرائحة	ليس له رائحة	رائحة متزنخة
الألياف العضلية	لا يتخللها دهون أو يتخللها دهون بسيطة والمادة الرابطة بين العضلات قليلة	يتخللها دهون بنسبة كبيرة والمادة الرابطة بين العضلات أكثر لزوجة



## نصائح عملية لشراء اللحوم المجمدة

- النسيج الضام (الكولاجين) بين العضلات، ورائحته كريهة، ويمكن التأكد من الرائحة بشق اللحم بسكين ثم شم السكين أو شم اللحم المشقوق أو بالشم بصفة خاصة في مكان اتصال اللحم بالعظم.
- الأحشاء كالكبد والطحال والكلى والأمعاء والكرشة (المعدة) سريعة الفساد؛ لذلك يجب التدقيق في فحصها بالشم والنظر واللمس.

- أن يكون التاريخ المحدد على الكرتونة في ضوء الصلاحيية ولا يتجاوزها، على أن تكون كافة البيانات عليها مطابقة لبطاقة المواد الغذائية المتصقة على اللحوم المجمدة بداخلها ومطابقة لبيان الفسخ الجمركي.
- أن تخلو من أي نمو فطري على سطحها أو في العمق (الفطر الأبيض، الفطر الأسود، الفطر الأخضر).
- ألا تحمل اللحوم على سطحها أي آثار لحروق التجميد الناتج عن تبخر سوائل اللحوم السطحية وينتج عنه تغير اللون إلى الأسود وصلابة السطح الخارجي.
- ألا تكون الدهون متنزخة.
- ألا تكون لحوماً قديمة، اسفنجية؛ حيث تصبح ليس لها قيمة غذائية.





## «تسييح» اللحوم المجمدة

عندما تحفظ اللحوم بالتجميد يتوقف نمو الميكروبات التي قد تكون وصلت إليها خلال عمليات الذبح والسلخ والتقطيع والتداول. لكن هذه الميكروبات سرعان ما تنشط مجدداً عند تسييح اللحوم تمهيداً لطبخها. ولكي نحد من نمو الميكروبات الضارة وتكاثرها وإفرازها للسموم والإنزيمات عند القيام بتسييح اللحوم، يجب استخدام إحدى الطرق التالية:

### • التسييح في الثلاجة:

تراوح درجة حرارة الثلاجة ما بين (٢- ٥°م)، وهي درجة لا تسمح بنمو وتكاثر معظم البكتيريا المرضية. فتوضع اللحوم المراد تسييحها في الرفوف السفلى من الثلاجة طوال الليل أو حتى تتم عملية التسييح، على أن توضع في إناء يعزلها عن باقي الأغذية.



- ألا يوجد بها سائل انفصالي أو آثاره على الكرتونية؛ إذ إن ذلك يوحي بأنها قد جمدت وتم صهرها وأعيد تجميدها مرة أخرى، وبهذا تكون قد فقدت القيمة الغذائية لها.



## نصائح عملية لاختيار الدجاج الآمن

- يتم البدء باختيار المنتج ذي علامة تجارية موثوق بها، وقد ثبتت جودتها لتقديم نوعية جيدة .
- فحص أكياس الدجاج المبردة للتأكد من عدم وجود قطع بالكييس أو الثلج المتجمد نتيجة تذبذب درجة حرارة ثلاجات العرض .
- البحث عن الدجاج المعبأ والمغلف بشكل واضح؛ للتأكد من صحة اللحوم وخلوها من الكدمات والسائل المنفصل .
- ينبغي التأكد من تاريخ انتهاء الصلاحية .
- عدم شراء الدجاج في بدء عملية التسوق؛ للحفاظ على برودته لأطول فترة ممكنة .
- ضرورة عدم ترك الدجاج في السيارة لمدة طويلة أو حيث تقوم بمزيد من التوقف؛ لأنه بحاجة لأن يوضع في البراد أو القيام بطهيّه مباشرة .
- تجنب الغش التجاري، بالنظر إلى سُمك اللحم مقارنة مع العظام؛ فإن وجد أن صدر الدجاج هزيلًا، فانتبه أنك تقوم بدفع الكثير من أجل العظام بدلًا من اللحم .

- التسييح في فرن الميكروويف ثم يتم طهي الطعام مباشرة .



- وضع اللحوم المجمدة تحت مجرى ماء الحنفيه (ماء بارد) والحرص على ألا تتناثر مياه على المواد الغذائية الأخرى؛ لتجنب التلوث التبادلي، أو بوضع المادة الغذائية المجمدة بالماء البارد مع تغيير الماء بشكل مستمر، بشرط أن تتم عملية التذويب خلال ساعتين فقط .

## الأغذية البحرية

- التأكّد من أن الدجاج منظف جيداً وليس هناك وجود لآثار قليلة من الريش أو الزغب .
- اختر الدجاج ذي السيقان والصدر الممتلئين .
- ضرورة ملاحظة رطوبة جلد الدجاج، فجفاف الجلد يدل على أن هذا الدجاج قد مضى عليه وقت طويل على تجهيزه وعدم حفظه بالطريقة الصحية أو انخفاض الرطوبة النسبية في ثلاجة العرض .
- التأكّد من لون نهاية العظام . هل هي وردية اللون أم أنها تغيرت إلى الرمادي؟ فكلما كثر اللون الوردي في نهاية العظام دل ذلك على أن الدجاج طازج .
- تتميز لحوم الدواجن الجيدة بعدم تغير اللون ، والقوام متماسك، وعدم وجود لزوجة تحت الأجنحة وحول المفاصل .



مثل الأسماك الطازجة ، الأسماك الصدفية ، القشريات  
 الأسماك الصدفية: قواقع ، المحار (أم الخلول)، الجندوفلى .  
 القشريات: جراد البحر، سرطان البحر، الجمبري، الكابوريا.  
 تعد الأسماك ، خاصةً الصدفيات ، من مصادر التسمم الغذائي،  
 خصوصاً عندما تؤكل بدون طهي؛ حيث تتركز الجراثيم الناتجة من الماء  
 الملوّث بداخل أجسام السمك والصدفيات والسرطانات البحرية التي  
 تعيش في ماء ملوث (عن طريق مياه الصرف الصحي المحتوية على  
 جراثيم البكتيريا والفيروسات)،  
 وبالتالي من الممكن أن تؤدي إلى  
 وقوع حوادث التسمم الغذائي .  
 يتم التعرف على الأسماك  
 الطازجة عن طريق الفحص  
 الظاهري للأسماك كما يلي:





## الأسماك الطازجة

يتم التعرف على الأسماك الطازجة عن طريق الفحص الظاهري للأسماك كما يلي:

- الرائحة: السمك غير الطازج له رائحة قوية نفاذة تشبه رائحة النشادر؛ وذلك لارتفاع نسبة المركبات النيترونيجية الطيارة ومادة التراي ميثيل أمين (TMA).
- القشور: يجب أن تكون لامعة غير سهلة الانفصال عن الجلد إذا ما حُكَّت بالأصابع في اتجاه معاكس وغير لزجة.
- صلابه أنسجة السمك وتماسكها عند الضغط عليها خفيفاً باليد ولا يحدث أي حفرة في الجسم، وإذا حدثت يرتد الجسم ثانية، وذلك لأن الأنسجة الرخوة تكون نتيجة الإنزيمات الحاله للبروتينات التي تفرزها البكتيريا الرمية.
- العيون: يجب أن تكون لامعة براقه زجاجية غير غائرة .
- الخياشيم: حمراء طبيعية، ورائحتها غير كريهة، ولونها متجانس،

ولا توجد عليها خطوط بنية اللون كما في حالة الأسماك التي تم صيدها بالمبيدات.



- عند وضع السمك في الماء فإن السمك الطازج يهبط إلى القاع بينما السمك الفاسد يطفو إلى أعلى، ويحدث الطفو كذلك في الأسماك التي تم صيدها بالمبيدات .



## انتبه:

### طرق غش الأسماك الطازجة:



- خلط الأسماك التالفة بأخرى طازجة .
- نزع عيون السمك، خصوصاً ذا الحجم الكبير .
- تلوين الخياشيم باللون الأحمر لكي يشبه اللون الطبيعي لها .
- خلط السمك بالثلج المجروش حيث يخفض من رائحتها وإخفاء مظاهر الفساد حيث يجمد جسم السمك وأحياناً تدهن الأسماك بمادة مخاطية لزجة .
- تجميد الأسماك التالفة وبيعها على هيئة مجمدة في طبقات .
- رش السمك غير الطازج بكميات كبيرة من ملح الطعام؛ لإخفاء الألوان غير المرغوبة، أو إضافة أملاح الفوسفات (مثل ملح الصوديوم تراي بولي فوسفات)؛ لجعل الأسماك رطبة ومحتفظة بالماء .
- بيع سمك المزارع السمكية على أنه سمك بحري .

- عند إمساك السمكة الطازجة من رأسها أفقياً فإن ذيلها لا يسقط إلى أسفل .



- عند قطع السمكة الطازجة لا يلاحظ أي نزيف دموي بها، أما في حالة السمك الفاسد يشاهد نزيف سائل لونه أحمر داكن ذو رائحة كريهة .



- بالنسبة للأسماك ذات الأصداف، مثل الكابوريا والجمبري، الصالحة منها يكون لونه طبيعياً وعند جذب ذيلها يرتد سريعاً إلى الوضع الطبيعي حتى وإن كانت ثقيلة الوزن .

## الأسمك المغمدة

الأسمك إماتغمد وهى صحيحة، أى بعد تنظيفها وإزالة الرأس والأحشاء الداخلية والقشور، وتقطع في شكل شرائح وتعبأ في أكياس من البلاستيك، وعند شرائها يجب أن تكون في حالة مغمدة ومحتفظة بصلابتها، وليس لها رائحة، وتوضع مباشرةً في المغمد عند تخزينها بعد شرائها، أو تطهى بعد إذابة الثلج مباشرةً وإعدادها، ويراعى التخلص من رائحة السمك بنقعه في ماء وملح وخل عند تسييحه .



مظاهر الأسمك التالفة غير الصالحة للاستهلاك الأدمي :

- عندما تتغير رائحة الأسمك إلى رائحة النشار غير المقبولة .
- انفجار بطن الأسمك وخروج الأحشاء .
- انفصال لحم الأسمك عن العظم بسهولة مع وجود لون يشبه صدأ الحديد .
- تلون لحم الأسمك على امتداد السلسلة العظمية باللون الأحمر .



## الأسماك المدخنة والمملحة

مثل الرنجة والفسيفخ والسردين والملح وغيرها، وهي تتعرض للفساد عند انخفاض نسبة الملح بها أو عدم تركها مدة كافية للتمليح والتسوية.



ينبغي التأكد من سلامة الرنجة عند الشراء عن طريق الفحص الظاهري بحيث يكون:

- الجلد متماسك ولا يوجد به تسليخات، وخالٍ من الثنايا وبراق ورائحته طيبة.
- اللون يكون طبيعياً ويختبر بعدم التصاق أية ألوان على الأيدي عند الملامسة.

## الأسماك المعلبة

### ثالثاً: الأسماك المعلبة :

مثل سمك السلمون والتونة والرنجة والسردين والأنشوجة، تحفظ في علب صفيح مدهونة بطبقة من القصدير في الزيت أو صلصة الطماطم مع مواد حافظة مسموح باستخدامها والكمية المسموح بها، ويجب عند شرائها أن تكون العبوة جديدة مكتوباً عليها تاريخ إنتاجها ومدة الصلاحية، وخالية من الصدأ أو الانتفاخ أو الثقوب .





## حفظ الأسماك في المنزل

الأسماك الطازجة لها حد أقصى لمدة حفظها في المجمد وهي خمسة أيام، أما الأسماك المجمدة فتبقى مجمدة في المجمد وصالحة للأكل لمدة من (٥-١٠ أيام) ويمكن الحفظ لعدة أشهر عندما تحفظ في درجة (٢٨°م) تحت الصفر، أما الجمبري والكابوريا والإستاكوزا فيمكن حفظها في الفريزر مجمدة من ٨-١٠ أيام، ويمكن الحفظ لعدة شهور عندما تحفظ على درجة حرارة (-٢٨°م) حيث إنها تظل حية لفترة طويلة بعد صيدها، ويفقد الجمبري نكهته بعد حوالي (٦-٨ يوماً) من حفظه في الثلج المجروش .

- تأكد من أنها في فترة صلاحيتها من التاريخ المدون على العبوة .



إن من أخطر حالات التسمم الغذائي الناتج عن الأسماك المدخنة أو المملحة هو التسمم نتيجة سموم عصبية تفرزها بكتيريا لا هوائية «كلوستريديم بتولينم»؛ لذا عند تناول هذه المنتجات وظهور أعراض عصبية مثل عدم وضوح الرؤية، صداع، صعوبة في التنفس؛ يجب على الفور مراجعة أحد الجهات الصحية.



- عدم شراء البيض الملوث بمخلفات الدجاج أو المعروض خارج الثلاجة؛ لأنه يزيد من احتمالات فساده.
- يفضل شراء البيض بكميات قليلة وحسب الحاجة، مع الانتباه دائماً لتاريخ الصلاحية المدون على العلبة؛ لأن المهلة المحددة لتلف البيض تراوح ما بين (١٤ و ٢١ يوماً) من تاريخ تعليبها.



### كيف يفسد البيض؟

البيض سريع الفساد؛ وذلك لتخلل الهواء المحمل بالبكتيريا ليحل محل الماء المتبخر منه ببطء فيخفف وزن البيضة، ويتفاعل الهواء حينئذ مع حامض الكبريتيك المجمد في المح، ومع أملاح الكبريت القلوية التي تتولد في الزلال، وينتج عن هذا التفاعل غاز كبريتيد الهيدروجين ذو الرائحة الكريهة التي يعرف بها فساد البيض.

## البيض



يعتبر البيض من العناصر الغذائية المهمة لبناء الجسم، ويراعى عند شراء البيض ما يلي:

- تكون القشرة سميكة وصافية اللون وذات ثقل، ولا يوجد بها شروخ؛ حتى لا تسمح بدخول الميكروبات داخلها؛ لأن البيض قشرته تكون حاملة للميكروبات، وأهمها ميكروب "السالونيلا" الممرض.
- يحفظ البيض بالثلاجة في المكان المخصص له وتوضع البيضة على طرفها المدبب ولا ينبغي غسل البيض.

## الفاكهة

## والخضروات الطازجة

عند شراء الفواكه والخضروات يجب أن نراعى ما يلي:

- أن تكون الثمار ناضجة تامة التلوين وذات اللون البراق.
- التأكد من خلوّها من الخدش والكدمات والثقوب وأى مظهر من مظاهر الفساد مثل العفن الفطري أو الإصابة الحشرية.



## كيف نفحص البيض ؟



- عن طريق وضعها تحت الضوء وملاحظة تجويف الهواء بالداخل، فإذا اتخذ الفراغ أكثر من ثلث الحجم فهذا مؤشر على أن البيضة مخزنة منذ فترة طويلة؛ لأن التجويف يزيد مع نقص نسبة الماء في الزلال نتيجة التخزين.



- ويمكن أيضاً فحص البيض بوضعه في إناء فيه لتر ماء و١٥٠ جرام ملحاً، فإذا غاصت البيضة إلى قعر الإناء تكون طازجة جداً، وإذا طفت إلى منتصفه تكون صالحة للطهو، أما إذا طفت على السطح فتكون فاسدة.





- تُرجح البيضة في اليد فإذا ما أصدرت صوتاً دل ذلك على وجود فراغ كبير داخلها مما يدل على أنها ليست طازجة.

- وللتأكد من سلامتها أيضاً يمكن كسرها في إناء وفحصها من ناحية الرائحة أو المظهر، فالبيضة الفاسدة تفوح منها رائحة كريهة عند كسر القشرة قبل أو بعد الطهو، كما ينبغي التأكد من تماسك صفار البيض.

## الأغذية المعلبة

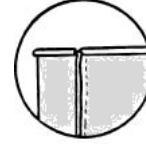
هناك العديد من مظاهر الفساد التي تظهر على المعلبات نتيجة حدوث خطأ في عملية التعليب، أو نتيجة حدوث تفاعل كيميائي بين العلبة والغذاء، أو بين العلبة والبيئة المحيطة، أو نتيجة نشاط الميكروبات. لذلك يجب على المستهلك الامتناع عن شراء أو استخدام غذاء من علب متنفخة الجوانب أو الحواف، بها تلف في اللحم، بها شقوق أو صدأ، بها انبعاج أو تسريب، بها رغوة أو مكوناتها لها رائحة سيئة، وذلك كما هو موضع من الفحص الظاهري للأشكال التالية:

	وجود تسريب في المعلبة
	وجود انبعاج حاد مواز لحواف المعلبة

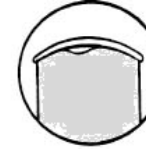
	وجود نتوء أو انتفاخ على سطح المعلبة
	سماع صوت نقرة عند الضغط على سطح المعلبة
	وجود انبعاج أو ضربات على الجوانب أدى الى ميلان سطح المعلبة
	وجود انبعاج حاد على حواف المعلبة
	وجود التواء بالمعدن على سطح أو قاعدة المعلبة



عدم وجود لاصق لبيان محتويات المعلبة،  
أو إذا كان ملصق المنتج ممزق وغير  
واضح، أو إذا كان تاريخ الصلاحية  
المطبوع على العبوة غير واضح



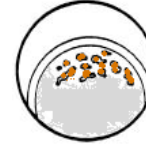
اللحم الجانبي غير كامل في المعلبة



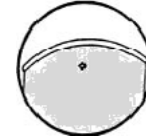
عدم انتظام الحواف، و سطح المعلبة غير  
ثابت بشكل صحيح



وجود أوساخ تحت ممسك مكان فتح  
المعلبة



وجود الصدأ أو التآكل على المعلبة



وجود نقرات أو ثقوب في المعلبة

## الأذنيه المجففه

- يجب التأكد من جفاف العبوه .
- التأكد من خلوه الغذاء المجفف من التكتلات .
- عدم تلفها بالعفن .
- خلوها من الحشرات .
- عدم وجود تغير غير المرغوب في اللون أو الرائحه أو القوام .



## الأذنيه المعبأه فى زجاجات

### مظاهر فساد الأذنيه المعبأه فى زجاجات:

- غيوم فى قاع العبوه .
- نمو الفطريات .
- رائحه متخمرة غير متوقعة .
- ظهور الفقاع ببطء من قاع الزجاجه (التخمير).



## سلامة الغذاء عند الخروج للنزهة أو البر

تعتبر المرطبات والوجبات الخفيفة وأطعمة الرحلات من بواعث المرح فى الكثير من النزهاة الصيفية غير أن نقل هذه الأغذية دون حفظها فى ثلاجة يستدعى اتخاذ احتياطات خاصة لمنع الإصابة بالأمراض التي تسببها الأطعمة الفاسدة .

إليك فيما يلى بعض إرشادات السلامة الواجب اتباعها عند إعداد الطعام للخروج فى نزهة صيفية :

- احرص على إعداد قائمة بأصناف المأكولات والمشروبات التي ستأخذها معك . فإذا كانت رحلتك ستضطررك للابتعاد عن وسائل التبريد لمدة طويلة عليك بتقديم الأطعمة سريعة التلف فى بداية الرحلة ثم بطيئة التلف فيما بعد .
- تأكد من أن المبرد يتسع لجميع أصناف الطعام التي تحتاج لها بالإضافة إلى كمية من الثلج أو أكياس التجميد .
- احرص على تجميد اللحوم والدواجن مسبقاً، كما ينبغي العناية بتغليفها أثناء تجميدها؛ لإطالة زمن صلاحيتها .

## البوفيهات المفتوحة

الأغذية عالية الأخطار هي: المعدة للطهى أو الجاهزة للأكل .



هذه الأغذية لا تعالج بالحرارة مرة أخرى؛ لذا يجب حفظها ساخنة عن طريق حمام مائي أو مصابيح الأشعة تحت الحمراء لحين التقديم .



## إرشادات الشواء الصحي خلال الرحلات والحفلات



هناك بعض النصائح التي يمكن اتباعها للمحافظة على اللحوم من الفساد، خصوصاً لمحبي حفلات الشواء وهي كما يلي:

- عدم أخذ أكثر مما تحتاج له من اللحوم خلال النزهة؛ حتى لا تبقى كمية وتتحير في طريقة حفظها.
- توضع ثلاجة الرحلات في مكان الركاب في السيارة؛ لأنه أكثر برودة من حقيبة السيارة.
- في حال وجود سلطات باردة يدخل بمكوناتها البيض أو اللحوم أو المايونيز يفضل وضعها في المجمد لمدة ١٠ دقائق قبل الخروج من المنزل، ومن ثم نقلها إلى ثلاجة الرحلات؛ لضمان بقائها باردة لأطول فترة ممكنة.

- ضاعف أغلفة الأطعمة التي تتسرب أو تتساقط منها السوائل أثناء حفظها في المبرد.
- انقل الأطعمة سريعة التلف (اللحوم والدواجن والبيض ومنتجات الروب) من الثلاجة إلى المبرد قبل الخروج للرحلة مباشرة.
- ضرورة ملء أية مساحات فارغة داخل المبرد بمزيد من الثلج أو الفاكهة أو الأصناف غير القابلة للتلف؛ لأن المبرد المملوء تماماً يحتفظ بدرجة برودته لمدة أطول من المبرد المملوء جزئياً.
- ضع المبرد المغلق في المكان المخصص للركاب داخل السيارة، بدلاً من وضعه في صندوق الأمتعة الذي غالباً ما يكون حاراً.
- لا تفتح المبرد إلا عند الضرورة فقط؛ لأن تكرار فتحه يسمح بتسرب برودته الداخلية بشكل أسرع.



- حافظ على نظافة الأواني وأوعية الطعام واغسلها بالماء والصابون، وإن لم تتوفر إمكانية الغسيل ضع الأواني والأوعية المستعملة في أكياس وأحكم غلقها ثم اغسلها في منزلك.



## خطوات عملية الشوي

### التتبيل (النقع):

- يمكن تتبيل اللحم والدواجن بنقعها لعدة ساعات أو أيام؛ وذلك لتطريتها أو لإضافة نكهة، ويجب أن يتم التتبيل في الثلاجة وليس خارجها.
- إذا كان محلول التتبيل سوف يستخدم كصلصة للطعام المطبوخ فلا بد من حفظ جزء من هذا المحلول لذلك الغرض قبل وضع الباقي على اللحم أو الدواجن النيئة.
- أما إذا أردنا إعادة استخدام محلول التتبيل مرة أخرى فيتم عليه قبل إعادة استخدامه؛ وذلك للقضاء على البكتيريا الضارة.

### الطهي الجزئي قبل الشواية:

- لتقليل وقت الشواء، يعتبر الطهي الجزئي باستخدام الميكروويف أو الفرن وسيلة جيدة لذلك، مع التأكد من نقل اللحم فوراً من الميكروويف إلى الشواية التي سبق تسخينها لإتمام الطهي.

- لا تستخدم الأدوات نفسها للأغذية النيئة ثم الأغذية المطبوخة؛ لمنع انتقال الملوثات بواسطة الغذاء.
- حافظ على اللحوم والدواجن والأسماك مبردة حين استخدامها.
- إخراج الكمية التي تريد شواءها مباشرةً من صندوق الحفظ المبرد، ولا تتركها تتعرض لارتفاع درجة حرارتها.
- ضع صندوق الحفظ المبرد بعيداً عن أشعة الشمس المباشرة، ويفضل وضعه في الظل، وتفادي فتح الصندوق كثيراً للحفاظ على البرودة.
- ضع المشروبات والعصائر في صندوق مبرد منفصل.





- يوضع اللحم على طرف "شبيك" الشواية جيداً ولا يوضع مباشرة على الفحم المشتعل؛ حتى لا يتعرض للاحتراق .
- وفي المنزل يمكن حفظ اللحوم المطهية ساخنة في الفرن عند درجة حرارة ٩٥°م أو على نار هادئة أو على صينية تسخين .

### درجات الحرارة الداخلية الآمنة:

- الدجاج الكامل ٧٥°م .
- صدور الدجاج ٧٥°م .
- الدجاج المفروم ٧٥°م .
- أنواع البيف برجر ٧٠°م .
- لحوم الأبقار والمعجول والأغنام ( الشرائح والهبر والأضلاع "الريش") نصف استواء: تكون درجة الحرارة ٦٣°م ، واستواء كامل: تكون درجة الحرارة ٧٠°م .

### تقديم الطعام:

- يوضع الغذاء على أطباق تقديم نظيفة عند رفعه من الشواية .
- البكتيريا الضارة التي توجد على عصارة اللحوم النيئة يمكنها أن تلوث الطعام المطهي .

### الطهي بشكل صحيح وكامل:

- للقضاء على البكتيريا الضارة يجب أن تصل درجة الحرارة الداخلية للطعام إلى الحد الأدنى الكافي للقضاء على تلك البكتيريا .
- يتغير لون السطح الخارجي للحوم والدواجن إلى اللون البني بسرعة على الشواية .
- يجب استخدام مقياس درجة الحرارة؛ للتأكد أن درجة الحرارة الداخلية وصلت إلى الدرجة الآمنة .
- لإتمام شوي شرائح وهبر وأضلاع "ريش" لحوم الأبقار والعجل والأغنام يجب أن تصل درجة حرارتها الداخلية إلى ٦٣°م ، وفي البيف برجر يجب أن تصل إلى ٧٠°م .
- يجب عدم شوي اللحوم والدواجن لنصف الاستواء ليستكمل في وقت لاحق .

### إبقاء الأطعمة دائماً ساخنة:

- يجب أن تبقى اللحوم والدواجن المشوية ساخنة على درجة حرارة لا تقل عن ٦٠°م حتى تقدم للأكل .

## نصائح عملية لإعداد الشاورما بطريقة آمنة

يجب على المستهلك عند شراء الشاورما التأكد من الآتي:

- عرضها لفترة كافية على النار حتى استوائها جيداً.
- تقطيعها يكون على شكل شرائح رقيقة.
- بعد التقطيع توضع على سطح ساخن لضمان القضاء على الميكروبات.

وذلك حتى لا تكون الشاورما مصدراً للتسمم الغذائي.



- لا تترك الأغذية في الجو العادي لأكثر من ساعة عندما يكون الطقس حاراً (درجة الحرارة ٣٢°م)

### تدخين الأغذية بطريقة آمنة:

- التدخين هو طهي الطعام في حرارة اللهب غير المباشر، ويمكن أن يتم بشواية مغطاة مع وضع إناء به ماء تحت اللحم، وهناك فرن تدخين مصمم خصيصاً لإعداد الأغذية المدخنة خارج المنزل.
- تدخين اللحم يستغرق وقتاً أطول للنضج مقارنة بالشوي، ويفيد ذلك اللحوم الأقل طرارة مما يجعل النكهة تتغلغل داخل اللحم.
- يجب حفظ درجة حرارة فرن التدخين الآمنة ما بين (١٢٠°م - ١٥٠°م) لسلامة الغذاء.
- احرص على استخدام مقياس درجة الحرارة؛ للتأكد من الوصول إلى درجة الحرارة الآمنة.

- ◀ تشجيع المنافسة والتسويق العادلين للمنتجات.
- ◀ أداة من أدوات التخطيط للوجبات الغذائية.



## بطاقة المواد الغذائية

### ما هي بطاقة البيان؟

أي مستند أو علامة أو ماركة أو صورة أو أية بيانات وصفية أخرى مكتوبة أو مطبوعة أو محتومة أو موضوعة على عبوة المادة الغذائية أو ترفق بها بطريقة غير قابلة للإزالة.

ويعرف البيان الإيضاحي بأنه أي كتابة أو صور أو رسومات موجودة على بطاقة البيان تتعلق بصفات المادة الغذائية أو خواصها التغذوية أو طبيعتها أو بإعدادها أو استهلاكها أو أي مكوناتها أو أية خصائص أخرى.

### أهداف البطاقة الغذائية:

- ◀ ضمان توفير معلومات كافية ودقيقة لها علاقة بالصحة والسلامة والاقتصاد.
- ◀ حماية المستهلك والصناعة من الممارسات الترويجية أو التعبئة المضللة أو الخادعة.

## متطلبات سلامة الغذاء

وتهدف لضمان سلامة وأمان المواد الغذائية المعروضة للبيع؛ حيث يعتبر الغذاء غير سليم إذا كان ضاراً بالصحة أو غير صالح للاستهلاك الآدمي، ولتحديد أن الغذاء غير سليم يجب الأخذ بالاعتبار ما يلي:

- الحالة الطبيعية التي سيستخدم بها الغذاء من قبل المستهلك في كل مرحلة من مراحل تداوله.
- المعلومات المدونة على بطاقة بيان الغذاء أو أى معلومات أخرى متاحة بشكل عام للمستهلك، بخصوص تجنب تأثيرات صحية ضارة محددة لغذاء معين أو لمجموعة من الأغذية.
- إذا احتوى على أي مادة سامة أو ضارة باستثناء المبيدات أو الملوثة التي حددت القواعد الفنية أو المواصفات القياسية الدولية الحدود الأعلى لبقايا أي منها في الغذاء، إذا كانت هذه البقايا ضمن الحد المسموح بها.
- إذا احتوى على مضاف غذائي ممنوع.

## محتويات البطاقة الغذائية

- اسم منتج أو معبئ أو موزع السلعة الغذائية، وعنوانه.
- العلامة التجارية للمنتج.
- اسم المنتج الغذائي.
- بلد المنشأ.
- المقادير الصافية للمحتويات.
- التكويد العمودي للمنتج.
- قائمة المكونات.
- ظروف التخزين.
- البطاقة التغذوية - بطاقة البيانات أو المعلومات التغذوية - (عدا اللحوم والدواجن)
- طريقة الاستخدام.





- إذا تجاوز تاريخ الصلاحية المدون على بطاقة البيان وثبت بالفحص المخبري عدم صلاحيته للاستهلاك الآدمي .
- إذا احتوى على مضاف غذائي مجاز استعماله في ذلك المنتج ولكنه احتوى على حد أعلى مما هو منصوص عليه أو مسموح به، والمحدد بموجب القواعد الفنية .

- إذا كان قدراً أو متعفنًا أو متحللاً كلياً أو جزئياً، مع الأخذ بعين الاعتبار القواعد الفنية والمواصفات القياسية المقررة للمادة الغذائية .
- إذا كان من نتاج حيوان مريض بمرض لا يسمح باستعمال نتاجه للاستهلاك الآدمي، كالسلل البقري والبروسيللا وجنون البقر، أو من حيوان قد نفق قبل ذبحه .
- إذا كانت العبوة التي تحتوي عليه مصنعة من مواد غير مقبولة لتعبئة ذلك الغذاء .
- إذا كان قد تلوث بالإشعاع، وكانت نسبة النشاط الإشعاعي فيه أعلى من الحد المسموح به دولياً .
- إذا احتوى على هرمونات أو مواد كيميائية أو أدوية بيطرية أو أي بقايا منها، وكانت بنسبة أعلى من الحد المسموح به وفقاً للقواعد الفنية أو للمواصفات القياسية المحلية أو الدولية المقررة، أو عند عدم وجود قواعد فنية أو مواصفات قياسية دولية تسمح باستخدام هذه المواد أو بقاياها في الغذاء .



## الأغذية المغشوشة

يجب أن تكون المواد الغذائية المعروضة للاستهلاك الآدمي غير مغشوشة، ويعتبر الغذاء مغشوشاً في أي من الحالات التالية:

- إذا احتوى على مضاف غذائي مسموح وغير مجاز استعماله في ذلك المنتج وفقاً للقواعد الفنية.
- إذا نزع أي من مكوناته أو أجري أي تغيير عليها أو أعيد تركيبها، إلا إذا أعلن عن ذلك في بطاقة البيان الخاصة به وكانت مثل هذه الإجراءات مسموحاً بها وفقاً للشروط والتعليمات التي تصدرها المؤسسة، كاستبدال الدسم الحيواني بدسم نباتي في الجبن الأبيض الطري نباتي الدهن دون إثبات ذلك في البطاقة الغذائية.
- إذا أضيفت مادة من شأنها أن تقلل من نسبة القيمة الغذائية للغذاء، بقصد الربح، أو لإخفاء عيب أو نقص فيه، أو زيادة في حجمه أو وزنه.

- إذا انتهت مدة صلاحيته كما هو مدون في بطاقة البيان دون أن يثبت بالفحص المخبري عدم صلاحيته للاستهلاك الآدمي.
- إذا تم تداوله في أحوال أو ظروف مخالفة للتدابير الصحية الصادرة عن المؤسسة.
- إذا كان غير مطابق لشروط الجودة الواردة في القواعد الفنية المعتمدة.
- إذا تم إعادة تصنيعه وإعطائه إعادة بيانات جديدة بتاريخ صلاحية جديد.



### الأغذية الموصوفة وصفاً كاذباً

- يجب أن تكون المواد الغذائية المعروضة للاستهلاك الآدمي مطابقة للقواعد الفنية الخاصة ببطاقة البيان والقواعد الفنية الأخرى ذات العلاقة.
- يجب أن لا تؤدي بطاقة بيان الغذاء والدعاية والإعلان عن الغذاء وشكل العبوة ومظهر الغذاء وطريقة ترتيب وعرض الغذاء، وكذلك المعلومات التي تنشر عن الغذاء بأي وسيلة إعلان، إلى تضليل للمستهلكين.
- ويعتبر الغذاء موصوفاً وصفاً كاذباً في أي من الحالات التالية:
  - إذا كان معبأً أو مهياً بشكل مضلل.
  - إذا احتوى على أي مضاف غذائي مسموح به دون أن تبين بطاقة البيان ذلك بوضوح تام وكانت إضافته متطلباً لإعداد هذا الغذاء.
  - إذا كانت بطاقة البيان غير صحيحة أو مضللة.

- عدم احتواء بطاقة البيان على المعلومات التالية:
  - اسم الغذاء.
  - اسم وعنوان المنتج و / أو المعبئ.
  - بيان المحتويات بالوزن الصافي أو القياس أو الأرقام.
  - بيان مكونات الغذاء مرتبة حسب الأهمية.
  - ظروف التخزين، إذا كان الغذاء من المواد التي تحتاج إلى ظروف حفظ أو تخزين معينة.
  - تاريخ إنتاج الغذاء وانتهاء صلاحيته، إذا كان من المواد التي لها مدة صلاحية محددة.
  - أي تحذيرات صحية خاصة بفئة من المستهلكين .



رقم الإيداع: ١٤٣٤/٣١٨٣  
ردمك: ٧-٨٤-٨١٠٩-٦٠٣-٩٧٨