



مؤسسه عالی آموزش و پرورش مدیریت برنامه ریزی

آئین نامه و دستورالعمل اجرایی تغذیه دانشجویی

مقدمه:

امور تغذیه اداره کل امور دانشجویی موسسه باهدف نظارت بر تأمین، تهیه و توزیع غذای سالم و بهداشتی در جهت ارتقای سطح ایمنی غذا و سلامتی جسمی دانشجویان این مهم را عهده‌دار است و با انجام اقدامات لازم می‌کوشد از طریق ارائه غذای مناسب و بهداشتی در تمام روزهای کاری هفته برای وعده نهار رضایت خاطر دانشجویان را فراهم نماید، آیین‌نامه حاضر در این خصوص به تعیین دستورالعمل‌هایی در زمینه ساختار ابنیه آشپزخانه و رستوران‌های موسسه، نیازمندی‌های بهداشتی و سلامتی کارکنان، کنترل بهداشت فردی، تجهیزات و محیط کار و همچنین کنترل کیفیت و کمیت مواد اولیه و مواد غذایی آماده سرو می‌پردازد که توسط چک‌لیست‌های پیوست آیین‌نامه مورد ارزیابی روزانه قرار می‌گیرد.

ماده ۱- تعاریف

کارفرما: موسسه عالی آموزش و پژوهش مدیریت و برنامه‌ریزی به نمایندگی معاون توسعه مدیریت و سرمایه انسانی.

پیمانکار یا مجری: شرکت طرف قرارداد با کارفرما که توسط معاونت توسعه مدیریت و سرمایه انسانی تعیین می‌گردد.

کارشناس امور تغذیه: کارشناس مجرب دارای مدرک تحصیلی حداقل لیسانس با ۲ سال سابقه کار یا مدرک کارشناسی ارشد مرتبط که ناظر بر کمیت، کیفیت و شرایط بهداشتی در امور تهیه، طبخ، توزیع، سرو غذا و خدمات رستوران دانشجویی در اداره خدمات دانشجویی اداره کل امور دانشجویی انجام وظیفه می‌نماید.

ناظر: فردی دارای سابقه کار آشپزی در آشپزخانه از سوی معاونت توسعه مدیریت و سرمایه انسانی به منظور نظارت بر حسن اجرای تعهدات پیمانکار یا مجری تعیین می‌گردد.

دانشجو: شخصی که بر اساس مقررات آموزشی موسسه جهت تحصیل پذیرفته شده و اشتغال به تحصیل نامبرده مورد تأیید ساختار آموزشی موسسه باشد.

دانشجویان خوابگاهی: دانشجویانی که از تسهیلات خوابگاهی موسسه استفاده کرده و در روزهایی که در دانشگاه حضور ندارند می‌توانند غذای خود را در سیستم اتوماسیون تغذیه گزینه خوابگاه را انتخاب و رزرو نمایند.

دانشجویان غیر خوابگاهی: دانشجویانی که از امکانات خوابگاهی استفاده نکرده و صرفاً نهار خود را با رزرو قبلی در سیستم اتوماسیون در رستوران دانشجویی دانشگاه صرف می‌کنند.

سیستم اتوماسیون تغذیه: این سیستم با مسئولیت اداره کل امور دانشجویی و با پشتیبانی اداره کل فن‌آوری، اطلاعات و ارتباطات عهده‌دار ارائه خدمات از قبیل ثبت اطلاعات دانشجویان، خدمات رزرواسیون، ثبت سنوات تحصیل، شارژ اعتبار ریالی و سایر خدمات مرتبط با این سیستم می‌باشد.

کمیته غذا: این کمیته برای تدوین برنامه غذایی و نظارت بر عملکرد فرآیند تهیه، طبخ، توزیع و سرو غذای دانشجویان، متشکل از معاون اداره کل امور دانشجویی، کارشناس امور تغذیه آن اداره کل و نماینده دانشجویان (نماینده شورای صنفی) می‌باشد.

سنوات تحصیل: پس از احراز ثبت‌نام و ارائه کارت دانشجویی در سیستم اتوماسیون تغذیه برای دانشجویان کارشناسی ارشد ۴ نیمسال تحصیلی و برای دانشجویان دکتری ۶ نیمسال تحصیلی فرصت استفاده از غذای موسسه تعریف خواهد شد.

نرخ غذا: نرخ غذای دانشجویان در ابتدای هر سال تحصیلی بر اساس سنوات تحصیل توسط صندوق رفاه دانشجویان تعیین می‌گردد که کلیه مؤسسات و دانشگاه‌ها ملزم به رعایت آن می‌باشند.

ماده ۲- اهداف

یکسان‌سازی رویه‌ها، جلوگیری از اقدامات موازی و تصمیم‌گیری‌های سلیقه‌ای همچنین سامان‌دهی دستورالعمل‌ها، ضوابط و قوانین حاکم بر غذای دانشجویان با تعیین الزامات سیستم مدیریت ایمنی مواد غذایی که برای تضمین ایمنی آن در زمان مصرف بکار گرفته می‌شود که موجب تسهیل امور در این بخش خواهد بود.

ماده ۳- شرح وظایف

- ۱-۳- تهیه و تدوین آنالیز غذایی و تعیین شرایط اختصاصی قراردادهای مناقصه‌های مرتبط با تغذیه دانشجویی.
- ۲-۳- تهیه و تدوین برنامه غذایی هفتگی یا ماهیانه دانشجویان.
- ۳-۳- تهیه، تدوین و ارائه آمار و اطلاعات مرتبط با امور تغذیه دانشجویان و ارزیابی آن‌ها.
- ۴-۳- برنامه‌ریزی و نظارت بر اتوماسیون تغذیه دانشجویی.
- ۵-۳- نظارت بر کلیه امور کارکنان و اماکن تحت پوشش اداره تغذیه.
- ۶-۳- نظارت بر بهداشت فردی کارکنان و محیط آشپزخانه و سلف‌سرویس‌ها.
- ۷-۳- نظارت بر تهیه اقلام اصلی مواد اولیه توسط پیمانکار (کنترل کیفیت مواد اولیه مصرفی جهت طبخ غذا در آشپزخانه از نظر داشتن علامت استاندارد، تاریخ تولید و انقضا، کنترل علائم ظاهری محصول از نظر رنگ، طعم و... داخل آشپزخانه).
- ۸-۳- نظارت بر مراحل آماده‌سازی مواد اولیه و طبخ غذا از حیث رعایت مسائل بهداشتی و کمی و کیفی.
- ۹-۳- نظارت بر سرو و توزیع غذای طبخ شده در رستوران‌ها و خوابگاه‌های دانشجویی.
- ۱۰-۳- اطلاع‌رسانی مناسب در زمینه قوانین، فعالیت‌ها و فرآیندهای مرتبط با تغذیه دانشجویان.
- ۱۱-۳- ارائه راهکارهای اجرایی مناسب در زمینه بهبود وضعیت تغذیه دانشجویان.
- ۱۲-۳- مسئولیت پی‌گیری صدور و تأیید صحت کارت بهداشتی صادر شده برای کلیه دست‌اندرکاران تهیه، آماده‌سازی، طبخ، سرو و توزیع غذای دانشجویی.
- ۱۳-۳- شناسایی دانشجویان فعال به‌عنوان همکار دانشجویی در نظارت بر کیفیت و کمیت غذای سرو شده در رستوران دانشجویی.
- ۱۴-۳- رسیدگی به انتقادات و پیشنهادات در مورد کیفیت غذایی و اعلام به پیمانکار جهت برنامه‌ریزی هرچه بهتر.
- ۱۵-۳- نظارت بر انبارهای مواد غذایی و رعایت اصول انبارداری.
- ۱۶-۳- شرکت در جلسات برگزاری مناقصه مربوط به تغذیه‌های دانشجویان اعم از واگذاری بوفه، تهیه و توزیع غذای دانشجویی.
- ۱۷-۳- ارائه گزارش روزانه از فرایند تهیه، طبخ، توزیع، سرو غذا بوسیله فرم‌های ارزیابی مربوطه به مسئولین ذی‌ربط.

ماده ۴ - دستورالعمل‌های اجرایی

در راستای برپایی نظام کمی، کیفی و بهداشتی در ساختار تولیدی مواد غذایی در نظر گرفتن برخی نکات و اصول اجباری است، از جمله می‌توان به موارد ذیل استناد کرد:

۴-۱- دستورالعمل ساختار ابنیه آشپزخانه و رستوران

محیط و تجهیزات باید به‌گونه‌ای طراحی، نصب و اجرا شده باشد که بهترین بازده را در هنگام طبخ و سرو داشته باشیم. اصول جانمایی فضاها مبحث مهم و کلیدی است که در امور دیوارها، کف، پنجره‌ها، درها و ... بحث می‌کند. چنین فضاها و ساختارها باید به نحوی طراحی و ساخته شوند که از هرگونه آلودگی مواد غذایی جلوگیری به عمل آمده و نیز باعث سلامت، بهداشت، کنترل مخاطرات و مناسب بودن فرایند طبخ و آماده‌سازی گردد.

الف: دیوار و کف

- الف-۱- دیوار آشپزخانه، انبار، حمام، توالت و دستشویی می‌بایست از کف تا سقف کاشی یا سرامیک به رنگ روشن باشد.
- الف-۲- کف آشپزخانه و رستوران‌ها به صورت یکدست و به رنگ روشن طراحی شود.
- الف-۳- زاویه بین دیوارها و کف نباید ۹۰ درجه باشد و می‌بایست توسط کاشی و یا مصالح به قوسی بیش از ۹۰ درجه تبدیل شود تا امکان تمیز کردن، شستشو و ضدعفونی کف مطلوب‌تر صورت گیرد.
- الف-۴- جنس مصالحی که برای کف استفاده می‌شود باید از سنگ‌های مقاوم و مطلوب باشد تا از شکستگی و ایجاد ترک جلوگیری شود.
- الف-۵- کف محل پخت می‌بایست صاف، بدون ترک خوردگی و خلل و فرج، غیر لغزنده و همواره قابل شستشو باشد.
- الف-۶- کف آشپزخانه و رستوران‌ها باید دارای شیب مناسب به طرف کف‌شوی باشد به نحوی که از تجمع آب و ایجاد آلودگی جلوگیری شود.
- الف-۷- به منظور جلوگیری از ورود حشرات و جوندگان موزی و ایجاد آلودگی از این طریق استفاده از توری بر روی کف‌شوی الزامی است.

ب: سقف

- ب-۱- سقف باید صاف، به رنگ روشن و بدون درز و ترک خوردگی باشد.
- ب-۲- سقف و هرگونه قید و بست‌های بالاسری باید به طوری ساخته شود که ایجاد آلودگی و میعان بخار آب و ریزش ذرات را به حداقل برساند.

ج: در و پنجره

- ج-۱- تمام پنجره‌ها و درها می‌بایست قابل شستشو باشند.

ج-۲- درهای ورودی و خروجی آشپزخانه باید از نوع خود بسته شو باشند

ج-۳- کلیه درها و پنجره‌های باز شو باید به توری ضد زنگ با قابلیت شست و شو و حتی المقدور قابلیت تعویض مجهز باشند.

ج-۴- ساخت درها و پنجره‌ها طوری باشد که مانع از ورود حشرات و جوندگان موذی شود.

د: سیستم روشنایی

د-۱- لازم است به منظور جلوگیری از خستگی کارکنان آشپزخانه از تلفیق دو نور سفید و زرد استفاده شود.

د-۲- برای اطمینان از عدم ایجاد آلودگی در هنگام خرد شدن، سیستم‌های روشنایی می‌بایست دارای قید و بست‌های مناسب و محافظ در برابر آب، حرارت و ضربه باشند.

د-۳- به منظور کاهش خطای دید و خستگی کارکنان آشپزخانه می‌بایست نور به میزان کافی تأمین شود.

ه: کنترل درجه حرارت

ه-۱- به منظور کاهش آلودگی مواد غذایی از طریق هوا (مانند قطرات حاصل از میعان بخار آب، کنترل دمای محیط، کنترل بوهایی که بر کیفیت مواد غذایی اثر مخرب دارند) و همچنین کنترل رطوبت برای اطمینان از سلامت مواد غذایی وجود تهویه مکانیکی مؤثر در آشپزخانه ضروری است.

ه-۲- انبار مواد غذایی می‌بایست مجهز به هواکش فیلتر دار متناسب با فضای آن باشد، حداکثر دمای انبار 25°C است.

ه-۳- سردخانه‌ها باید مجهز به دماسنج سالم باشند، دمای مطلوب سردخانه زیر صفر 18°C - و سردخانه بالای صفر 4°C می‌باشد.

و: انبارداری

و-۱- اختصاص فضای مناسب به مواد اولیه غذایی و مواد شیمیایی به نحوی که شرایط چیدمان و نگهداری بهداشتی آن‌ها رعایت شود الزامی است.

و-۲- به منظور انبارش مواد غذایی معمولاً آن‌ها را بالاتر از سطح زمین بر روی پالت‌هایی از جنس پلاستیک یا استیل و یا در قفسه‌های استیل قرار می‌دهند.

و-۳- محل انبار مواد غذایی به گونه‌ای باید طراحی و انتخاب شود که از دسترسی آفات و ایجاد پناهگاه آن‌ها جلوگیری به عمل آید.

و-۴- برای جلوگیری از آلودگی مواد غذایی بهتر است انبارها پنجره نداشته باشند یا در صورت وجود دارای حفاظ مناسب باشند که از ورود آفات و جوندگان موذی جلوگیری شود.

و-۵- برای انبارش هر محصول به تهویه خاصی نیاز است که می‌بایست رعایت شود.

ز: رختکن

ز-۱- اختصاص فضای مناسب جهت محل رختکن کارکنان آشپزخانه الزامی است.

ز-۲- رختکن می‌بایست خارج از محل طبخ و آماده‌سازی غذا و مجهز به کمدهای انفرادی باشد.

ح: سرویس بهداشتی و حمام

- ح-۱- وجود سرویس بهداشتی و حمام دارای تهویه مناسب الزامی است.
- ح-۲- سرویس بهداشتی می‌بایست از مکان‌های طبخ و آماده‌سازی مواد غذایی جداسازی شده و مستقیماً به داخل این مکان‌ها باز نشوند.

ط: ایمنی و حفاظتی

- ط-۱- جعبه کمک‌های اولیه مجهز به چسب زخم و کاغذی، قیچی، پنس، گاز استریل بسته‌بندی شده، ماده ضد عفونی کننده، پماد ضد سوختگی و ... در آشپزخانه وجود داشته باشد.
- ط-۲- در دسترس بودن کپسول آتش‌نشانی و اطفاء حریق دارای برچسب درج تاریخ، کنترل فنی و بررسی ادواری و مشخصات بازدیدکننده در آشپزخانه و رستوران دانشجویی الزامی است.
- ط-۳- سیم‌کشی، محل پریزها و کلیدهای برق آشپزخانه می‌بایست در مقابل آب ایمن باشند.

۴-۲- نیازمندی‌های بهداشت و سلامت

دست‌اندرکاران مواد غذایی باید دانش و مهارت لازم برای انجام کار به طریق بهداشتی را داشته باشند و آن‌هایی که در عملیات مواد غذایی به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم دخالت دارند باید قبلاً آموزش دیده باشند. آموزش برای هر سیستم بهداشت مواد غذایی حائز اهمیت است و آموزش ناکافی تهدیدی بالقوه برای ایمنی و مناسب بودن مواد غذایی آماده مصرف است، لذا کارکنان در ابتدای معرفی به آشپزخانه می‌بایست دارای گواهی‌های ذیل باشند:

الف) گواهی مهارت آشپزی از مراجع ذیصلاح (سازمان فنی و حرفه‌ای).

ب) گواهی معتبر گذراندن دوره ویژه بهداشت عمومی و کمک‌های اولیه از آموزشگاه بهداشت اصناف.

ج) کارت معاینه پزشکی معتبر (کارت بهداشت) که همواره باید در معرض دید قرار بگیرند.

الف: بهداشت فردی:

- (کارکنان و محیط کار باید سطح بالایی از پاکیزگی را داشته باشند)
- الف-۱- استفاده از لباس کار مناسب، ماسک، کلاه، ساق دست، دستکش یک‌بارمصرف، کفش کار مخصوص در تمام مدت آماده‌سازی، طبخ و سرو غذا الزامی است.
- الف-۲- لباس می‌بایست از رنگ روشن، پاکیزه با شرایط خوب (بدون پارگی، شکاف، چروک، کثیفی و ...) انتخاب شود و روزانه شسته شود.
- الف-۳- کارکنان آشپزخانه می‌باید دارای دودست لباس کامل و مناسب شامل روپوش، شلوار، کلاه، چکمه، کفش مخصوص، ساق دست برای هر ۶ ماه باشند.

- الف-۴- تردد کارکنان بالباس کار در محوطه موسسه ممنوع می‌باشد.
- الف-۵- ورود شاغلین با البسه آلوده به آشپزخانه ممنوع است.
- الف-۶- ورود افراد متفرقه به آشپزخانه ممنوع می‌باشد.
- الف-۷- فروش کالا در زمان سرو غذا توسط آشپزها و سرو کننده غذا ممنوع است.
- الف-۸- مو، ریش و سبیل باید به‌طور کامل توسط ماسک احاطه شوند.
- الف-۹- ناخن‌ها باید تمیز و کوتاه باشند.
- الف-۱۰- شستن دست در محل شستشوی ظروف ممنوع می‌باشد.
- الف-۱۱- کارکنان می‌باید در صورت داشتن زخم، بریدگی، سوختگی، تاول یا جوش چرکی می‌بایست محل را با نوار یا باند ضد آب کاملاً بپوشانند.
- الف-۱۲- استفاده از زیورآلات شخصی (ساعت، دستبند و ...) هنگام کار ممنوع است.
- الف-۱۳- کارکنان می‌بایست دارای اطلاعات کافی در مورد شستشوی مرتب دست با آب و صابون باشند:
- قبل از شروع و حین کار با مواد غذایی.
 - بلافاصله بعد از استفاده از سرویس‌های بهداشتی و پاک کردن بینی.
 - بلافاصله پس از جابجایی هر ماده بالقوه آلوده.
- الف-۱۴- برای خشک کردن دست از دستمال کاغذی یا دست خشک‌کن برقی استفاده شود.
- الف-۱۵- هنگام ورود به سردخانه‌ها، سرویس بهداشتی و محیط خارج از آشپزخانه از دمپایی یا کفش مجزا استفاده شود.
- الف-۱۶- کارکنان می‌بایست از انجام رفتارهایی که منجر به آلودگی مواد غذایی می‌شوند (مانند موارد ذیل) خودداری کنند:
- استعمال دخانیات.
 - انداختن آب دهان.
 - جویدن آدامس.
 - خوردن مواد به هنگام طبخ و سرو غذا.
 - تماس‌های غیرضروری با غذای پخته و آماده سرو.
- الف-۱۷- افرادی که بیماری آنان محرز شده یا مشکوک به بیماری هستند (مانند موارد ذیل):
- یرقان، اسهال، استفراغ، تب، عفونت گلو همراه با تب.
 - زخم‌های عفونی قابل‌رؤیت بر روی پوست.
 - ترشح مواد از گوش، چشم یا بینی.
- به‌هیچ‌وجه نباید اجازه ورود به محل کار با مواد غذایی را داشته باشند و می‌بایست تحت نظر پزشک قرار بگیرند.
- الف-۱۸- نحوه توزیع و تحویل غذا به واحد حمل‌ونقل می‌بایست کاملاً بهداشتی با برخورد مناسب کارکنان و به‌گونه‌ای باشد که باعث ازدحام مراجعین و اتلاف وقت آن‌ها نشود.
- الف-۱۹- فضای پخت و توزیع باید با تعداد کارگران و حجم کار متناسب باشد به‌نحوی که کار تهیه و طبخ غذا به‌راحتی انجام شود.

ب: بهداشت محیط

- ب-۱- اجرای بهسازی محیط و مبارزه فیزیکی یا شیمیایی با حشرات و جوندگان موذی به نحوی صورت گیرد که هیچ آثاری از آنها مشاهده نشود.
- ب-۲- آشپزخانه، رستوران‌ها و انبار می‌بایست هر ۶ ماه یکبار برحسب نیاز سم‌پاشی و تله گذاری شود.
- ب-۳- شستشوی کف آشپزخانه می‌بایست روزانه به‌طور مرتب انجام شود به‌گونه‌ای که در هیچ‌یک از ساعات کاری هیچ‌گونه لغزندگی مشاهده نشود.
- ب-۴- شستشوی کلی (نظافت عمومی آشپزخانه و سردخانه‌ها) هفته‌ای یکبار با ثبت در چک‌لیست پیوست ۱ الزامی است.
- ب-۵- سردخانه‌ها می‌بایست هفته‌ای یکبار برفک‌زدایی شده و با آب گرم و مواد شوینده شستشو داده شود.
- ب-۶- نظافت روزانه رستوران‌ها به‌طور منظم الزامی است.
- ب-۷- راه‌آب‌های فاضلاب می‌بایست از پوشش لازم برخوردار باشند.
- ب-۸- زباله‌ها می‌بایست به تفکیک (نان، غذا، ظروف یک‌بارمصرف و ...) روزانه و به‌طور بهداشتی دفع شوند.
- ب-۹- زباله‌دان‌ها می‌بایست سالم، دربدار و ضدزنگ باشند، ضمن اینکه روزانه شستشو گردند.
- ب-۱۰- تخته کار همواره باید تمیز و بدون درز و شکاف باشد و پس از هر بار استفاده روی آن نمک پاشیده شود.
- ب-۱۱- ظروف پس از شستشو باید در جاذرفی مخصوص خود به‌طور عمودی قرار بگیرد تا در مجاورت هوا خشک گردد و از بکار بردن دستمال برای خشک کردن ظروف خودداری شود.
- ب-۱۲- ابزار و وسایلی که برای پوست کندن، مخلوط کردن و خرد کردن مواد غذایی استفاده می‌شوند نباید دارای درز و شکاف باشند و بلافاصله بعد از استفاده شستشو و ضدعفونی شوند بطوریکه عاری از هرگونه ذرات و تکه‌های باقی‌مانده غذایی باشند.
- ب-۱۳- استفاده از روزنامه و کاغذ بازیافتی ممنوع است.
- ب-۱۴- سیخ‌های کباب پس از استفاده شستشو، سمباده یا اسکاچ زده شوند و پس از ضدعفونی و آبکشی به‌طور عمودی در ظرف مخصوص قرار بگیرند.
- ب-۱۵- دمای سردخانه بالای صفر بین 1°C تا 4°C و حداقل دمای سردخانه زیر صفر 24°C - 18°C زیر صفر باشد.
- ب-۱۶- چیدمان و نگهداری ظروف و تجهیزات و وسایل باید به‌گونه‌ای باشد که خطر سقوط وجود نداشته باشد و مزاحمتی برای رفت‌وآمد ایجاد نکند.
- ب-۱۷- کلیه موادی که در انبار و سردخانه‌ها نگهداری می‌شوند باید بر روی قفسه‌هایی از جنس زنگ نزن، قابل شستشو و بافاصله کافی با دیوارها و ارتفاع 30 سانتی‌متر از کف قرار بگیرند.
- ب-۱۸- از قرار دادن مواد غذایی به‌طور مستقیم و بدون ظرف و پوشش مناسب در داخل سردخانه‌ها خودداری شود.
- ب-۱۹- برای نگهداری مواد غذایی در سردخانه از پوشش پلاستیکی که کاملاً سطح ماده غذایی را پوشانده باشد استفاده گردد.
- ب-۲۰- قفسه‌بندی و چیدمان باید به‌گونه‌ای باشد که فضای خالی بین اجناس وجود داشته باشد. از قرار دادن و تلبار کردن مواد غذایی در کف سردخانه خودداری شود.

- ب-۲۱- در سردخانه‌ها مواد غذایی هم‌گروه در یک طبقه و طبقات کناری هم قرار می‌گیرند.
- ب-۲۲- قرار دادن مواد غذایی پخته و خام، شسته و نشسته در کنار هم در سردخانه‌ها ممنوع است.
- ب-۲۳- با توجه به امکان انتقال باکتری از مجاورت گوشت شسته شده، تمیز و آماده طبخ با گوشت پاک نشده و آلوده جداً خودداری شود.
- ب-۲۴- سردخانه می‌بایست فاقد هرگونه بوی نامطبوع باشد
- ب-۲۵- به هیچ‌عنوان از آب سرد یا گرم برای باز کردن یخ گوشت و فراورده‌های گوشتی یخ‌زده استفاده نشود.
- ب-۲۶- جهت یخ‌زدایی گوشت می‌بایست آن را ۲۴ ساعت قبل در سردخانه بالای صفر قرارداد و پس از خارج کردن از آنجا حداکثر ۲ ساعت در دمای محیط قرار گیرد.
- ب-۲۷- مواد غذایی منجمد بعد از ذوب شدن با هوای معمولی می‌بایست بلافاصله مصرف شوند و از انجماد مجدد آن جلوگیری شود.
- ب-۲۸- کلیه مواد غذایی نباید بیش از ۲ ساعت در دمای $4-60^{\circ}\text{C}$ قرار گیرند.
- ب-۲۹- از انتقال مواد و وسایلی که با محیط خارج تماس داشته‌اند (لفاف بسته‌بندی) به داخل سردخانه جلوگیری شود.
- ب-۳۰- انتقال کالای نگهداری شده در سردخانه‌ها به بخش آماده‌سازی می‌بایست طبق قانون FIFO (First in first out) باشد.
- ب-۳۱- کالاهای نگهداری شده در سردخانه‌ها می‌بایست دارای برچسب با اطلاعات موردنیاز (تاریخ ورود، وزن، نوع کالا، تاریخ تولید و انقضا و ...) باشند.
- ب-۳۱- سوابق ورود کالا به انبار و سردخانه‌ها و خروج آن می‌بایست توسط نماینده پیمانکار و در حضور نماینده کارفرما طبق فرم پیوست ۲ ثبت شود.
- ب-۳۲- با توجه به فساد سریع گوشت چرخ‌کرده باید این مواد همواره در سردخانه بالای صفر و حداکثر به مدت ۱۲ ساعت نگهداری شوند، ضمن آنکه می‌بایست در محل آشپزخانه چرخ شود.
- ب-۳۳- از نگهداری ظروف خالی و وسایل اسقاطی در داخل انبار مواد غذایی خودداری شود.
- ب-۳۴- مواد شیمیایی (مانند شوینده‌ها) به‌طور مناسب برچسب‌گذاری شده و از مواد غذایی دور گردد.
- ب-۳۵- دستشویی در تمام اوقات می‌بایست دارای صابون مایع و مجهز به حوله کاغذی یا خشک‌کن الکتریکی باشد.
- ب-۳۶- وجود سطل زباله همراه با کیسه در سرویس بهداشتی الزامی است و باید روزانه تعویض شود.
- ب-۳۷- ضوابط بهداشتی کف، دیوارها، کاسه دستشویی در سرویس بهداشتی می‌بایست کاملاً رعایت شود.
- ب-۳۸- شستشوی روزانه دستشویی و توالت با برس نایلونی ضروری است.
- ب-۳۹- استفاده از مپ و تی جهت نظافت توالت ممنوع است.

ج: کنترل کیفیت و کمیت مواد اولیه و مواد غذایی آماده سرو

- ج-۱- لبنیات (کره، ماست و خامه) می‌باید از نوع درجه‌یک، مرغوب، معتبر، مورد تأیید، دارای تاریخ تولید و انقضاء، پروانه ساخت، علامت استاندارد و بسته‌بندی مناسب باشد.

- ج-۲- کره مورد استفاده ۱۰ و ۲۵ گرمی و از نوع حیوانی باشد.
- ج-۳- گوشت گوساله می‌باید (با ذبح اسلامی) به صورت ران و سردست تازه، گرم، بدون چربی و استخوان، ممهور به مهر و تائید دامپزشکی بوده، به صورت هفتگی خریداری و تحویل آشپزخانه داده شود.
- ج-۴- گوشت گوسفندی می‌باید (با ذبح اسلامی) به صورت قلوه‌گاه تازه و گرم، بدون چربی و استخوان، ممهور به مهر و تائید دامپزشکی بوده، به صورت هفتگی خریداری و تحویل آشپزخانه داده شود.
- ج-۵- گوشت مرغ می‌باید تازه و دارای تاریخ تولید و انقضاء (کشتار روز هنگام ورود به سردخانه موسسه) با مهر و تائید دامپزشکی باشد.
- ج-۶- گوشت، مرغ و ماهی می‌باید در محل آشپزخانه آماده‌سازی و شستشو گردد.
- ج-۷- کلیه گوشت‌های مصرفی پس از انتقال به آشپزخانه باید بلافاصله از هرگونه مواد زائد و اضافی پاک شود.
- ج-۸- سبزیجاتی شامل: سیب‌زمینی، پیاز، سیر، هویج و ... می‌باید با کیفیت مرغوب و درجه یک، تمیز، پاک‌شده و آماده طبخ باشد. ضمناً شستشو و پاک کردن باید در محل آشپزخانه موسسه انجام شود.
- ج-۹- آنالیز سبزی قورمه خام بهتر است شامل: ۳۵ درصد تره، ۲۵ درصد جعفری، ۱۵ درصد گشنیز، ۱۵ درصد اسفناج یا برگ چغندر و ۱۰ درصد شنبلیله باشد.
- ج-۱۰- سبزی خردشده (سبزی‌پلویی، شوید و سبزی قورمه) می‌بایست از مراکزی خریداری شود که مراحل شستشو و ضدعفونی‌سازی را به طور دقیق طی نمایند.
- ج-۱۱- رب گوجه‌فرنگی می‌باید دارای تاریخ تولید و انقضاء، پروانه ساخت، علامت استاندارد، مارک معتبر مورد تائید بوده و با بسته‌بندی حداکثر ۵ الی ۹ کیلویی مصرف گردد.
- ج-۱۲- روغن افزودنی به غذا (حیوانی و معمولی) می‌بایستی از نوع روغن‌های معتبر، مورد تائید و دارای تاریخ تولید و انقضاء، پروانه ساخت، علامت استاندارد و دارای بسته‌بندی حداکثر ۲ لیتری باشد.
- ج-۱۳- روغن مصرفی جهت سرخ کردن و تفت دادن غذا می‌باید از نوع مایع سرخ‌کردنی با مارک معتبر، دارای تاریخ تولید، انقضاء، پروانه ساخت، علامت استاندارد و دارای بسته‌بندی مناسب باشد.
- ج-۱۴- ماکارونی مصرفی می‌بایست با مارک معتبر و دارای تاریخ تولید، انقضاء، پروانه ساخت، علامت استاندارد و دارای بسته‌بندی مناسب باشد.
- ج-۱۵- نمک غذا می‌باید یددار تصفیه‌شده با مارک معتبر و مورد تائید، دارای تاریخ تولید، انقضاء، پروانه ساخت، علامت استاندارد و دارای بسته‌بندی مناسب (حداکثر یک کیلویی) باشد و در ظروف دربسته و دور از نور نگهداری شود.
- ج-۱۶- نمک برنج می‌باید از نوع نمک سنگ بلغوره و بسته‌بندی‌شده دارای تاریخ تولید، انقضاء، پروانه ساخت، علامت استاندارد و دارای بسته‌بندی مناسب باشد.
- ج-۱۷- حبوبات می‌باید پاک‌شده مرغوب و درجه یک دارای علامت استاندارد و بسته‌بندی مناسب باشد، استفاده از مواد فله‌ای ممنوع می‌باشد.
- ج-۱۸- زرشک می‌باید از نوع زرشک پفکی مرغوب پاک‌شده و خشک باشد.
- ج-۱۹- ادویه‌جات می‌باید از نوع مرغوب با مارک معتبر، پروانه ساخت، علامت استاندارد، تاریخ تولید و انقضاء و بسته‌بندی مناسب باشد.

- ج-۲۰- زعفران می‌باید از نوع سرگل مرغوب و درجه‌یک و بسته‌بندی، ۱۰ گرمی با مارک معتبر و مورد تأیید باشد.
- ج-۲۱- آب‌غوره، آبلیمو و سرکه می‌باید از نوع مرغوب و پاستوریزه با مارک معتبر و مورد تأیید و دارای تاریخ تولید، انقضاء، پروانه ساخت، علامت استاندارد و دارای بسته‌بندی مناسب باشد.
- ج-۲۲- کشمش پلویی می‌باید از نوع درجه‌یک و مرغوب و غیر دودی با مارک معتبر و مورد تأیید باشد.
- ج-۲۳- مربای مصرفی می‌باید از نوع درجه‌یک با مارک معتبر و مورد تأیید و دارای تاریخ تولید و انقضاء، پروانه ساخت، علامت استاندارد باشد.
- ج-۲۴- چاشنی‌جات مصرفی برای هر نوع غذا به جهت طعم و کیفیت به مقدار لازم و از نوع مرغوب مصرف گردد.
- ج-۲۵- منظور از برنج، برنج مرغوب ایرانی درجه‌یک می‌باشد.
- ج-۲۶- ماست مصرفی از نوع بسته‌بندی کم‌چرب با مارک معتبر می‌باشد.
- ج-۲۷- از هیچ خوراک مانده‌ای برای وعده‌های بعدی استفاده نشود.
- ج-۲۸- مواد شوینده و پاک‌کننده مصرفی باید استاندارد بوده و باید دارای پروانه ساخت معتبر باشند.
- ج-۲۹- ظروف یک‌بارمصرف جهت سرو و توزیع غذای خوابگاه‌ها می‌باید دارای تاریخ تولید و انقضاء، پروانه ساخت از وزارت بهداشت و مارک معتبر و مورد تأیید بوده و اندازه ظروف باید به نحوی باشد که استاندارد وزنی تعیین شده هر پرس غذا در ظرف بدون سرریز شدن جای بگیرد.
- ج-۳۰- به‌منظور از گوشت در تهیه کباب‌کوبیده ۶۰٪ گوشت گوسفند (قلوه‌گاه) و ۴۰٪ گوشت گوساله (سردست) بدون استخوان و کم‌چربی می‌باشد.
- ج-۳۱- منظور از ماهی قزل‌آلا، ماهی قزل‌آلا مرغوب پاک‌شده با وزن ۲۲۰ گرمی و پاک نشده تقریباً ۳۰۰ گرمی می‌باشد.
- ج-۳۲- منظور از ۱ عدد لیموترش، تقریباً به وزن تقریبی ۴۰ گرم می‌باشد.
- ج-۳۳- رعایت اوزان ذکرشده در آنالیز غذایی (پیوست ۳) الزامی است که مراتب توسط کارشناس امور تغذیه به‌وسیله چک‌لیست ارزیابی کیفی و کمی (پیوست ۴) تکمیل و کتباً به معاونت توسعه مدیریت و سرمایه انسانی جهت هرگونه اقدام تقدیم می‌گردد.
- ج-۳۴- سایر مواد غذایی می‌باید مورد تأیید کارشناس امور تغذیه باشد.
- ج-۳۵- کیفیت غذای طبخ شده قبل از آغاز سرو می‌بایست مورد تأیید کارشناس امور تغذیه باشد.

د: فرمها

به جهت کنترل و رعایت موارد فوق فرمهای ذیل طراحی و مورد استفاده قرار می گیرند.

پیوست ۱: سابقه نظافت و ضدعفونی عمومی

ردیف	آشپزخانه	سردخانهها		رستوران			سرویس بهداشتی	انبار	امضا
		بالای صفر	زیر صفر	کارمندان	اساتید	دانشجویان			
۱									
۲									
۳									
۴									
۵									
۶									
۷									
۸									
۹									
۱۰									
۱۱									
۱۲									
۱۳									
۱۴									
۱۵									

پیوست ۲: ورود کالا به انبار و سردخانه‌ها

۱-۲: ورود کالا به انبار

ردیف	نوع کالا	تاریخ ورود	وزن (kg)	تاریخ مصرف	وزن مصرفی (kg)	وزن مانده (kg)
۱						
۲						
۳						
۴						
۵						
۶						
۷						
۸						
۹						
۱۰						
۱۱						
۱۲						
۱۳						
۱۴						
۱۵						
۱۶						
۱۷						
۱۸						
۱۹						
۲۰						

۲-۲: ورود مواد اولیه به سردخانه بالای صفر

ردیف	نوع کالا	تاریخ ورود	وزن (kg)/تعداد	تاریخ مصرف	وزن /تعداد مصرفی (kg)	وزن مانده (kg)	تاریخ تولید	تاریخ انقضا
۱								
۲								
۳								
۴								
۵								
۶								
۷								
۸								
۹								
۱۰								
۱۱								
۱۲								
۱۳								
۱۴								

۲-۳: ورود گوشت، مرغ و ماهی به سردخانه زیر صفر

ردیف	نوع کالا	نوع وسیله نقلیه	تاریخ ورود	وزن (kg)	تاریخ مصرف	وزن مصرفی (kg)	وزن مانده (kg)
۱							
۲							
۳							
۴							
۵							
۶							
۷							
۸							
۹							
۱۰							
۱۱							
۱۲							
۱۳							
۱۴							

پیوست ۳: آنالیز غذای دانشجویی موسسه عالی آموزش و پژوهش مدیریت و برنامه‌ریزی

سبزی پلو با ماهی			چلو جوجه کباب		
گرم	۱۳۰	برنج	گرم	۱۵۰	برنج
گرم	۵۰	سبزی پلویی خورد شده	گرم	۱۷۰	جوجه بدون استخوان
گرم	۲۵	آرد سفید	گرم	۲۵	روغن
گرم	۲۲۰	ماهی پاک کرده (قزل‌الا)	عدد	۱	لیموترش
گرم	۴۰	روغن	گرم	۶۰	گوجه
عدد	۱/۲	نان لواش	عدد	۱	کره ۱۰ گرمی
عدد	۱ یا ۱/۲	لیموترش یا نارنج	عدد	۱/۲	نان لواش
عدد	۱/۳	تخم‌مرغ			زعفران، خامه، ماست، فلفل
		پیاز، زعفران، آب‌لیمو، نمک، آرد سوخاری و ادویه‌جات (به مقدار موردنیاز)			دلمه‌ای، پیاز، آب‌لیمو، نمک و ادویه (به مقدار موردنیاز)
چلوکباب کوبیده			چلوخورش مسمای بادمجان		
گرم	۱۵۰	برنج	گرم	۱۵۰	برنج
گرم	۲۵	روغن	گرم	۴۰	روغن
گرم	۱۷۰	گوشت	گرم	۱۰۰	سینه مرغ
گرم	۶۰	گوجه	گرم	۱۲۰	بادمجان
عدد	۱	کره ۱۰ گرمی	گرم	۶۰	گوجه
عدد	۱	ماست بسته‌بندی تک‌نفره	گرم	۱۶	رب گوجه
عدد	۱	سماق بسته‌بندی تک‌نفره	عدد	۱/۲	نان لواش
عدد	۱/۲	نان لواش			زعفران، فلفل دلمه‌ای، پیاز، هویج، آب‌لیمو، نمک و ادویه (به مقدار موردنیاز)
		پیاز و ادویه و زعفران (به مقدار موردنیاز)			

استامبولی پلو با گوشت			زرشک پلو با مرغ		
گرم	۱۳۰	برنج	گرم	۱۵۰	برنج
گرم	۳۰	روغن	گرم	۲۵	روغن
گرم	۶۰	گوشت	گرم	۳۰۰	مرغ پاک کرده
گرم	۱۰۰	سیبزمینی	گرم	۱۵	رب گوجه
گرم	۲۰	رب گوجه	گرم	۵	زرشک
عدد	۱	ماست بسته بندی تک نفره	عدد	۱/۲	نان لواش
عدد	۱/۲	نان لواش پیاز و ادویه و زعفران (به مقدار موردنیاز)			زعفران، فلفل دلمه‌ای، پیاز، هویج، آب لیمو، نمک و ادویه (به مقدار موردنیاز)
چلوخورش قیمه سیبزمینی			عدس پلو با گوشت		
گرم	۱۵۰	برنج	گرم	۱۳۰	برنج
گرم	۳۰	روغن	گرم	۲۰	روغن
گرم	۶۰	گوشت ران گوساله	گرم	۶۰	گوشت
گرم	۲۵	لپه	گرم	۳۰	عدس
گرم	۱۰۰	سیبزمینی	گرم	۲۰	کشمش
گرم	۱۵	رب گوجه	گرم	۱۵	رب گوجه
عدد	۱/۲	نان لواش	عدد	۱	ماست بسته بندی تک نفره
		پیاز، لیمو عمانی، ادویه و زعفران (به مقدار موردنیاز)	عدد	۱/۲	نان لواش پیاز و ادویه و زعفران (به مقدار موردنیاز)

چلوخورش قیمه بادمجان			چلوخورش قورمه سبزی		
گرم	۱۵۰	برنج	گرم	۱۵۰	برنج
گرم	۳۰	روغن	گرم	۵۰	گوشت ران گوساله
گرم	۶۰	گوشت ران گوساله	گرم	۳۰	روغن
گرم	۲۵	لپه	گرم	۲۰	لوبیا قرمز
گرم	۱۰۰	بادمجان	گرم	۷۵	سبزی قورمه خورد شده
گرم	۱۵	رب گوجه	عدد	۱/۲	نان لواش
عدد	۱/۲	نان لواش			پیاز، لیموعمانی، ادویه و زعفران (به مقدار موردنیاز)
		پیاز، لیموعمانی، ادویه و زعفران (به مقدار موردنیاز)			
شنیسل مرغ			ماکارونی با گوشت		
گرم	۳۰۰	سینه مرغ	گرم	۱۵۰	ماکارونی
گرم	۳۰	روغن	گرم	۶۰	گوشت
گرم	۴۵	خیار شور	گرم	۲۵	رب گوجه
گرم	۴۵	گوجه	گرم	۳۰	روغن
عدد	۲	نان لواش	گرم	۳۵	قارچ
عدد	۱	سس قرمز تک نفره	گرم	۱۵	نخودفرنگی
عدد	۱/۲	تخم مرغ	عدد	۱	سس قرمز تک نفره
گرم	۳۵	آرد سوخاری	عدد	۱	نان لواش
		آرد کنتاکی، پیاز، ادویه جات (به مقدار موردنیاز)			پیاز، لیموعمانی، ادویه و زعفران (به مقدار موردنیاز)

چلوخورش آلواسفناج			شوید باقلا با مرغ		
گرم	۱۵۰	برنج	گرم	۱۳۰	برنج
گرم	۴۰	روغن	گرم	۲۵	روغن
گرم	۶۰	گوشت	گرم	۳۰۰	مرغ پاک کرده
گرم	۲۰	رب گوجه	گرم	۱۵	رب گوجه
گرم	۶۰	آلو خورشتی	عدد	۱	ماست بسته بندی تک نفره
گرم	۸۰	اسفناج پاک شده	گرم	۳۸	شوید خورد شده
عدد	۱/۲	نان لواش	گرم	۲۵	باقلا
		زعفران، فلفل دلمه ای، پیاز، آب لیمو، نمک و ادویه (به مقدار موردنیاز)	عدد	۱/۲	نان لواش
					زعفران، فلفل دلمه ای، پیاز، هویج، آب لیمو، نمک و ادویه (به مقدار موردنیاز)
لوبیاپلو با گوشت			چلوخورش فسنگان مرغ		
گرم	۱۳۰	برنج	گرم	۱۴۰	برنج
گرم	۲۵	روغن	گرم	۲۵	روغن
گرم	۶۰	گوشت	گرم	۱۵۰	مرغ با استخوان
گرم	۱۵	رب گوجه	گرم	۵۰	مغز گردوی خورشتی
گرم	۸۰	لوبیا خورد شده	عدد	۱	ماست بسته بندی تک نفره
عدد	۱	ماست بسته بندی تک نفره	گرم	۳۰	آلو خورشتی
عدد	۱/۲	نان لواش	گرم	۱۵	رب انار
		پیاز و ادویه و زعفران (به مقدار موردنیاز)	عدد	۱/۲	نان لواش
					زعفران، شکر، فلفل دلمه ای، پیاز، هویج، آب لیمو، نمک و ادویه (به مقدار موردنیاز)

باقالی پلو با گوشت			چلوکباب بختیاری		
گرم	۱۳۰	برنج	گرم	۱۵۰	برنج
گرم	۱۵۰	گوشت بدون استخوان	گرم	۱۱۰	جوجه بدون استخوان
گرم	۲۰	روغن	گرم	۷۰	گوشت فیله گوساله یا گوسفند
گرم	۳۰	باقلا	گرم	۲۵	روغن
گرم	۱۵	رب گوجه	عدد	۱	لیموترش
عدد	۱	ماست بسته بندی تک نفره	گرم	۶۰	گوجه
عدد	۱/۲	نان لواش	عدد	۱	کره ۱۰ گرمی
		زعفران، پیاز، آب لیمو، نمک و ادویه (به مقدار مورد نیاز)	عدد	۱/۲	نان لواش
					زعفران، خامه، ماست، فلفل دلمه‌ای، پیاز، آب لیمو، نمک و ادویه (به مقدار مورد نیاز)
جوجه چینی			خوراک مرغ کنتاکی		
گرم	۱۵۰	فیله مرغ	گرم	۴۰۰	مرغ
گرم	۴۰	روغن	گرم	۴۰	روغن
گرم	۵۰	خیار شور	گرم	۴۵	خیار شور
گرم	۵۰	گوجه	گرم	۴۵	گوجه
گرم	۵۰	کدو	گرم	۵۰	سیب زمینی سرخ کرده
گرم	۵۰	هویج	عدد	۲	نان لواش
گرم	۵۰	سیب زمینی سرخ کرده	عدد	۱	سس قرمز تک نفره
گرم	۵۰	آرد سفید شیرینی پزی	گرم	۳۸	آرد سوخاری
گرم	۲۰	سفیده تخم مرغ	گرم	۱۲	آرد کنتاکی
عدد	۱	سس سفید تک نفره یا سس	عدد	۱/۲	تخم مرغ
عدد	۱/۲	تارتار			پیاز، ادویه جات (به مقدار مورد نیاز)
		نان لواش			
		پیاز، ادویه جات (به مقدار مورد نیاز)			

سوپ جو			سوپ عدس		
گرم	۱۵	جو	گرم	۵	جو
گرم	۵	رشته	گرم	۱۰	عدس
گرم	۱۰	هویج	گرم	۱۰	هویج
گرم	۱۰	جعفری	گرم	۱۰	جعفری
گرم	۱۰	رب گوجه	گرم	۵	رب گوجه
گرم	۵	آبلیمو	گرم	۵	آبلیمو
گرم	۲۰	مرغ	گرم	۵	پیاز و ادویه جات (به مقدار موردنیاز)
		پیاز و ادویه جات (به مقدار موردنیاز)			

پیوست ۴: چک لیست ارزیابی کیفی و کمی امور تغذیه موسسه عالی آموزش و پژوهش مدیریت و برنامه ریزی

نوع غذا: تاریخ: شماره:					
توضیحات	وضعیت ارزیابی			الزامات	ردیف
	ضعیف	متوسط	خوب		
الف) شرایط بنای آشپزخانه و رستورانها					
				دیوار	۱
				کف	۲
				سقف	۳
				در	۴
				پنجره	۵
				سیستم روشنایی	۶
				کنترل درجه حرارت	۷
				انبارداری	۸
				رختکن	۹
				سرویس بهداشتی و حمام	۱۰
				ایمنی و حفاظتی	۱۱
ب) نیازمندی های بهداشت و سلامت					
				بهداشت فردی	۱۲
				مبارزه با آفات	۱۳
				نظافت آشپزخانه	۱۴
				نظافت رستورانها	۱۵

ردیف	الزامات	وضعیت ارزیابی		
		ضعیف	متوسط	خوب
۱۶	نظافت عمومی			
۱۷	بهداشت ظروف			
۱۸	بهداشت تجهیزات			
۱۹	بهداشت سردخانه ۴°C			
۲۰	بهداشت سردخانه ۱۸°C-			
۲۱	نحوه توزیع			
۲۲	برخورد کارکنان			
۲۳	تحويل غذای خوابگاهها			
ج) کنترل کیفیت و کمیت				
۲۴	کیفیت مواد اولیه			
۲۵	کیفیت غذای آماده سرو			
	برنج			
	خوراک			
	خورشت/کباب			
	دورچین			
۲۶	کمیت			
	برنج			
	خوراک			
	خورشت/کباب			
	دورچین			
<p>۲ عدد ترازوی دیجیتال آشپزخانه جهت توزین در آشپزخانه و رستوران دانشجویی با شرایط ذیل می بایست تهیه شود: دقت: ۱ گرم قابلیت توزین: ۱ تا ۳ کیلوگرم</p>				
توضیحات و پیشنهادات تکمیلی:				
نام و امضای کارشناس امور تغذیه				

