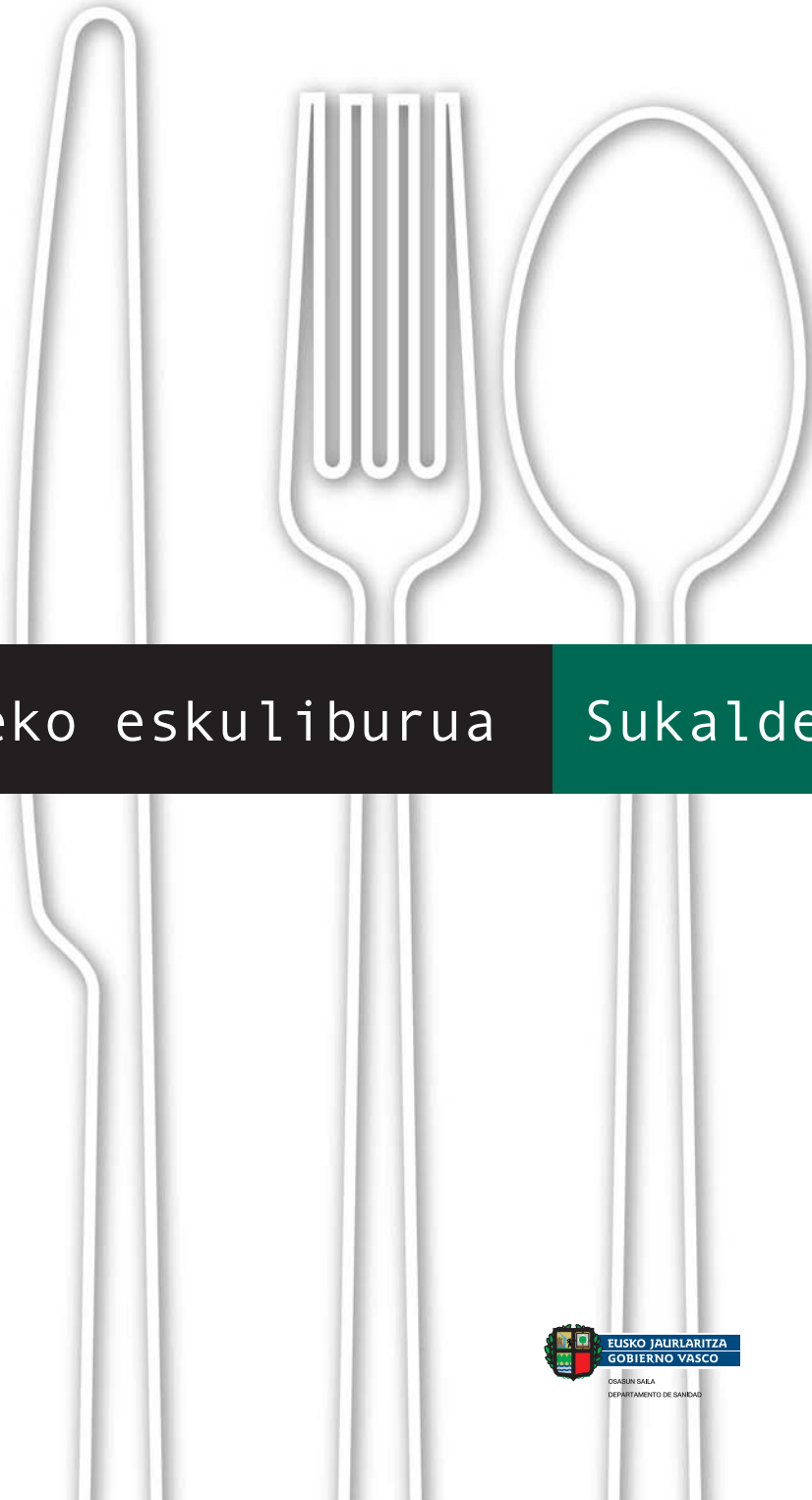




Ohitura onak izateko eskuliburua

SukaIdea

The background image shows a hospital ward with several nurses in white uniforms and caps attending to patients in beds. The scene is dimly lit, with light coming from windows in the background. The overall tone is professional and clinical.

D

onostia Ospitaleko Zuzendaritzak eta profesional-taldeak, bereiziki Sukaldeko Zerbitzuan lan egiten dugunok ongietorria eman eta zure lan-gaitasun guztiak gure taldean gara ditzazun opa nahi dizugu. Egunero eta urte osoan, gure ospitaleko sukaldeak 4.000 anoa inguru ematen ditu gosariak, bazkariak, askariak eta afariak kontuan hartuz. Gurea bezalako erakunde batean, tamainak eta jarduerak duten garrantziagatik, elikadurak balio berezia du. Helburua ez da bakarrik ospitaleratuta dauden pertsonen patologiarekin araberako janari egokia helaraztea, baita baldintza hauek ere betetzea, hala nola, azkartasuna, tenperatura, erabiltzeko erosotasuna eta gehieneko zorroztasun sanitarioa.

Baldintza hauei behar bezala erantzutearren, eskatutako zerbitzua eskaintzeko diseinatutako eta egituratutako antolamendua izan behar da. Ilido horri jarraituz, ezinbestekoa da sukaldean lan egiten dugun profesional guztiok kontu handiz ibiltzea; izan ere, eskaintzen dugun produktua kalitatezkoa izateaz gain, zorrotz jokatu behar dugu, hondatzea, kutsadura, etab. saihestu ahal izateko.

Osasunarentzat arriskutsuak izan daitezkeen edo zerbitzuaren kaltetan joan daitezkeen egoerak aurreikuste aldera, Ohitura onak izateko eskuliburu hau egin dugu gure eguneroko jardunean lagungarria izango delakoan.



OSPITALEKO SUKALDEKO OINARRIZKO PROZESUAK



Sukaldeko Zerbitzuko jardueran 4 prozesu oinarrizko bereizten dira:

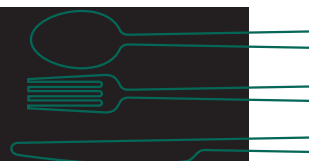
- ➊ **PRODUKZIOA**
- ➋ **PLATERERATZEA**
- ➌ **BANAKETA**
- ➍ **GARBIKETA**



1

PRODUKZIOA

PRODUKZIOA



Bi txanda egiten dira ordutegi honekin:

Goizez, 7:00 - 14:00 h.

Arratsaldez, 14:00 - 21:00 h.

Txanda bakoitzean 6 sukaldari eta 8 laguntzaile daude eta hauexek dira egin behar dituzten lanak:

Sukaldariak

- Lantegiak: garbiketak, arrainak edo haragiak prestatzea eta moztea eta zintan platereratzea.
- Labeak: arrainak eta haragiak moztea, prestatzea eta saltsan egitea.
- Dietak: dieta terapeutikoak egitea eta zintan platereratzea.
- Lapikoak: zopa, salda, krema, eltzekariak, etab. prestatzea.
- Plantxak: arrautzopilak, arrainak, haragiak, hondoak egitea.
- Frijigailuak eta zartagin baskulagarriak: hondoak, saltsak, arrozak, salteatuak, frijituak egitea.



Sukaldeko laguntzaileak

- Harraska : otorduak egiteko erabilitako sukaldeko ontziteria garbitzeaz arduratuko dira.
- Lapikoak: lapikoak garbitzea eta prozesu honetan otorduak prestatzearekin zerikusia duten lanak egitea.
 - Irabiagailu elektrikoa erabiltzea
 - Gosariak/Askariak prestatzea
 - Gosariak eta askariak plateretan jartzea
 - Lapikoak garbitzea
- Produksioa: barazkiak, hegaztiak, arrainak, baita altzariak, tresneria eta sukaldeak ere garbitzeaz arduratuko dira.
 - Bazkariak edo afariak plateretan jartzea.

Prozesuarekin zerikusia duten lan guztiak bukatu ondoren, 20 minutuko atsedena izango dute bazkaltzeko edo afaltzeko.



Bi txandak daude honako ordutegi honekin:
Goizez, 8:00 - 15:00 h.
Arratsaldez, 15:00 - 22:00 h.

Txanda bakoitzean 6 lagunek egiten dute lan bertan.
Prozesu honetan lan egiten duten pertsonak honakoak egin beharko dituzte:

- Gosariak, bazkariak, askariak eta afariak platereratzeko.
- Postreak eta entsaladak plateretan jartzeko aurreko prozesua.
- Plateretan jartzeko erabilitako tresneria garbitzea: zintak, ur-bainuak, platerak berotzeko orgak, erretiluak garraiatzeko orgak, etab.

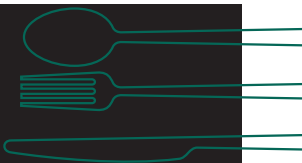
Prozesuarekin zerikusia duten lan guztiak bukatu ondoren, 20 minutuko atsedena izango dute bazkaltzeko edo afaltzeko.



3

BANAKETA

BANAKETA



Bi txandak daude honako ordutegi honekin:

Goizez, 8:00 - 15:00 h.

Arratsaldez, 15:00 - 22:00 h.

Txanda bakoitzean 8 lagunek egiten dute lan bertan. Prozesu honekin zerikusia duten lanak hauexek dira:

- Mahai-tresnak paketatzea.
- Otordu desberdinak banatzea eta jasotzea:
 - Gosaria-bazkaria
 - Askaria-afaria
- Orgak, paketeak egiteko eta sailkatzeko makinak garbitzea, eta txandako arduradunak eska dezakeen beste edozein lan.

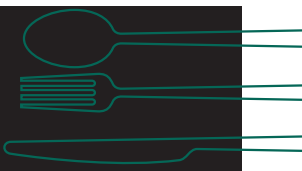
Pazienteek bazkaltzen edo afaltzen duten bitartean, 20 minutuko tartea izango dute bazkaltzeko edo afaltzeko.



4

GARBIKETA

GARBIKETA



Bi txanda daude honako ordutegi honekin:

Goizez, 10:00 - 17:00 h.

Arratsaldez, 17:00 - 24:00 h.

Txanda bakoitzean 8 lagunek egiten dute lan bertan. Prozesu honekin zerikusia duten lanak hauexek dira:

- Gosariena, bazkariena eta makinak garbitzea
- Bazkariak edo afariak plateretan jartzea
- Askariena, afariena eta makinak garbitzea

Bazkariak eta afariak platereratzeko, 6 lagun pasako dira plateretan jartzeko zintara eta bi lagun geldituko dira makinak garbitzen.

Plateretan jartzeko zintztan lana bukatu ondoren, 20 minutuko atsedena izango dute bazkaltzeko edo afaltzeko.





MANIPULAZIOKO PRAKTIKA ONAK



- 1 HIGIENE OROKORRA ETA PERTSONALA**
- 2 HARRERA**
- 3 BILTEGIA**
- 4 KUTSADURA GURUTZATUAK SAIHESTEKO PREBENTZIOA**
- 5 ONTZIAK**
- 6 LEHENGAIK ETA TARTEKO PRODUKTUAK PRESTATZEA**
- 7 JANARI HOTZAK PRESTATZEA**
- 8 SUKALDATZEA/TENPERATURA BEROA BIRSORTZEA ETA MANTENTZEA**
- 9 BIZKOR HOZTEA/IZOZTEA ETA HOZKAILUAN MANTENTZEA/IZOZTEA**
- 10 PLATERERATZEA**
- 11 HONDAKINAK DESEGITEA**

Janarien manipulazioan higie-ne orokorra eta pertsonala ondo zaintzea oso garrantzitsua da janari-ek eragindako gaixotasunak prebenitzeko. Horregatik, komeni da manipulatzaileak bere higie-ne pertsonalean eta bere jarreran, berez oso gauza nime-foak diruditen arren, azkenean oso garrantzi handikoak diren xehetasunak kontuan hartzea.

DONOSTIA OSPITALEKO sukaldeko LANGILE GUZTIEK ezagutu eta praktikan jarri beharko dituzte manipulazioaren inguruko arau hauek guztiak:

ESKUAK

- Kontuz-kontuz garbitu behar dira, ur epelarekin, xaboiarekin eta azazkal-eskuila batekin. Besoak, besaurreak eta eskuak garbitu behar dira. Xaboi-dosifikagailu bat erabiliko da beti, inoiz ez xaboi-pastilla.
- Lehortu, berriz, erabili eta botatzeko paper-zapiekin lehortu behar dira, edo esku-lehorgailu batekin.
- Beti garbituko dira eskuak:
 - Lana hasterakoan edo berriro ekiterakoan.
 - Komunera joaten garen bakoitzean.
 - Janari gordinen manipulazioaren eta sukaldatuen manipulazioaren artean.
 - Bi lehengai desberdinen manipulazioen artean.
 - Kutsatzailea izan daitekeen ekintzaren bat egin den bakoitzean, adibidez, arrautza-azalak, fruta, kaxak, telefonoa, albaranak, zaborrak, etab. manipulatu ondorenean.
- Xaboi-dosifikagailuak maiz ikuskatuko dira, eta, erabat hustu arte inoiz utzi gabe, bukatu baino lehen beteko dira.
- Azazkalak motzak eta garbi eduki behar dira. Ez da azazkal-esmalterik erabili behar. Ez da komeni manipulatzaileek azazkalak hozkatzea, hori eginez gero eskuak kutsatu egiten baitira listuko germenekin.
- Eskuetan zauriren bat izanez gero, ondo babestu behar da, bendaje iragazkaitz eta kolorezko batekin. Nolanahi ere, erabili eta botatzeko eskularruak erabiliko dira beti.
- Ez jantzi bitxi, eraztun eta horrelakorik, zikina bildu eta bakterioak izan baititzakete batzuetan. Kontsumitzailearentzat, gainera, arrisku fisikoa dira, janarietara eroriz gero.



ARROPA/UNIFORMEA

- Arropa garbia eraman behar da. Donostia Ospitalean, uniforme bat daukate sukaldeko langile guztiek, eta egunero aldatu behar da nahitaez.
- Espresuki debekatua dago uniformea/arropa lan-eremutik kanpora erabiltzea. Adibidez, etxetik lanera joateko bidean, bazkaltzerakoan, enkarguak edo, beste zerbaitegiteko, instalazio horietatik kanpora irteterakoan...

Arropak aldageletan aldatuko dira. Aldageletan bakoitzak bere armairua izango du; armairu hori garbi eduki behar da.

- Laneko arropari dagokionez, hobe botoirik eta poltsikorik gabea bada, botoiak eta poltsikoetan gordetzen diren boligrafo, pizgailu, eta horrelakoak ez daitezen janarietara erori.
- Janariak manipulatze edo biltze eremuetan ez da norberaren jantzi edo efektu pertsonalik gordeko.
- Arropa inoiz ez da eskuak edo laneko tresnak garbitzeko eta lehortzeko erabiliko.
- Zerbitzuko ez den inori (partitzaileei, mantentze-lanetako langileei...) ez zaio manipulazioko eremuan sartzen utziko, arropa egokiarekin jantzita ez badago behintzat: erabili eta botatzeko bata eta txapela.

Debekatua dago janariak manipulatze eremuan bertan egiten den jarduerarekin zerikusirik ez duten edo arrotzak diren pertsonak justifikaziorik gabe egotea. Justifikazioarekin sartu ahal izateko, beharrezko arreta-neurriak hartu eta txapela eta bata jantzi beharko dira.

Manipulazioko eremura kanpoko bisitak etortzen direnean, enpresako pertsonalarekin lagunduta egon beharko dute beti, eta kutsatzailea izan daitekeen ezer ez egiteko gomendatuko zaie: eztula egin, janarien gainean hitz egin, lan-tresnak edo janariak ukitu...

ILEA

- Erregularitasunez garbitu behar da ilea.
- Manipulatzailerik horretarako ematen zaien txapelekin erabat eta egokiro estalita eduki behar dute ile guztia.
- Ilea orraztu, ilea txukundu edo ilea babesteko txapela atondu, aldageletan bakarrik egin ahal izango dute.

SUDURRA, AHOA ETA BELARRIAK

- Katarroa duten manipulatzailerik ez dituzte janariak manipulatuko ahoan babes bat jarri gabe.
- Ez da sukaldeko eskuzatarrik erabili behar, erabili eta botatzeko materialak baizik.
- Doministiku edo eztula egiten bada, behin bakarrik erabili eta botatzeko paperezko musuzapi baten gainean egin, eta, ondoren, eskuak garbitu.
- Janari bat dastatu behar bada, koilara batekin egin beti, eta, ondoren, edateko ur beroarekin eta detergentearekin garbitu.

- Izerdia lehortu behar bada, paperezko musuzapi batekin egin, beti.
- Debekatua dago janariak manipulatzeko ari garen bitartean gozokiak edo txikleak jatea, janariak hatzekin jatea, putz egin eta txistua jotzea...
- Ez dira poltsak edo paperezko beste ontziak hatzak ahoan bustiz irekiko.

ERRETZEA

Gutiz **debekatua dago ERRETZEA**

PERFUMEAK ETA USAIN HANDIKO LOZIOAK

Manipulatzailerik ez dute perfumerik edo usain handiko loziorik erabiliko, koipe askoko zenbait janarik oso erraz hartzen baitituzte usainak.

OSASUNA, ORO HAR, ETA GAIXOTASUN "ABISUAK"

- Janarien manipulatzailerik bereziki zaindu behar dituzte beren osasuneko zenbait alderdi, adibidez: larruazaleko lesioak, zauri txikien infekzioak, arnaseko gaixotasunak azaltzea edo beherakoen hasiera, zeren eta janarietara germenak transmititzeko arrisku larria izan baitezakete. Osasun-laguntza eta aholkua eskatu beharko da, berebat, honako kasu hauetan ere:
 - Norbait intoxikatu duela jakin dugun janariren bat kontsumitu dugunean guk ere.
 - Intoxikazioaren bat izan duen edo beherakoak dituen pertsonaren batekin batera bizi garenean.
 - Atzerrira egindako bisitaren batean beherakoak edo gorakoak izan ditugunean.
- Egindako azterketa medikoetan germen patogenoak transmititzeko gai dela ikusten den manipulatzailerik oro aldi baterako aldentu egingo da zuzenean janarien manipulazioarekin zerikusia duten lanetatik, non eta aurrerago egindako azterketetan kontrakoa frogatzen den arte (bi emaitza negatibo).
- Manipulatzailerik guztiek egin beharko dituzte indarrean dagoen osasun-legeriak agindutako azterketa medikoak edota indarrean dagoen osasun-agintariak une bakoitzean agintzen dituenak.
- Azterketa mediko bat egitea edo manipulatzailerik-txartela nahiz prestakuntzako ziurtagiri indibiduala lortzea ez dira inolako bermea, alpatutako gomendio guztiak ez badira etengabe kontuan hartzen. Horregatik, Donostia Ospitaleko sukaldean pertsonal manipulatzailerik behartuta dago berak manipulatu behar dituen produktuei eragin diezaiekeen edozein osasun-arazo izanez gero horren berri ematera. Kasuen larritasuna zein den, enpresako zuzendaritzak modurik egokienean jokatu beharko du: maskarak erabiltzea, eskularruak, bakarren bat bere ohiko lanetik kentzea, baja.



ALDI BATERAKO LANGILEAK

- Lanean hasten den pertsona orok berari dagokion prestakuntzako ziurtagiri indibiduala izan beharko du.
- Lanean hasi aurretik, MPO/EPOko Prozedura ezagutu beharko du, garatu behar duen jarduerari dagokionez.

ZUZENDARITZAKOAK ETA ARDURADUNAK

- Donostia Ospitaleko Zuzendaritzak, higiearen eta osasunaren aldetik produktu seguruak eta kalitatezkoak lortzeko higiea zein garrantzitsua den kontziente izanik, bera izango da aurretik azaldutako arau horiek guztiak betetzen eta etsenplua ematen lehenengoa, eta bere buruarekin zorrotz jokatu du higie pertsonalari eta jangaien higieari dagokionez. Horrez gainera, beste puntu hauetan ere esku hartuko du:
 - Langileei beren egitekoei buruzko informazio-baliabideak eta osasun-heziketa emango dizkie.
 - Arreta berezia eskainiko die aldi baterako kontratua dutenei edo behin-behineko langileei.
 - Langile manipulatzaleen lana gainbegiratu eta kontrolatuko du, eta baita higiearekin eta janarien intoxikazioen prebentzioarekin zerikusia duen guztia ere.

2

HARRERA

KONTROL OROKORRAK

Donostia Ospitaleko sukaldean errutinazko kontrolak egingo dira aldizka-aldizka, lau ikuspuntu desberdin hartuta:

- **Kontrol mikrobiologikoa:** hornitzaileak aurkeztutako ziurtagiria onartuko da, lehengai seguruak edo, denboran zehar, hartzerakoan ondo egoten direla frogatuta dauden lehengaiak direnean izan ezik, orduan ez baita ziurtagiririk eskatuko.
Susmagarria den lehengai baten kasuan, azpikontratutako laborategi bati emango zaio analisi bat egin dezan.
- **Ikusmeneko kontrola:** ezaugarri organoleptikoak produktuaren berezkoak direla egiaztatuko da, eta ez duela tratu txarraren aztarnarik (kolpeak, zikina...); berezkoak ez dituen beste gorputz arrotzik ere ez du izan behar. Egiaztatu beharko da, berebat, gainera estaldura (ontziratuta baldin badator) ukitu gabe dagoela; hala ez balitz, bailiteke garraioan produktuari eragingo dioten alterazioak jasan izatea.
Horrez gainera, ontzian adierazitako ontziratze-data eta iraungitze-data edo hobetsitako kontsumo-data kontrolatuko dira.
Harrerako arduradunak ezagutu behar ditu hartzen dituen janari-produktuen ezaugarri organoleptikoak, batez ere ontziratutako produktu freskoenak, hau da, ondoren azaltzen direnak:

• **Arrain freskoak:**

- Kontrol organoleptikoa.
 - Itsasoko ura gogoratzen duen usain atsegina.
 - Begi irten distiratsuak, begi-nini beltz eta kornea gardenekoak.
 - Arrosa eta gorri bitarteko kolore uniformeko zakatzak, baina tonu bizikoak eta inoiz ez grisaxkak.
 - Azal distiratsu eta zurruna, eta ezkatak ondo itsatsita.
 - Haragi tente eta elastikoa, azalean hatzekin egindako estutuaren aztarnarik uzten ez duena.
 - Abdomen-pareta elastikoa eta uzkia itxita.
- Arrain freskoak osorik hartu behar dira, beren freskotasun-maila hobeto antzemateko.
- Izotzez estalitako erretilu edo ontzietan etorri behar dute, urik gabe, eta ez dira inoiz ureztatuko.
- Arrainaren haragiak parasitorik (Anisakisik) ez duela egiaztatu beharko da begiz.

• **Krustazeoak** (otarrainskak, ganbak...) eta **zefalopodoak** (txipiroiak, olagarroa...).

Krustazeoak:

- Melanosi-hasikin gabeak.
- Burua eta hankak erori gabe.
- Usainik gabeak.

Zefalopodoak:

- Pigmentazio fuertea.
- Azal leuna.
- Batere usainik gabe, edo usain atseginarekin.
- Haragi zuri-nakaratua.

• **Molusku kuskubiko biziak** (muskuiluak, txirlak, etab.).

- Bizirik egon behar dute erosteko unean. Beren kuskuen barruan egon behar dute beti, eta kuskuek erori gabe; ukiturik txikienarekin itxi egin behar dute.
- Osasungarritasun-marka izan behar du ontziak.

• **Arrain desizoztua**

- Onartzen da arrain desizoztua erostea, halakotzat identifikatuta saltzen bada eta desizoztea horretarako baimendutako establezimenduetan egiten bada, betiere.
- Tinko egon behar du, hatzen presioarekin bigundu gabe.
- Azal garbia eta leuna.
- Higadurarik eta urraturik gabea.
- Zatituta badago, bizkarrezurrak kolore zuri uniformea izan behar du, eta hezuraren ondoko haragiak, isla gorrixkarik ez.
- Ontziratuta badago, ontziak osorik egon behar du, eta antzigarrik gabe.

• **Haragi freskoa**

- Garraioaren baldintza higienikoak egiaztatuko dira. Garraioa kamioi isothermoetan egingo da, kanal osoak eta kanal-erdiak zintzilik jarrita.



- Freskotasunaren berezko ezaugarriak izan behar ditu piezak: itxura mamitsua, kolore gorrixka, kontsistentzia tinkoa, ebaki distiratsua, berezko usaina, gantzutasunik eta ohiz kanpoko izerdirik eza...

3 modutara ikus daitezke produktuen ezaugarri organoleptikoak egokiak diren edo ez:

Begiz: kolore gabeko azalgunerik ez, ezta ohikoak ez diren kolore arre edo berderik ere, lehortu gabe egotea. Ukituz: hezetasun-sentsaziorik ez eta likatasunik ere ez. Usaimenez: zaharmindu-, ustel- edo hezetasun-usainik ez.

• Hestebeteak

- Ez da erosi behar ondutako eta atmosfera babesleko poltsetan ontziratutako hestebete industrialik, poltsak zulatuta badaude.
- Atzera botako dira azalean onddoak edo lizuna duten hestebeteak.
- Ondutako urdaiazpikoan orban zuriak azaltzeak esan nahi du denbora luzean egon dela ontzen; orban asko baditu, ordea, izoztuta egon dela pentsa daiteke.

• Arrautzak

- Araudian esaten da arrautzak azala garbia izan behar duela, osorik, zimurrik eta deformaziorik gabe eta homogeneousa izan behar duela. Espresuki debekatzen da arrautza freskoak eta hoztuak garbitzeko inolako prozedurarik erabiltzea. Baztertu egingo dira zikin, hautsita edo zartatuta daudenak edota azalean deformazioak dituztenak.
- Arrautzen kaxetan honako informazio hau jarri behar da: sailkapen-zentroaren osasun-erregistroa, marka erregistratua edo ontziratzailearen izena edo sozietate-izena, mota, pisua gramotan adierazita, kaxan sartutako data eta hobetsitako kontsumo-data.
- Arrautzen enbalajeak honela identifikatuko dira: mota edo kategoria, arrautzen kopurua, marka edo sozietate-izena eta helbidea, eta zein espezieetako animaliarena den, oiloarena ez baldin bada. Enbalajeen hoztutako arrautzak badaude, bestalde, ganberan sartutako egunaren data eta jatorrizko herrialdea adierazi behar dira, inportaziokoak badira.
- Oboproduktuen kasuan, garraioko dokumentuen artean hauek sartu behar dira: produktu-mota, jatorrizko espeziea, lote-zenbakia, helmuga, lehenengo jasotzailearen izena eta helbidea eta osasungarritasun-marka.

• Esnea eta esnekiak

Produktu hauen etiketatuan osasungarritasun-marka eta iraungipen-data edo hobetsitako kontsumo-data jarri behar dira.

• Produktu izoztuak

Hauek dira kontserbazio txarra edo hotz-katean irregularitasunak izan direla adierazten duten faktoreak:

- Antzigarra sortzea.
- Kolorazio anormalak (horixkak edo arreak arrainetan, ilunguneak haragietan).
- Hatzekin sakatuz gero, biguntasuna nabaritzea.
- Hautsiak edo urratuak, etab.

• Lekale lehorrak

Azala garbia, distiratsua eta zimurrik gabea izango dute. Ez dute zikintasunik izango, eta denak neurri homogeneousoak izango dira.

• Frutak eta barazkiak

Garbiak egongo dira, sanoak, barietatearen eta kategoria komertzialaren arabera sailkatuta eta identifikatuta.

- **Kontrol dokumentala:** partida bakoitzarekin batera datorren dokumentazioa aztertuko da; erosketako zehaztapenetan ezarritako baldintza guztiak bete beharko ditu. Dokumentazio hori behar den moduan artxibatuko da, aurrez ezarrita dagoen denbora guztian. Etiketak eta albaranak ere egiaztatuko dira. Behar bezala prestatutako pertsonal kualifikatuak egingo du zaintza. Lehengaiak hartzen direnean honako prozedura hau jarraitu beharko da:

Egunean hainbeste produktu hartzen direnez, uste dugu aski dela albarana salgaia hartzerakoan sinatzea eta, beraz, dena ondo dagoela adieraztea, baldin eta ezaugarri organoleptikoak egokiak badira eta salgaia albaranarekin bat badator.

Gorabeheraren bat izanez gero, eta bidezkoa dela iruditzen bada, Ez Adostasunezko txosten bat beteko da, eta hornitzaileari jakinaraziko zaio.

- **Tenperaturaren kontrola:** bai produktu hoztuak eta bai izoztuak ere tenperatura-baldintza egokietan iristen direla egiaztatuko da:

Hoztuak: Tenperatura 2 °C-tik 6°C-ra

Izoztuak: Tenperatura —18 °C-tik —16 °C-ra

● PRODUKTUA HARTZERA KOAN HARTU BEHARREKO NEURRIAK

- Hartutako salgaia albaranean azaltzen denarekin bat datorrela egiaztatuko da, eta albarana sinatu eta zigilatu egingo da, oharren bat izanez gero, idatzita jarritz.
- Era berean, garraioko ibilgailua salgai galkorren garraiorako homologatuta dauden modeloetako bat dela egiaztatuko da, eta aldizka garbitu eta desinfektatu egiten dela. Ezingo dira batera egin, alde batetik substantzia toxiko, lubrikatzaile, garbiketako produktu eta honelakoen garraioa eta, beste aldetik, janarien garraioa, kutsadura posible guztiak saihestu egin behar baitira.
- Ibilgailuaren gidariak higieneko oinarrizko arauak bete beharko ditu manipulazioan: kamioi-kaxaren barruko ordena eta kargatze-lanak, janariak zuzenean zorian ez jartzea...
- Harrera-zona garbitasun eta desinfekziozko baldintza egokietan edukiko da, kutsadura saihesteko.
- Linea-gurutzaketa saihestuko da uneoro, hau da, lehengaiak harreran sartzeko unea eta produkzio-zonatik zaborrak ateratzeko unea batera ez izatea. Ordutegi desberdinetan egin beharko dira.
- Salgaiak ahalik eta azkarren eramango dira biltegi-eremuetara. Fase honetan kontuan izan beharreko puntu bat deskargatzen emango den debora da, batez ere produktu hoztu edo izoztuen kasuan; izan ere, hartutako produktuak deskargatzen eta ondorengo biltegi-eremuetara eramango denbora gehiegi emanez gero, produktuen tenperatura igo eta beren osasun-kalitatean eragina izango luke. Gehieneko deskarga-denbora 15-30 minutukoa izango da.
- Ontziak eta enbalajeak dagokienez, baimendutako enpresetatik datozen ontziak eta enbalajeak bakarrik hartuko dira, bakoitza bere osasun-erregistroaren zenbakiarekin, Hornitzaileen Kalitate Kontroleko Prozeduran esaten den eran.
- Hartutako lehengaien ontziak zein egoeratan dauden egiaztatuko da beti. Garbiak egon behar dute, zapalduarik eta hausturarik gabe, behar bezala prezintatuta eta lote-zenbakia, fabrikazio-data, iraungitze-data eta/edo hobetsiko kontsumo-data ondo agerian jarrita.
- Hartutako lehengaietan irregulartasunen bat antzemango balitz, detektatutako anomalia hori idatziz jaso eta hornitzaileari edo banatzaileari jakinaraziko zaio.
- Entrega egiteko unean lehengaiak edo osagaiak egoera onean ez daudela edo haien egoera organoleptikoa egokia ez dela ikusten denean, hornitzaileari itzuliko zaizkio.



- Atzera botako dira kaltetuta, kolpatuta edo hondatuta dauden produktuak, ez baitira gainerako guztientzat kutsadura-iturri besterik izango. Landare hostodunen kasuan, kanporagoko hostoak kenduko zaizkie generoa ganberan sartu baino lehen.
- Ez da inoiz onartuko karraskarien gorozkiak edo intsektu biziak edo hilak dituen produkturik.
- Ez da onartuko azterketa organoleptikoa egiterakoan (usaina, zaporea, kolorea, etab.) alterazioren bat edo akatsen bat duen produkturik.
- Ez da onartuko, inola ere, parasitoak, mikroorganismo ez-desiragarriak, pestizidak, albaitari-botikak edo substantzia toxikoak (deskonposatuak edo arrotzak) dituela dakigun edo susmoa hartzen diogun lehengai edo osagaiarik. Ezta beren iraungitze-data edo hobetsitako kontsumo-data gaindituta badaude ere.
- Aurreko egoera horietakoren batean aurkituz gero, onartezinak diren eta berehala itzul ezin daitezkeen lehengaiak edo osagaiak gure produktuen elaborazioan erabiltzen diren lehengai eta osagaietatik bereizita biltegitratuko dira. Nahasketarik egon ez dadin, janariak prestatzeko egokiak ez direla esanez identifikatzen dituen ohar bat jarriko zaie, ikusteko moduan (**EZ EGOKIAK** gorritz eta maiuskulatan idatzita), itzultzen diren edo suntsitzen diren arte.

3 BILTEGIA

GIRO-TENPERATURAN BILTEGIRATZEA

Donostia Ospitaleko sukaldeko manipulatzailerik guztiek jarraitu beharreko **praktika zuzenak** hauek dira:

- Biltegia **ondo mantenduta** edukiko da, eta baldintza orokor egokietan egongo da, biltegitratutako produktuak ondo kontserbatu ahal izateko. Txandakatzea eta kargatzea egokiak izango dira.
- Lokalak freskoak eta ondo aireztatuta egongo dira, hezetasunik gabe. Aireak ondo zirkulatzea ganberetan bezain garrantzitsua da biltegietan, hainbat tenperatura egotea eragozten duelako, usain arraroak kentzen laguntzen duelako eta, oro har, kontserbazioa hobetzen duelako. Lehengaiak, produktu gehigarriak eta bestelako material batzuk ezin dira lurrarekin kontaktuan egon; horregatik, beti **paleten** gainean jarriko dira. Paretatik zentimetro batzuetara jarriko dira betiere.
- Produktuak **sailkatuta** biltegitratuko dira, produktu bat ateratzeko beste hainbat kendu behar ez izateko. Produktuak ez dira inoiz kontaktuan egongo beren artean.
- Edukiari eta iraungitze-datari erreferentzia egiten dieten kaxetako izena edo **errotulazioa** parez pare jarriko da, erraz identifikatu ahal izateko eta beharrik gabe mugitu behar ez izateko. Kontu handiz ibiliko da etengabe, ontziak honda ez daitezen.
- Izakinak **aldian-aldian txandakatuko** dira, lehengaiak mugarik gabe biltzen ez direla ziurtatzeko.
- **Sartu diren ordena zorrotzean** kontsumituko dira. Horretarako, iritsi berria den salgaia atze-atzean jarriko da, lehenago iritsitako produktuak geroago iritsitakoan atzean zokoratuta ez gelditzeko.
- Une bakoitzean produktu bakoitzaren **stockaren** berri jakingo da. Arretaz begiratuko dira **iraungitze-data**k, biltegitratze-denborak iraungipen-data gaindi ez dezan.
- Janari lehorrei dagokienez (irinak, arroza, azukrea), jatorrizko ontzia kentzen bazaie, erraz garbi daitekeen materialezko ontzietan gorde behar dira, estalki eta guzti. Soltean kontserbatutako produktu lehorrak babestuta biltegitratzea kontrolatuko da, garbi dauden eta garbitzeko errazak diren ontzietan, edukiera egokiarekin, eta alerik, arrozik, gatzik, irinik eta abarrik ez dela gelditzen ziurtatzeko, gehiago jarri aurretik. Ontziak berriro bete aurretik, ondo garbitu eta desinfektatu beharko dira.
- Hondatutako edo hautsitako ontziak kendu egingo dira, eta beste berri edo garbi batzuekin ordeztuko dira. Etengabe saihestuko da produktuak zurezko kaxetan biltegitratzea. Biltegian behin bakarrik erabiltzeko ontziak sartuko dira soilik, hau da, botatzekoak, edo erraz garbi eta desinfekta daitezkeenak.

- Garbitzeko eta desinfektatzeko tresnak eta produktuak isolatuta gordeko dira horretarako dauden armairuen barruan; armairuak, noski, itxita egongo dira.
- Janariak eroriz gero, berehala garbituko da.
- Lote guztiak ondo ikuskatuko dira biltegitratu aurretik, infestazioa egon daitekeelako, iraungitze-data igaro daitekeelako, etab.
- Ez da onartuko etxe-abereri sartzeari biltegitratzeko eta manipulatzeko eremu osoan. Era berean, intsektuetatik eta karraskarietatik babestuko ditugu janariak; horretarako daukagu, hain zuzen ere, izurriteak kontrolatzeko programa.
- **Ontziei eta enbalajeei** dagokienez:
- Ontziratze eta enbalatzeko materiala **tenperatura- eta hezetasun-baldintza egokietan** biltegitratuko da.
- Lehengaietatik, osagaietatik, substantzia toxikoetatik **bereizita** biltegitratuko dira.
- Jatorrizko **bilgarriak** gorde egingo dira, erabat ahiu arte babestuta egon daitezen.
- Ez dira inoiz biltegitratuko lurrarekin kontaktuan. Beti paleten edo dagozkien apalen gainean jarriko dira.

HOZKAILUAN / IZOZKAILUAN BILTEGITRATZEA

Donostia Ospitaleko sukaldeko manipulatzailerak guztiek jarraitu beharreko **praktika zuzenak** hauek dira:

- Biltegitratze orokorrean bezala, ganberak **ondo mantendu eta antolatuko** dira (txandakatze eta kargatze egokien bidez).
- Produktu landuak ez dira lehengaiekin batera biltegitratuko, kutsadura gurutzatuak gerta daitezkeelako. Produktu mota bakoitzarentzat hainbat ganbera-mota daude.
Kontuan hartu behar da usaina generoen artean transmiti daitekeela ganberetan. Horretarako, saiaturako gara usaina transmititzen eta jasotzen duten janariak aldi berean egon ez daitezten. Janari guztiak ondo babestuko dira, plastikozko filmarekin edo estalkiarekin, identifikatu ahal izateko eta usainak eta kutsadura transmititzeko arriskuak murrizteko.
Plastikozko filma erabiltzen den guztietan, erabili aurretik bai plastikoa eta bai banagailua higie-ne-baldintza egokietan daudela ikuskatuko da.
- Inoiz ez dira giro-tenperaturan biltegitratuko ondo kontserbatzeko hotzean gorde behar diren produktuak.
- Beti paleten edo apalen gainean jarriko dira produktu guztiak, inoiz ez lurraren gainean zuzenean. Produktuak kargatzeko, gutxieneko distantziak gordeko dira, zentimetro batzuk, lurraren, sabaia- ren, pareten, hodibihurren edo lurrungailuen azalaren artean, eta karga ikuskatzeko aukera eskaintzen duten korridoreak edo leku libreak utziko dira.
Apalategiak nahiz apalak zulatuta daude, aire hotzak horietan barrena zirkula dezan, eta ez dute angelu zorrotzik, ertzik edo irtengunerik, janari-hondakinik edo kondentsazio-urik bertan meta ez dadin.
- Ez dira karga-mugak gaindituko, hau da, ganberak ez dira gainkargatuko produktuekin, **aireak behar bezala zirkula dezan** ganberan, eta, horrela, tenperatura egokia egon dadin ganberako puntu guztietan.
- Biltegitratzen ari den bitartean, kontu handiz gainbegiratu behar dira **“soberakinak”**, horien ontziak lehendik ireki eta manipulatutako izan baitira. Estalkia duten beste plastikozko ontzi batzuetan sartuko ditugu. Ez da beirazko ontzirik erabiliko, arrisku fisikoa eragin dezaketelako.
- Jatorrizko ontziak eta bilgarriak zikin edo hondatuta egonez gero, beste ontzi garbi edo berri batzuekin ordeztuko dira, eta, ahal izanez gero, jatorrizko datuekin etiketatuko dira.
- Hondatutako edo hautsitako ontziak kendu egingo dira, eta beste berri edo garbi batzuekin ordeztuko. Etengabe saihestuko da produktuak zureko kaxetan biltegitratzea. Biltegitratzean behin bakarrik erabiltzeko ontziak sartuko dira soilik, hau da, botatzekoak, edo erraz garbi eta desinfekta daitezkeenak.
- Janariak establezimenduaren beraren ontzietan sartuz gero, ontzi horiek oso handiak ez izatea gomendatzen da, janaria behar den bakoitzean ganberetan sartzen eta generoa ateratzen etengabe ibili behar ez izateko.



- Janariak gordetzeko ontziak janariekin erabiltzeko material plastikozkoak edo altzairu herdoilgaitzezkoak izango dira, eta kontserbazio-baldintza onetan egongo dira. Ez da erabiliko goialdea ebakita duen lata hutsik, bidoirik edo plastikozko botilarik, ezta zabor-poltsarik ere.
- Komenigarria izaten da, ahal izanez gero, janari batzuk biltzen dituzten kartoizko ontziak ganberan sartu aurretik kentzea, errazago hotz daitezen.
Poliespaneizko ontziak ere kendu egingo dira, ez dutelako uzten hotza ontzi barrura sartzen, dituzten propietate isoterminoak direla-eta.
- Kutsadura gurutzatuak eta usainak janari batzuetatik besteetara transmititzea saihestuko da; horretarako, janariak behar bezala jarriko dira, dagozkien taldearen eta naturaren arabera.
- Arrautza freskoak biltegitratzeko, ondokoak hartu behar dira kontuan:
 - Komertzializazioaren azken fasean, hotzean gordeko dira sukaldeetan.
 - Arrautzen identifikazio-etiketa gorde egingo da, iraungitze-datarekin batera, arrautza horiek erabat kontsumitu arte. Gomendagarria da etiketa ganberako apalean itsastea, arrautzontziaren aurrean.
 - Erabili beharreko arrautzak bakarrik aterako dira ganberatik. Hozkailutik atera, berriro sartu eta berriro ateraz gero, tenperatura-aldaketa bortitzak jasango dituzte, eta horrek eragin negatiboa izango du haien osasungarritasunean eta kalitatean.
 - Mutur zorrotza beheeraka dutela jarriko ditugu arrautzak.
 - Beste janari batzuekin biltegitratuz gero, haien arteko kontaktua saihestu egingo da.
 - Normalean, fruta- eta berdura-ganbera edo fianbre- edo esneki-ganbera erabiltzen dira arrautzak gordetzeko.
- Ontziratutako izoztuek ez dute inolako bateraezintasunik, kontserbatzeko baldintza teknikoak ondo errespetatuz gero.
- Desizoztu beharreko produktu izoztuak hozkailutik aterako dira, eta $\leq 2\text{ }^{\circ}\text{C}$ -tik $6\text{ }^{\circ}\text{C}$ -ra bitartean mantenduko ditugu, erabili behar izan arte.
- Iraungitze-data edo hobetsitako kontsumo-data eta hoztutako janarien iraupena errespetatuko dira (5 egun).
- Biltegitratutako janariak ondo kontserbatzeko beharrezko informazioa daramatela egiaztatuko da. Informazio hori etiketa batean ezarriko da, eta, gutxienez, janariaren izena eta elaborazio-data azalduko dira.
- Ez da soberakin izoztuko, ezta kontsumo-data gainditu duten edo alterazio-sintoma argiak dituzten janaririk ere. Desizoztutako janaririk ere ez da berriro izoztuko.
- Ganberetako tenperatura kontrolatuko da, janariak kontserbatzeko tenperatura onean daudela ziurtatzeko, eta hezetasun erlatibo egokia mantentzeko.
- Izoza maiz desizoztu edo kenduko da.
- Ateak hermetikoki ixten dutela ziurtatuko da (gomak eta eskulekuak).
- Produktu izoztuak kontserbatzeko / mantentzeko instalazioak ez dira erabiliko janariak izozteko. Izozkailuan edo tenperatura-erailsailuan bakarrik izoztu ahal izango dugu, haiek bakarrik bermatzen baitigute tenperatura ondo jaiste.
- Izoztuta eta ontziratuta gabe kontserbatutako janariak hainbat alterazio izan ditzakete, esate baterako, “izoztearen erredura” esaten zaiona: janariaren gainazala lehorte egiten da, halako azal zurixka bat osatzen da, eta, hori dela-eta, mantenugaiak galdu egiten dira, eta beraz, produktuaren kalitatea jaitsi egiten da. Horregatik, izoztutako produktu guztiak ontzi barruan gordeko dira.
- Garbitzeko eta desinfektatzeko prozedura aplikatuko da, lokal horiek kutsadura-iturri izan ez daitezen lehengaiatzat eta osagaiatzat.

Tenperaturaren eta biltegien mantendu beharreko denboraren zehaztapenak salgai galkorrenzat eta ez galkorrenzat ondoko taulan laburbilduta azaltzen dira:

PRODUKTUA	BILTEGIA	TENPERATURA	DENBORA
Berdurak eta barazkiak	Izozkailua	—18°C-tik —16°C-ra	Iraungitze-data
	Hozkailua	2°C-tik 6°C-ra	<7 egun Iraungitze-data
	Ez-galkorrak	Giro-tenperatura	<10 egun Iraungitze-data
Fruta freskoa	Ez-galkorrak	Giro-tenperatura	<7 egun Iraungitze-data
Zerealak eta eratorriak	Izozkailua	—18°C-tik —16°C-ra	Iraungitze-data
	Ez-galkorrak	Giro-tenperatura	Iraungitze-data ogiak 24 ordu
Lekaleak eta tuberkuluak	Ez-galkorrak	Giro-tenperatura	Tuberkuluak: <14 egun
			Lekaleak: Iraungitze-data
Haragiak, hegaztiak arrainak eta eratorriak	Izozkailua	—18°C-tik —16°C-ra	Iraungitze-data
	Hozkailua	2°C-tik 6°C-ra	Iraungitze-data
	Ez-galkorrak	Giro-tenperatura	Iraungitze-data
Arraultza eta oboproduktuak	Izozkailua	—18°C-tik —16°C-ra	Iraungitze-data
	Hozkailua	2°C-tik 6°C-ra	Iraungitze-data
	Ez-galkorrak	Giro-tenperatura	Iraungitze-data
Aurrekozinatuak	Izozkailua	—18°C-tik —16°C-ra	Iraungitze-data
	Hozkailua	2°C-tik 6°C-ra	Iraungitze-data
Kontserbak	Ez-galkorrak	Giro-tenperatura	Iraungitze-data



DESIZOZTEA

Donostia Ospitaleko sukaldeko manipulatzailerik guztiek jarraitu beharreko **praktika zuzenak** hauek dira:

- Janariak ez dira giro-temperaturan desizoztuko, hozkailuan edo mikrouhin-labeetan baizik. Erabat debekatuta dago produktuak giro-temperaturan desizoztea, aukera gehiago daudelako pisua galtzeko, kolorea aldatzeko eta mikroorganismoak bizkorrago ugaltzeko, psikrotrofoak bereziki.
- Edateko ur korrantearekin ere desizoztu daiteke, baldin eta janaria urarekiko iragazgaitza den ontzi batean badago, uraren tenperatura 21 °C baino baxuagoa bada, eta prozesuak 4 ordu baino gehiago irauten ez badu.
- Hobeto desizozteko:
 - Atera generoa jatorrizko ontzitik.
 - Zabaldu desizoztu beharreko generoa masaren lodiera txikitzea erraztuko duten kubetetan edo erretiluetan.
 - Jarri kubetak edo erretiluak horizontalean; ez pilatu bertikalki.
 - Jarri erretilua edo kubeta ganberako zatirik altuenean, aire hotzaren irteeratik edo haizagailutik ahalik eta urrunen.
- Desizoztu egunean kontsumitzeko prestatu beharreko janariak eta kopuruak bakarrik. Ez izoztu berriro desizoztutako janariak.
- Jarri janaria tantek beste janaririk kutsatu ezin duten ganberako zonan.
- Desizoztu saretadun ontzietan, halako ontziek desizoztearen ondorioz sortutako likidoarekiko kontaktua eragozten baitute.
- Desizoztu guztiz janaria prestatu aurretik. Guztiz desizoztu ezean, beroa ez da ondo iritsiko piezaren barrura egosterakoan.
- Prestatu desizoztutako janaria guztiz desizoztu eta berehala, edo gorde hotzean prestatu arte (betiere desizozten den egunean bertan). Horretarako, ganberan sartzean desizozte-datarekin etiketatzea komeni da.
- Debekatuta dago aurretik desizoztutako janariak berriro izoztea.
- Desizozteko erabili diren gainazalak eta ontziak garbitu eta desinfektatuko dira, desizoztearen ondorioz sortutako likidoak beste janaririk kutsa ez dezan.

4

KUTSADURA GURUTZATUAK SAIHESTEKO PREBENTZIOA

Donostia Ospitaleko sukaldeko manipulatzailerik guztiek jarraitu beharreko **praktika zuzenak** hauek dira:

- Zonak mugatzea, produktua kutsa dezaketen gurutzamenduak saihesteko: zona garbia - zona zikina. Lan-gainazal eta - ekipamendu espezifikoak erabiltzea elaborazio-fase bakoitzean. Ez da gainazal edo ekipamendu bera erabiliko produktu gordinak, erdi-landuak edo landuak prestatzeko. Horretarako, erabilera bakoitzari dagozkion lantegiak erabiliko dira beti.
- Hainbat koloretako ebakitzeko oholak erabiltzea, janari bakoitzarekin bat erabiltzeko.
- Bai jantziak eta bai eskuzatarrak behar bezain garbi egongo dira. Hala eta guztiz ere, ordeztu egingo dira, ahal den neurrian, bota daitekeen paperarekin, arriskurik handiena duten eragiketen kasuan batez ere.
- Eduki beti garbi eta desinfektatuta manipulatzeko erabilitako gainazalak.
- Tresna bakoitza erabili aurretik garbitu eta desinfektatu egingo da, eta kontserbazio-egoera onean egongo da beti.
- Ez jarri kaxa edo bestelako material zikinik laneko gainazaletan.

- Garbitzeko materialak (eskuzatarrak, baietak...) erabili ondoren, garbitu eta desinfektatu egingo dira, eta leku higieniko batean gordeko dira, janarietatik bereizita.
- Janari-hondakinak edo bestelako hondakinak itxieradun edukiontzietara botako dira.
- Ez da erratzarekin edo bestela garbituko, prestatzen ari diren edo amaituta dauden produktuen osasungarritasuna arriskuan jartzen bada.
- Ekipamenduak une oro garbi eta desinfektatuta mantenduko dira.

Kutsadura gurutzaturik gerta ez dadin janariekin, higiene eta manipulazioko praktika zuzenak aplikatu beharko dira:

- Manipulatuzaileen eskuak eta jantziak ondo garbitzea, eta higiene pertsonala behar bezala zaintzea.
- Produkturik lurrera eroriz gero, lanean jarraituko da, jasotzera makurtu gabe. Eroritako produktuak ez dira prozesuan sartuko berriro, eta ez dira jasoko botatzeko.
Behin prestatzen eta/edo lantzen amaituta, sortutako beste hondakinekin batera botako dira; hala ere, gogoratu eskuak garbitu behar direla lanari berriro ekin aurretik.
Ez labaintzeko, produktu-hondakin horiek pasabidetik kenduko dira oinarekin, baina inoiz ez eskuekin, lurretik datozen germenekin kutsatuko bailirateke.
- Ekipamendua garbitzea eta desinfektatzea; janari gordinen areak / eragiketak, batetik, eta janari sukaldatuen areak / eragiketak, bestetik, banatzea.
- Janari gordinen eta sukaldatuen areetan eskuzatar, esponja eta trapu desberdinak erabiltzea.

5 ONTZIAK

- Komenigarria izaten da instalazioetan egon daitezkeen poto arriskutsuak pintatzea edo markatzea, eta armairu berezi batean biltegiratzea.
- Ez erabili osagaien potarik garbitzeko produktuak gordetzeko, edota beste osagai batzuk gordetzeko, erabiltzeko orduan akatsak gerta baitaitezke.
- Ondo begiratu ontziaren etiketa ondo dagoela erabili aurretik.
- Begiratu arretaz ontzien edukia behin irekita. Egiatzatu salgaien egoera, anomaliaren bat egon daiteke-eta.
- Itxi ontziak behin irekita daudela.
- Utzi lehengaiak adierazitako lekuan, bai jasotzean eta bai haien zati bat erabili ondoren ere.
- Eskaini arreta berezia beirazko ontziei, hautsiz gero arrisku fisikoa sorraraz bailezakete janariak kutsatzera iritsiko balira. Hori eragozteko, ondoko arreta-neurriak hartuko ditugu:
- Kontuz manipulatuko dira, eta ahal izanez gero manipulatzeko arean sartzea eragotziko da.
- Erabili behar izanez gero, erabiltzeko une horretan bertan sartuko dira manipulatzeko arean, eta, berehala, zaborrontzira botako dira; ez dira inoiz utziko ahaztuta lan-eremuan, istripuz hauts ez daitezen.
- Beirazko ontziren bat hautsiko balitz, prozesua geldiaraziko da eragindako arean, beirak kenduko dira eta arreta handiz ikuskatuko dira inguruko gainazalak eta prestatzen ari diren janariak. Beirak janarietaraino iritsi direneko susmorik txikiena egonez gero, janari horiek bota egingo dira.



Donostia Ospitaleko sukaldeko manipulatzailerik guztiek jarraitu beharreko **praktika zuzenak** hauek dira:

- Aipatutako praktika onak aplikatzea, kutsadura gurutzatuak saihesteko.
 - Tratamendu-zonan sartu aurretik, ontziak enbalajerik gabe joango dira, eta ontzi garbi eta garbigarrietan sartuko dira. Eragiketa hori egiten duen pertsonalak eskuak garbitu beharko ditu lanean jarraitu aurretik.
 - Beirazko ontziak eta basoak, eta, oro har, beirazko materiala erabiltzea saihestuko da manipulazio-eremu osoan. Istripuz beirazko elementuren bat sartuko balitz eremu horretan, beirazko ontziekin bezala jokatu da.
 - Ahal izanez gero saihestuko da, manipulazio-eremu osoan, "bic" motako bolalumarik erabiltzea, janariaren gainera eror daitezkeen plastikozko zatiak, tapoiak, etab. dituztelako.
 - Imanak erabiltzea garbitzen eta desinfektatzen errazak izango diren labanei eusteko; horregatik, zurezko kirtena dutenak bota egingo dira.
 - Manipulatzean, txukuntasun handiz jokatzeko.
 - Hondakinak behar bezala botatzeko. Behin bakarrik erabiltzeko poltsa duten zaborrontziak, garbigarriak eta pedal bidez irekitzen den estalkiarekin.
 - Ez da ezer utziko zaborrontzien estalkien gainean (labanak, ebakitzeko oholak, erretiluak...).
 - Lehengaiak manipulatzeko erabilitako tresnak eta ontziak ez dira izango prestatutako janariak manipulatzeko erabilitako berak. Kolore-kodea aplikatzen saiatuko da.
 - Ekipamendutik —zurigailutik, ebakitzeko makinatik...— datozen torlojuekin, azkoinekin, eta abarrekin fisikoki ez kutsatzeko, beti gainbegiratu dira, bai garbitzerakoan eta bai erabili aurretik.
 - Arrautza-irinetan pasatzeko erabilitako irina eta ogi arraila ez dira erretiluetan zuzenean biltegitratuko prestaketan artean. Erretiluan erabiliko dena bakarrik jarriko da, eta soberakinak bota egingo dira prestaketarekin amaitzean.
 - Ahal den neurrian, saihestu egingo da produktuak askoz ere lehenago prestatzea, bestelako osagaiak gehituta: arraina arrautza-irinetan pasatzea...
 - Prestatzeko erabilitako tresna guztiek leku egokia izango dute biltegitratzeko, kutsatzea eragozteko eta beti bertara botatzeko, erabili ondoren garbitzeko eta desinfektatzeko programa aplikatu ostean.
 - Gainera, janariarekin kontaktuan egoteko baimendutako materialekin eginda egongo dira, eta, hondatzen hasiz gero, bota egingo dira.
- Lehengaiak manipulatu dituzten pertsonak eskuak garbitu behar dituzte sukaldatutako janariak manipulatzea aurretik. Jantziak zikin egonez gero, garbiekin aldatuko dira. Janari gordinak manipulatzeko, mantalak erabiltzea gomendatzen da.

Ondoren, prestatzeko praktika egokiak adierazten dira, produktuen arabera.

ARRAUTZAK

Ondoko xehetasunak hartuko dira kontuan:

- Arrautza freskoak erabiliko dira, eta arreta berezia eskainiko zaio enbalajeko ontziratze-datari: erabiltzeko egunera arte 7 egun baino gutxiago igaro direnean bakarrik erabiliko dira.
- Hobetsitako kontsumo-data ontzian eta/edo arrautzan azalduko da, eta jartze-datatik 28 egunerako data da.

- Arrautzak usainak transmiti diezazkiokeen beste edozein substantziazatik isolatuta kontserbatuko dira, azala porotsua dutenez usainak xurga ditzaketelako.
- Ez da hautsitako arrautzarik erabiliko, edota oilo erruleen gorozkiekin zikindutakorik.
- Arrautzak garbitzea saihestuko da. Garbituz gero, kanpoko babes-geruza edo kutikula kentzen diegu, eta, horren ondorioz, garaiz aurretik zahartzen dira; gainera, baliteke aldi berean mikroorganismoak barrura sartzea eragitea.
- Behin arrautzak irekita, azalak ez dira utziko lan-gainazalean: zuzenean zaborrontzietara botako dira.
- Azala hausteko eta irabiatzeko prozesuan erabilitako tresnak (ontziak, irabiagailuak...) kontu handiz garbitu eta desinfektatuko dira. Ez dira inoiz jarriko arrautzopilak arrautzak hausteko edo irabiatzeko erabilitako plater beretan.
- Zuringoak eta gorringoak bereizteko ez dira arrautza-azalak erabiliko.
- Ez da arrautza freskoa osagai gisa erabiliko, janaria prestatzeko gero ez badira 75 °C gaindituko puntu guztietan. Hori ez bada posible, arrautza oboproduktu pasteurizatuarekin ordeztuko da.
- Arrautza nahiz oboproduktua duten janariak ez dira mantenduko 8 °C baino tenperatura altuagoetan, eta ez dira edukiko 24 ordu baino gehiago gordeta prestatu ondoren.
- Arrautza osoak manipulatu ondoren, eskuak behar bezala garbituko dira.
- Gomendagarria da arrautzak hotzean biltegitratzea.

HARAGIAK ETA HEGAZTIAK

- Halako produktuak prestatzeko, haragi-lantegia bakarrik erabiliko da.
- Haragiak, hegaztiak eta ehiza manipulatu, despiezatu eta anoatu ondoren, eskuak garbituko dira beti, beste ezertan jarraitu aurretik (ganberak ireki, txikitze makina erabili...).
- Oso erraza da txikitutako haragia germenekin kutsatzea txikitze prozesuan edo txikitzetik sukaldatu arte igarotako tartean. Horregatik, ahalik eta denbora gutxien edukiko da giro-tenperaturan, eta ezinbestekoa dena bakarrik manipulatu da eskuekin; ahal izanez gero, botatzeko latexezko eskularruak erabiliko dira.
- Haragi-bolak prestatzean, arreta berezia jarriko dugu forma emateko makinan. Ez dugu inoiz erabiliko mantentze-baldintza ezin hobeetan ez badago, eta lehenagoko elaborazioen hondakinik gabe.
- Jasotzen denetik ganberan sartu arte ordubete igaroko da gehienez, eta ordubete horretan prestatu eta anoatuko da.
- Haragiak manipulatze, despiezatzeko eta anoatzeko ohol gorria erabiliko dugu, eta ohol hori lan horietarako bakarrik izango da.
- Erabili aurretik behar bezala mantenduta, garbituta eta desinfektatuta dauden tresnak eta ekipamendua erabiliko dira bakarrik.
- Manipulatu, despiezatu eta anoatu ondoren, estalkia duten altzairu herdoilgaitzezko nahiz plastikozko kubetetan / erretilueta sartuko da haragia, hala behar izanez gero, ganberan ondo kontserba dadin. Kubeta / erretilu horiek erabiltzeko egoera onean daudela egiaztatuko da (garbituta, desinfektatuta, akatsik gabe...).
- Ganberan sartu aurretik eta ontziratu ondoren, berehala kontsumitu behar ez diren piezak ontziratze-dataekin eta/edo hobetsitako kontsumo-dataekin etiketatuko dira.
- Hegazti guztiak, oro har, Salmonella-eramaileak dira maiz, eta oso kutsakorrak, gainera, prestatzeko eta, bereziki, garbitzeko eta despiezatzeko beharrezkoak diren manipulazio guztietan. Horregatik, txukuntasun handiz prozesatuko ditugu.

ARRAINAK ETA ITSASKIAK

- Halako produktuak prestatzeko, arrain-lantegia bakarrik erabiliko da.
- Hainbat ezaugarri zuzenean begiratzuz gero, arrainaren freskotasunaren berri izango dugu:
 - Itsasoko ura gogoratzen duen usain atsegina.
 - Begi irten distiratsuak, begi-nini beltz eta kornea gardenekoak.



- Arrosa eta gorri bitarteko kolore uniformeko zakatzak, baina tonu bizikoak eta inoiz ez grisaxkak.
- Azal distiratsu eta zurruna, eta ezkatak ondo itsatsita.
- Haragi tente eta elastikoa, azalean hatzekin egindako estutuaren aztarnarik uzten ez duena.
- Abdomen-pareta elastikoa eta uzkia itxia.
- Arraina manipulatzeko eta despiezatzeko, lan horretarako bakarrik dagoen ohol urdina besterik ez da erabiliko.
- Behin garbituta eta/edo anoatuta, ondo mantenduak, garbituak eta desinfektatuak dauden erretiluetan jarriko da arraina.
- Arrainak parasitorik (Anisakisik) ez duela egiaztatu beharko da. Parasitoak errailetan edo errailetatik gertu dagoen muskulu-zonan egoten dira.
- Geroago, eta infestazio-mailaren arabera, eskuz kenduko dira, gutxi badira, edo bota, asko badira.
- Arrain freskoaren kasuan, ondo begiratu da ea arrisku fisikorik, amurik, eta abarrik ote dagoen. Arrain izpituarekin edo zatituarekin lan egin behar izanez gero, hezurak kenduko dira, eta bat bera ere ez dagoela ondo begiratu da.
- Arraina izoztuta badago, izozkailuan gordeko da beti, eta, freskoa bada edo desiozten ari bada, hozkailuan, 4 °C gainditzen ez dituen tenperaturan, erraiak eta ezkatak kendu ondoren.

LEKALE LEHORRAK

- Errehidratatu egingo dira; horretarako, beratzen utziko ditugu 12-18 bat orduz, edateko sareko urarekin, marmita nahiz kubeta batean.
- Kubeta edo marmita estalita edukiko ditugu ordu horietan, ustekabeen barrura zerbait eroriz gero gerta daitezkeen kutsadura fisiko nahiz kimikoak saihesteko.
- Lekaleak beti gainbegiratu dira kubetan edo marmitan bota aurretik, arrisku fisikoak (harriak...) nahiz biologikoak (intsektuak...) saihesteko.

BARAZKIAK, BERDURAK ETA FRUTAK

- Halako produktuak prestatzeko, berdura-lantegia bakarrik erabiliko da.
- Hosto-berduren eta barazkien kanpoko zatiak kenduko dira; hondakinak zaborrontzietara botako dira berehala, eta ez dira utziko lan-gainazaletan, horiek kutsatzeko arriskutsuak izan baitaitezke.
- Ez dira erabiliko kaltetuta, kolpatuta nahiz hondatuta dauden produktuak, ondo daudenak kutsa baititzaizkete.
- Berdurak eta barazkiak garbitzeari eta desinfektatzeari ekin aurretik, horretarako erabili beharreko arraska eta/edo kubeta garbitu eta desinfektatu egingo da.
- Barazkiak eta berdurak garbitzean, arreta berezia jarriko da hondarraren, harrien, intsektuen... hondakinak kentzeko, haiekin prestatzen diren janariak kutsa baititzaizkete.
- Desinfektatzeko produktu baimenduak erabiliko dira, fabrikatzaileak gomendatutako dosiak eta aplikazio-denbora errespetatuz.
- Gordinean kontsumitu beharreko berdurak eta barazkiak garbitzeko, desinfektatzeko, uretan pasatzeko eta xukatzeo prozesu egokia ezarriko da, ondoko urratsak jarraituz:
 - Kanpoko zati zikinak eta ustelduta, hautsita edo zartatuta dauden aleak kentzea.
 - Berdurak / barazkiak zatitzea, desinfektatu ondoren manipulatzea behar ez izateko.
 - Edateko ur ugarekin garbitzea.
 - Garbitzeko erabilitako ura kentzea.
 - Edateko uretan eta desinfektatzailearekin beratzen uztea, horretarako ezarritako dosian eta denboran.
 - Edateko ur ugarekin garbitzea.
 - Zentrifugatzea edo xukatzea.

- Ziurtatu berduren eta barazkien desinfektatzailea kontzentrazio egokian erabiltzen ari dela, eta garbitu gero ur korronte ugarirekin, eta zurrusta azpian, ahal izanez gero, arrastatzearen eragina dela-eta.
- Gordinik zerbitzatu beharreko berdurak eta barazkiak eskuz zatitzeko, berariaz horretarako jarria dagoen ohol berdea erabiliko dugu. Erabili aurretik, ohola ondo mantenduta, garbituta eta desinfektatuta dagoela egiaztatuko dugu.

Donostia Ospitaleko sukaldeko manipulatzaile guztiek jarraitu beharreko **praktika zuzenak** hauek dira:

- Gordinean kontsumitu beharreko janariak direnean, eta prestatzeko ekipamendu berezia eskatzen badute, fianbre-ebakitzekoa esate baterako, ondo mantenduta, garbituta eta desinfektatuta dagoela ziurtatuko dugu, ekipamendua erabili aurretik.
- Lehengaia prestatzeko eta landutako produktuak manipulatzeko ondo bereizitako zonak erabiliko dira.
- Prestatu ondoren berehala hotz zerbitzatu beharreko janariak hoztu egingo dira, dokumentu honen arabera: I-SH.05/8 MANIPULAZIOKO PRAKTIKA ONAK BIZKOR HOZTERAKOAN / HOZKAILUAN / IZOZKAILUAN MANTENTZEA.
- Entsaladarako arrautza egosien kasuan, anoatzeko lana eskuz egingo du maskara, txano eta eskularruekin ari den langile batek. Eragiketa hori berdura-gelan egingo da, eta 30 minutu baino gutxiago erabiliko dira horretarako.
- Aipatutako praktikak erabiliko dira, kutsadura gurutzaturik gerta ez dadin.
- Gelako temperaturak eta bertan egin beharreko denborak egokiak izango dira: ordu-erdi baino gutxiago giro-temperaturan.
- Produktuak prestatzeko, lan-gainazal garbiak erabiliko dira, eta ez dira elikagaiekin, tresnekin edo objektuekin beteko, kutsadurarik gerta ez dadin.
- Saltsa maionesekin, ondoko xehetasunak hartuko dira kontuan:
 - Maionesa ez da inoiz zerbitzatzeko beste janarien gainean (patatak, zainzuriak...), ondo hoztuta eta saltsaren temperatura ez igotzeko moduan egon arte.
 - Maionesa duten elaborazioak hotzean mantenduko dira, 8 °C baino gutxiagoan, eta airetik babestuta. Hurrengo 24 orduetan kontsumituko dira. Erabili beti maionesa industrial edo oboproduktu pasteurizatuarekin egindakoa; inoiz ez arrautza gordinarekin egina.
 - Ez dira biltegitratuko inoiz, ez ganberan eta ez inon, maionesa duten janari-hondakinak.
 - Maionesa egiteko, horretarako bakarrik erabiltzen diren tresnak baliatuko dira, eta ondo garbituta.
 - Arrautza eta oboproduktu pasteurizatuak erabiliko dira gero berotu gabe kontsumitu beharreko janariak prestatzeko.
- Proteinadun produktuak edo txikitutako edozein artikuluk osatutako entsaladak 8 °C gainditzen ez dituzten temperaturan edukiko dira beti, eta inguruko girotik babestuta.
- Lehendik prestatutako osagaiak orga banatzaileetan jarriko dira, eta ganberan gordeko dira, zintan platereratzeko unera arte.
- Erabiltzen diren bakoitzean, garbitu eta desinfektatu egingo dira orga banatzaileak, eta, ahal izanez gero, hurrengo aldian erabili aurretik ere bai.



Noiz bota behar da kontserba bat?

- Irekitzean, likidoa eta gasa bortizki ateratzen direnean.
- Likidoa uher eta pikorrekin agertzen denean.
- Janaria nabarmen bigun dagoenean.
- Usain edo kolore arraroa nabaritzen dugunean.
- Lata barrutik belztua dagoenean.
- Lata herdoilduta dagoenean.
- Lata sabelduta dagoenean.

Latak ireki aurretik gainazala garbituko da, eta, behin irekita eta produktuaren zati bat kontserbatu nahi izanez gero, edukia garbi dagoen plastikozko ontzi batera edo antzeko batera aldatuko dugu, eta estali egingo dugu.

8

SUKALDEA/TENPERATURA BEROA BIRSORTZEA ETA MANTENTZEA

Donostia Ospitaleko sukaldeko manipulatzailerak guztiek jarraitu beharreko **praktika zuzenak** hauek dira:

- Eskuliburu honetan aipatutako praktikak erabiliko dira, kutsadura gurutzaturik gerta ez dadin.
- Lehendik landu gabeko eta jatorrizko ontzitik zuzenean hartu beharreko osagai guztiak ondo gainbegiratuko dira, begiekin ikuskatuz besterik gabe, horien artean gorputz arrotzik egon ez dadin: harriak, hezurak, intsektuak... Kontserben kasuan, kontu handiz ibiliko da, latetako txirbilak barrura eror ez daitezen. Bestelako plastikozko nahiz paperezko ontziei dagokienez, kontuz ibiliko da ebaki diren zonako ontzi-zatirik janariaren barruan eror ez dadin.
- Ekipamendutik —frijigailutik, labetik...— datozen torlojuetara, azkoinekin, eta abarrekin fisikoki ez kutsatzeko, beti gainbegiratuko dira, bai garbitzerakoan eta bai erabili aurretik.
- Haragia ondo sukaldatu ezean, bakterioek bizirik jarrai dezakete barruan. Horregatik, gomendagarria da 70 °C gutxienez lortzea janariaren punturik sakonenean, 2 minutuz, zerbitzatu aurretik. Hala eta guztiz ere, sukaldatzeak bakterio-karga murrizten ditu, baina ez du janaria esterilizatzen; horregatik, ondorengo baldintzak egokiak ez badira, tratamendu termikoaren ondoren bizirik jarraitzen duten germenak ugaltu egingo dira.
- Ez da inoiz berriro berotuko / birsortuko janari bat behin baino gehiagotan. Birberotutako janariak berehala kontsumituko dira, ganberan gordeta ere arriskutsua delako berriro kontserbatzea. Birsortzeko tenperatura 70 °C baino altuagoa izango da produktuaren erdian.
- Frijitzeko olioek dagokienez, ondoko xehetasunak hartuko dira kontuan:
 - Ez dira frijitzeko gehienezko tenperaturak gaitutako. Tenperatura normala 180 °C-koa izaten da.
 - Frijigailua maiz garbituko da, eta azpiko hondakinak kendu egingo dira.
 - Olioak behin baino gehiagotan erabiltzen bada, iragazi egongo da, aurreko frijialdiko karbonodun hondakinak gera ez daitezen, zapora txarra eta produktu toxikoak sor baititzakete.
 - Frijitzeko bainuak airetik eta argitik babestuko dira, behin prozesua amaituta estaliz.
 - Ez da inoiz gaitutako olio batek jasan dezakeen frijialdi-kopurua; hori kontrolatzeko, kolorea, usaina, biskositatea, hondakinak, eta abar gainbegira daitezke.
 - Hala eta guztiz ere, proba organoleptikoak (kolorea, usaina...) ez dira oso fidagarriak olioaren degradazio-maila zer nolakoa den erabakitzeko. Olioak aparrik edo kerik botatzeak lehendik degradatuta dagoela erakusten du, eta konposatu polarren indize altuak dituela.
 - Proba kolorimetrikoak edo komertzializatzen diren konposatu polarren neurgailu digitalak dira, besteak beste, frijitzeko erabilitako olioak eta koipeak noiz bota jakiteko metodori onenak. Astero egingo dira proba horiek.

- Haragia barrutik ondo eginda prestatuko da. Haragiaren kolorea arrosa izatetik grisera igaro dela ikustean bakarrik jakiten da ziur germen guztiak suntsitu egin direla. Nutrizio-balioa ez da nabarmen aldatzen, tenperatura altuagoetan jarritz gero.
- Arrautzak eta oboproduktuak erabiltzen diren guztietan, ondoko puntuak hartuko dira kontuan:
 - Sukaldatzeko ahalik eta gutxien falta den unean irabiatuko dira arrautzak, germenak ez ugaltzeko.
 - Deshidratatutako oboproduktuak, behin berrosatuta, hurrengo 2 orduetan egosiko dira gehienez, hotzean ez badira gordetzen behintzat. Edonola ere, berehala erabiliko dira.
 - Arrautzopilak mamituta egingo dira, egon daitezkeen mikroorganismo patogenoak deuseztatzeko moduko tenperatura lortuz. Ez da ontzi bera erabiliko arrautzak irabiatzeko eta arrautzopila zerbitzatzeko.
 - Kontsumitu aurretik sukaldatu beharreko janariak prestatzeko, arrautza eta oboproduktu pasteurizatuak edo freskoak erabiliko dira. Arrautza freskoak erabiliz gero, janariaren barnealdean 75 °C-ko tenperatura lortu den ala ez egiaztatu beharko da tresna egokiek.
- Ebakitzeko, xukatzeo, irabiatzeko, txikitzeo, nahasteko, etab. erabilitako tresna guztiak, erabiltzen diren bakoitzean garbitu eta desinfektatu dira eta ondo mantenduta egongo dira.
- Sukaldean erabilitako ontzi guztiak janariekin kontaktuan egoteko baimena duten materialek osatutakoak izango dira. Janaria kimikoki kutsatuko luketen metalak bota ditzaketen ontzi guztiak erretiratu egingo ditugu.
- Sukaldatzeko erabiltzen diren eta hondatuta dauden ontzi guztiak erretiratu egingo dira (janariekin kontaktuan dagoen gainazal akastuna edo esmaltatua baldintza txarretan duten kazolak edo zartaginak....).
- Janari bat gatz- edo ongailu-puntuan jartzeko dastatu behar den aldi bakoitzean, koilara garbi bat erabiliko da.
- Platereratu / zerbitzatu baino lehen prestatu eta bero kontsumitu beharreko janariak labean, marmitan, irailgarrian edo mahai beroan mantenduko dira, zer-nolako prestakuntza den kontu, eta produktuaren barrualdea une oro 65 °C baino gehiagoko tenperaturan dagoela ziurtatuz.
- Mahai beroak bete aurretik berotuko dira; horrela, platerak / erretiluak sartzen direnean, lehen unetik bermatuko da kontserbazio-tenperatura.
- Prestatutako janari-kopurua egunean zerbitzatu beharrekoa baino handiagoa izanez gero, egunean zerbitzatzeko beharrezkoa dena bero mantenduko da, eta, gainerakoa, hotzean.
- Platerak / erretiluak mahai beroan jartzean, kontu handiz ibiliko da elkarren kontaktuan ez egoteko, eta, noski, ez dira bata bestearen gainean jarriko.
- Ez da komeni izaten janari beroak 3 orduz baino gehiago mantentzea, nutrizio-balioa galduko litzatekeelako. Mahai beroetan bero mantendu behar diren kasuetan, janariak ez dira 30 minutuz baino gehiago egongo, lehorte ez daitez.
- Mahai beroan erortzen den janari oro kendu eta garbitu egingo da, plater / erretilu berriak sartu aurretik.
- Erabiltzen diren bakoitzean, garbitu eta desinfektatu egingo dira mahai beroak, eta, ahal izanez gero, hurrengo aldiari erabili aurretik ere bai.
- Ez da inoiz edukiko prestaketarik sukaldatu ondoren 30 minutu baino gehiago giro-tenperaturan.
- Prestatuta dauden janariak zerbitzatu arteko denbora-tarteak saihestu egingo dira, horrekin mikrobioak ugaltzea erraztuko bailitzateke, tenperatura desagokian egongo liratekeelako luzaroan.
- Zintan platereratu aurretik, orga beroetan jarriko dira janariak, zerbitzatzeko prozesuak irauten duen bitartean haien tenperatura 65 °C-ren gainetik mantentzearen.
- Erabiltzen diren bakoitzean, garbitu eta desinfektatu egingo dira orga beroak, eta, ahal izanez gero, hurrengo aldiari erabili aurretik ere bai.



Donostia Ospitaleko sukaldeko manipulatzailerak guztiek jarraitu beharreko **praktika zuzenak** hauek dira:

- Baliteke egoste hutsak dauden mikroorganismo guztiak ez desaktibatzea, eta, beraz, hoztea ez bada ahalik eta bizkorren edo behar bezalako baldintzetan egiten, tratamenduaren ondoren bizirik jarraitzen duten esporak erna daitezke.
- Sukaldatako janariak ez dira giro-tenperaturan edukiko 30 minutu baino gehiago. Janari bat giro-tenperaturan 2 ordu baino gehiago egonez gero, bota egingo dugu.
- Sukaldata ondorengo 30 minutuetan hasiko gara hozten; bi ordutan, 8 °C lortuko dira, eta, 6 ordu baino gutxiagotan, 4 °C.
- Prestatutako edo erdi-landutako janariak prestatzeko, tenperatura-eragailua erabiliko dugu. 8 °C horiek lortzeko beharrezkoa den denbora sartzen dugun produktuaren motaren eta kopuruaren arabera izango da, baina 2 orduz azpikoa izango da betiere. Janariak bizkorrago hozteko, sakontasun gutxiko (10 cm baino baxuagoak, ahal izanez gero), eta gainazal handiko ontziak erabiliko dira (esate baterako, gastronom erretiluak).
- Tenperatura-eragailua erabiltzen ez den kasuetan, eta janariak hozten hasi aurretik, produktua giro-tenperaturan moldatuko dugu, sukaldean, ordubetez gehienez ere. Bi modutan egiaztatuko dugu janaria hozteko une egokian dagoela: begiz, lurrunik egon ez dadin, eta eskuz (erretilua edo kubeta ukitu, eta tenperatura jasaten dugula ziurtatu). Ondoren, produktua hozteko ganberan sartuko dugu, estali gabe, eta erretiluak edo ontziak horizontalean jarriko ditugu, haien artean aireak zirkulatzeko moduko adina leku utziz. Ontziak ez dira bata bestearen gainean jarriko (bertikalean alegia). Ordubete inguru igarotakoan, estali erretiluak, kubetak edo ontziak.
- Estali janariak kutsadura saihesteko moduan baina hoztea ez eragozteko moduan, lehen aipatu dugun bezala. Produktua giroak ere kutsa edo infesta dezake. Produktua estaltzeko, ontzi estalkidunak edo janariekin erabiltzeko filma erabiliko dira.
- Arrautza egosien kasuan, hozte-prozesua egiteko piezak ur hotzaren zurrustapean edukiko dira, 15 minutuz, eta gero zuritzeari ekingo zaio. Prozesu osoa berdurak prestatzeko gelan egingo da, eta langileak txanoa, maskara eta eskularruak jantziko ditu.

Soberakinak nola kudeatu:

- Platereratzeko zintan soberan gelditzen den janari guztia bota egingo da prozesuaren ondoren. Ez dira hoztuko edo izoztuko beste zerbitzuetan erabiltzeko. Hotzean gordeko dira sukalde-lanaren plangintzaren arabera hurrengo egunetan zerbitzatzeko lehendik berariaz prestatutako janariak bakarrik. Eguneroko soberakinak bota egingo dira kasu guztietan.
- Lehendik prestatzen diren janari guztiak tenperatura-eragailuan sartuko dira, deskribatutako metodologiaren arabera, lantzeko prozesua amaitu bezain laster, eta hotzean gordeko dira, giro-tenperaturan egon gabe. Ez dira inola ere gordeko sukaldean giro-tenperaturan 2 ordu baino gehiago egondako janariak.
- Iraungitze-data edo hobetsitako kontsumo-data eta hoztutako janarien iraupena errespetatuko dira. Hoztutako janariak kontsumitzeko mugaeguna 5 egunekoa da indarrean dagoen araudiaren arabera; beraz, kontsumitzeko aurrez ikusitako egunetik ahalik eta gertuen prestatuko dira sukaldearen eragiketa-sistema dela-eta lehendik prestatu beharreko janariak, eta ez dira, inola ere, aipatutako 5 egun horiek gaindituko. Biltegitratutako janariak ondo kontserbatzeko beharrezko informazioa daramatela egiaztatuko da. Informazioa etiketa batean jasoko da, P-SH.06 LOTEKATZEA ETA TRAZABILITATEA dokumentuan azaldu bezala.

- Ganberetako temperatura oso altu egonez gero, bakterioak bizkorrago ugaltzen dira. Hozteko temperatura ideala +1 °C eta +4 °C bitartekoa da.

10 PLATERERATZEA

Donostia Ospitaleko sukaldeko manipulatzailerik guztiek jarraitu beharreko **praktika zuzenak** hauek dira:

- Janariak prestatu eta berehala jarriko dira orgetan, eta beroan edo hotzean mantenduko dira, kasuaren arabera, platereratu arte.
- Platereratzeko, erretilu isotermaok erabiliko dira, janariak banaketa-prozesuan zehar eta zerbitzatu arte bere temperatura mantentzeko.
- Bai erretilu isotermaok eta bai estalkiak erabili aurretik ikuskatu egingo dira, egoera onean daudela ziurtatzeko, urarekin ondo garbituta eta lehortuta, betetzeari ekin aurretik.
- Erretilu isotermaetan bizkor platereratzeko da, barneko temperatura ahalik eta gutxiena alda dadin.
- Zintan platereratzeko prozesua zerbitzatzeko unetik ahalik eta gertuen egingo da, prestatutako janariak erretilu isotermaetan kontserbatzeko denbora minimizatze eta mantentzeko temperaturaren jaitziera altua saihesteko.
- Erretilu isotermaok erabiltzen diren bakoitzean garbitu eta desinfektatuko dira.
- Mahai-tresnak paketatzeko makinan gordeko dira mahai-tresnak. Mahai-tresnak gordetzeko, latexezko eskularruak erabiliko dituzte langileek.
- Etapa horretan, besteetan bezala, orain arte aipatutako manipulazioko praktika on guztiak beteko dira, eta, bereziki, langileen ohitura higienikoekin eta tresnen garbiketarekin eta desinfekzioarekin lotutakoak.
- Platerak / erretiluak horretarako egokiak diren tresnekin muntatuko dira (inoiz ez eskuekin), eta behin bakarrik erabiltzeko latexezko eskularruak erabiliko dira horretarako.
- Zerbitzatzerakoan, gure prozesuaren azken fasea denez kontsumitzaileak jan aurretik, arreta handiagoa eskainiko diegu aurrez aipatuak izan diren manipulatzaileraren ohitura higienikoekin eta ekipamenduaren eta tresnen garbiketa-eta mantentze-egoerarekin lotutako alderdi guztiei.

11 HONDAKINAK DESEGITEA

Donostia Ospitaleko sukaldeko manipulatzailerik guztiek jarraitu beharreko **praktika zuzenak** hauek dira:

- Zaborrontzi guztiak pedal bidez ixtekoak izango dira, eta beti itxita egongo dira.
- Hondakinak, zaborrak, eta abar manipulatu ondoren, eskuak txukuntasun handiz garbituko dira prestatzeko prozesuarekin jarraitu aurretik.
- Prestatzeko fase diferenteetan zehar sortutako hondakinak ez dira lan-gainazaletan pilatuko.
- Zaborrontziek botatzeko poltsak izango dituzte, eta behin bete ondoren bota egingo dira.
- Zaborrontziak egunero garbitu eta desinfektatuko dira.



- Fase honetarako diseinatutako arauak errespetatuz gero, sortutako hondakinek ez dute kutsadura gurutzaturik sortuko.
Zaborra ez da lehengaia sartzen den ate beretik aterako, edo, behintzat, bi jarduera horiek ez dira aldi berean egingo.
Hondakinak ez dira inoiz jarriko lehengaia kargatzen eta deskargatzen den toki berean.

Garrantzitsua izaten da jakitea zer-nolako hondakinak sortzen diren, non biltegitratzen diren eta nora eramaten diren, eta baita janariarentzat arriskutsuak izan daitezkeen gainerako xehetasun guztiak ere.

Honelako hondakin-motak dauzkagu Donostia Ospitaleko sukaldean:

- **Hondakin likidoak:** Prozesuaren fase bakoitzetik eta garbitzeko eta desinfektatzeko prozesuan sortutako uretatik ateratzen direnak.
Frijitzeko erabilitako olioak ere hondakin likidoak dira.
- **Hondakin solidoak:** hondakin orokorrak dira (kartoiak, plastikoak, paperak, materia organikoa...).

Hondakinak botatzeko / kentzeko prozesua honela egiten da:

- Olio horretarako erabilitako plastikozko edukiontzietan gordetzen da, eta birziklatzen duen enpresak eramaten du.
- Hondakin solidoak, behin sailkatuz gero, berariazko edukiontzietan uzten dira, baimendutako zerbitzuek edota eragileek erretiratu ditzaten.

