

Annexe I : Manipulation sécuritaire des aliments

Les établissements de garde d'enfants et les écoles du Manitoba qui proposent des repas complets aux enfants, aux élèves, aux membres du personnel et aux visiteurs dans une cafétéria (ou un service dans une salle de classe) sont tenus de respecter tous les règlements gouvernementaux en matière d'alimentation.

La plupart des maladies d'origine alimentaire peuvent être évitées si l'on respecte les procédures de manipulation sécuritaire des aliments. Les établissements de garde d'enfants et les écoles équipés de cafétérias à Winnipeg exigent que le personnel ait suivi avec succès le cours du Programme de formation menant au certificat en manipulation des aliments reconnu par Santé Manitoba. En dehors de la région de Winnipeg, il est fortement recommandé de suivre ce Programme de formation menant au certificat en manipulation des aliments. Le Programme de formation menant au certificat en manipulation des aliments est un programme exhaustif de formation à la salubrité alimentaire conçu pour le secteur des services de restauration. Le cours porte sur les questions importantes relatives à la salubrité des aliments et à la sécurité des travailleurs, y compris les maladies d'origine alimentaire, la réception et le stockage des aliments, la préparation des aliments, le service des aliments, le nettoyage et l'assainissement. Ce cours est accessible en ligne et proposé par de nombreux entrepreneurs. Pour obtenir plus de renseignements, veuillez consulter la page www.gov.mb.ca/health/publichealth/environmentalhealth/protection/foodsafety.html.

Hygiène personnelle

Toutes les personnes qui manipulent des denrées alimentaires doivent observer une bonne hygiène personnelle, conformément aux éléments indiqués ci-dessous, et ne pas préparer de la nourriture si elles sont malades ou présentent des symptômes de fièvre, de toux, de vomissements, de diarrhée, etc.

Pour limiter le risque de contamination des aliments, qui pourrait provoquer une maladie d'origine alimentaire, il faut veiller à ce que toutes les personnes qui manipulent des aliments observent une bonne hygiène personnelle. Pour ce faire :

- elles doivent se laver consciencieusement les mains à l'eau savonneuse avant de manipuler des aliments, au moment d'entrer dans la cuisine et chaque fois que leurs mains sont contaminées;

- elles doivent suivre les étapes de lavage des mains appropriées au moment de manipuler des aliments. Le désinfectant pour les mains et les gants jetables ne remplacent pas la nécessité de se laver les mains;
- elles ne doivent pas travailler avec des aliments lorsqu'elles sont malades (vomissements, diarrhée, mal de gorge, etc.);
- elles doivent porter des gants jetables si leurs mains présentent des coupures ou des plaies ou encore si elles portent des ongles artificiels ou du vernis à ongles, et doivent réduire au strict nécessaire tout contact direct avec les aliments et elles ne doivent pas manipuler des aliments si elles ont une coupure ou une plaie infectée sur les mains;
- elles ne doivent pas porter de bijoux;
- elles doivent porter des vêtements propres et un tablier propre;
- elles doivent s'attacher les cheveux, par exemple à l'aide d'un filet à cheveux, d'une casquette, d'un chapeau ou de tout autre couvre-chef similaire afin de contenir efficacement leurs cheveux;
- elles ne doivent pas s'essuyer les mains ni essuyer leurs ustensiles sur leurs vêtements, leur tablier ou des serviettes;
- elles doivent utiliser des serviettes en papier à usage unique et non des serviettes ordinaires pour se sécher les mains;
- elles ne doivent pas manger pendant qu'elles préparent des aliments;
- elles doivent se couvrir la bouche et le nez lorsqu'elles toussent ou éternuent, puis se laver immédiatement les mains.

Voici les mauvaises habitudes d'hygiène personnelle que les personnes qui manipulent des denrées alimentaires doivent éviter :

- se lécher les doigts pour quelque raison que ce soit;
- se ronger les ongles;
- goûter des aliments avec les doigts;
- se toucher le nez et la bouche;
- se toucher des furoncles, des boutons, des plaies ou des coupures;
- se toucher les cheveux;
- utiliser des mouchoirs en tissu;
- retremper des ustensiles dans de la nourriture après l'avoir goûtée.

Aliments potentiellement dangereux

Les aliments potentiellement dangereux sont ceux pour lesquels il faut contrôler la durée et la température de conservation pour s'assurer de leur salubrité. Les œufs, la viande, la volaille, le poisson, la charcuterie, les pâtes ou le riz cuits, la sauce, la soupe, le lait, la crème glacée, le fromage, le yaourt et les fruits et légumes coupés sont autant d'exemples d'aliments potentiellement dangereux.

Les aliments connus pour ne pas être des « aliments potentiellement dangereux » sont les aliments secs, acides ou sucrés qui ont été transformés et qui ne favorisent pas facilement la croissance d'organismes pathogènes ou de toxines, comme les craquelins, les cornichons, les confitures, les biscuits, les muffins, les céréales sèches, le maïs éclaté, etc.

La durée et la température de conservation sont les causes les plus courantes de maladies bactériennes d'origine alimentaire. La « zone dangereuse » se situe entre 4 °C (40 °F) et 60 °C (140 °F), c'est-à-dire la plage de température à laquelle les bactéries peuvent se multiplier rapidement. En limitant la durée pendant laquelle les aliments se trouvent dans cette plage de température, on limite d'autant la croissance des bactéries ainsi que le risque de maladies d'origine alimentaire. Par conséquent, les aliments potentiellement dangereux ne doivent pas être conservés dans cette « zone dangereuse » pendant des périodes inutiles.

Exigences relatives au contrôle de la durée et de la température de conservation

- Il convient de mettre à disposition des thermomètres pour vérifier la température des aliments et de la réfrigération. Vérifiez le thermomètre du réfrigérateur quotidiennement. Utilisez un thermomètre à sonde métallique pour vérifier la température interne des aliments.
- Conservez les aliments potentiellement dangereux dans le réfrigérateur à une température inférieure ou égale à 4 °C (40 °F).
- Jetez les aliments potentiellement dangereux qui sont restés à l'extérieur d'un réfrigérateur pendant plus de deux heures.
- La température du congélateur doit être inférieure ou égale à -18 °C (0 °F) pour que les aliments restent congelés.
- Ne décongelez pas les aliments potentiellement dangereux à température ambiante. Plusieurs méthodes permettent de décongeler les aliments en toute sécurité. Il faut les décongeler : (1) dans le réfrigérateur; (2) dans le cadre du processus de cuisson; (3) sous l'eau courante froide; ou (4) au four à micro-ondes afin d'éviter qu'ils ne se trouvent, en tout ou en partie, dans la « zone dangereuse ».

- Veillez à ce que les aliments potentiellement dangereux atteignent des températures à cœur adéquates au moment de la cuisson pour garantir leur salubrité (p. ex. la viande et les mélanges de viande hachée doivent être cuits à 71 °C [160 °F] et la volaille à 82 °C [182 °F]).
- Il faut conserver les aliments cuits à une chaleur de 60 °C (140 °F) ou plus, puis les conserver dans un équipement de maintien au chaud pour le service.
- En ce qui concerne le refroidissement, les aliments chauds doivent être refroidis de 60 °C (140 °F) à 4 °C (40 °F) dans un délai de six heures. Pour accélérer ce refroidissement, répartissez les aliments en portions plus petites, conservez-les dans des récipients peu profonds et réfrigérez-les immédiatement.
- Réchauffez les aliments potentiellement dangereux à une température d'au moins 74 °C (165 °F) dans les deux heures qui suivent.

Utilisation des fours à micro-ondes et conseils en matière de salubrité des aliments

- Utilisez toujours des récipients dont l'étiquette indique qu'ils peuvent passer au four à micro-ondes.
- Coupez les aliments en petits morceaux pour une cuisson uniforme et disposez-les de manière uniforme dans le récipient.
- Ajoutez du liquide comme de l'eau, du jus ou de la sauce aux aliments solides.
- Arrêtez le four à mi-cuisson pour remuer les aliments ou tourner les plateaux ou les récipients.
- Couvrez les aliments à l'aide d'un couvercle ou d'un film plastique compatible avec les fours à micro-ondes pour retenir la vapeur.
- Suivez les instructions en matière de « temps de repos ». Ces temps de repos permettent d'assurer une répartition uniforme de la chaleur, même après la cuisson.
- Utilisez des gants de cuisine ou des poignées de protection lorsque vous retirez des récipients ou de la vaisselle du four.

Restes

Les restes de nourriture qui n'ont pas encore été servis/dressés peuvent être servis à une date ultérieure s'ils sont refroidis, réfrigérés et réchauffés en toute sécurité. Veillez à indiquer une date sur tous les restes et à les utiliser dans les trois jours. Les restes ne doivent être réchauffés et servis qu'une seule fois.
EN CAS DE DOUTE, JETEZ-LES!

Sources d'aliments sûrs

Les aliments peuvent être contaminés avant l'achat. Pour gérer ce risque, il importe de respecter les règles de salubrité alimentaire suivantes au moment d'acheter des denrées alimentaires :

- N'achetez ou n'acceptez que des produits alimentaires provenant de sources approuvées (p. ex. une installation inspectée par le gouvernement). Lorsque vous achetez des aliments localement, assurez-vous que l'exploitant est titulaire d'un permis sanitaire.
- N'utilisez pas de jus, de lait et de produits laitiers non pasteurisés, ni d'œufs non classés.
- Veillez à ce que les boîtes de conserve alimentaires ne présentent aucune grosse bosse et aucune bosse au niveau du sertissage.
- Vérifiez tous les aliments et les sacs de nourriture pour détecter tout signe de contamination (p. ex. insectes, excréments de rongeurs).
- Nettoyez et désinfectez ou lavez les bacs et les sacs d'épicerie réutilisables, surtout s'ils sont utilisés pour transporter de la viande crue, de la volaille, du poisson, des fruits de mer ou d'autres denrées périssables.
- Conservez la viande et la volaille crues dans des sacs distincts des aliments prêts à manger au moment de l'achat et de l'entreposage.

Aliments préparés à la maison (envoyés par les parents pour que les enfants/élèves les partagent à l'établissement de garde d'enfants ou à l'école à l'occasion de fêtes de classe, d'anniversaires, etc.)

- Passez en revue la politique de l'établissement de garde d'enfants ou de l'école concernant l'introduction d'aliments achetés dans le commerce ou préparés à la maison pour les partager avec d'autres enfants/élèves.
- Les aliments acceptables préparés à la maison se limitent aux aliments qui ne sont pas potentiellement dangereux, comme les craquelins, les biscuits, les muffins et les autres gâteaux cuits au four qui n'ont pas besoin d'être réfrigérés.
- Les produits venant de la maison doivent être dans leur contenant d'origine ou être accompagnés d'une liste d'ingrédients mentionnant les allergènes.

Exigences en matière de stockage des aliments

Afin de garantir que les aliments préparés sont propres à la consommation, il convient de respecter les règles suivantes lors de la réception et du stockage de tous les produits alimentaires :

- Réfrigérez (à 4 °C/40 °F ou moins) ou congelez (à -18 °C/0 °F ou moins) les produits alimentaires potentiellement dangereux dès que possible.
- Conservez la viande, la volaille et le poisson crus séparément et sous les produits alimentaires cuits ou prêts à manger (p. ex. fruits et légumes) afin d'éviter toute contamination croisée.
- Dans le réfrigérateur, rangez tous les produits et les aliments prêts à consommer dans des bacs, des bacs à légumes et des tiroirs.
- Conservez les aliments comme les viandes crues dans des récipients afin d'éviter que du jus de viande crue ne s'écoule sur d'autres aliments.
- Couvrez les aliments pour les protéger contre toute contamination.
- Ne surchargez pas le réfrigérateur (une surcharge empêcherait une bonne circulation de l'air et une bonne capacité de refroidissement).
- Datedez et étiquetez les aliments avant de les réemballer et de les stocker.
- Les récipients et les emballages de stockage des aliments doivent être fabriqués à partir de matériaux de qualité alimentaire qui ne contamineront pas les aliments. N'utilisez pas de sacs-poubelle, de barquettes de viande usagées ou de récipients ayant servi pour des produits chimiques pour le stockage des aliments.
- Conservez les aliments dans un endroit où ils ne risquent pas d'être contaminés (p. ex. un endroit propre et sec, sur des étagères situées à 15 cm [6 po] du sol) et à bonne distance de tout produit chimique ou de toute surface toxique.
- Vérifiez et contrôlez tous les aliments et toutes les installations de stockage pour détecter tout signe de présence d'insectes ou de rongeurs.
- Assurez en permanence de bonnes conditions de propreté et d'hygiène dans les installations de stockage des denrées alimentaires.
- Assurez une rotation des aliments stockés selon la méthode du « premier entré, premier sorti »; vérifiez les dates sur les étiquettes des aliments et jetez les aliments périmés ou avariés.

Avant et pendant la préparation des aliments

- Lavez-vous les mains avant de préparer des aliments et en cas de besoin (mains visiblement sales) en suivant les procédures appropriées en matière de lavage des mains.
- Veillez à ce que le lavabo réservé au lavage des mains soit équipé d'eau chaude et d'eau froide.

- Du savon liquide et des essuie-mains à usage unique doivent être accessibles dans la cuisine, près du lavabo réservé au lavage des mains.
- Il faut nettoyer et assainir les éviers avant de les utiliser pour la préparation des aliments et entre deux préparations d'aliments différents.
- Lavez les fruits et légumes frais avant de les manger ou de les cuisiner, même s'ils sont épluchés. Cela permet d'éviter la propagation de tout organisme pathogène qui pourrait se trouver sur ces aliments. Une brosse à légumes propre peut être utilisée sur les carottes, les pommes de terre, les melons, les courges et les autres produits à la peau ferme.

Vaisselle et ustensiles

- Veillez à la propreté et au bon état (p. ex. absence d'ébréchures, de fissures et d'autres dommages) de la vaisselle et des ustensiles.
- Il ne faut pas utiliser de gobelets en polystyrène (styromousse), car ils présentent un risque d'étouffement pour les jeunes enfants.
- On recommande d'utiliser du matériel et des ustensiles de qualité commerciale.
- Ne réutilisez pas la vaisselle et les ustensiles à usage unique (assiettes en carton, fourchettes en plastique, plats en aluminium, pailles et baguettes en bois). Ces articles ne peuvent pas être nettoyés ou assainis correctement et ne sont pas conçus pour servir à plusieurs reprises.

À table

- Préparez et cuisez les aliments dans la cuisine ou dans la zone désignée aussi proche que possible de l'heure du repas ou de la collation.
- Le cas échéant, nettoyez et assainissez les plateaux ou les chariots avant d'y placer les récipients et les ustensiles.
- Nettoyez et assainissez la table ainsi que les plateaux des chaises hautes ou des sièges d'appoint avant que les enfants ne s'assoient pour manger.
- Veillez à ce que les enfants, les élèves et le personnel se lavent soigneusement les mains avant un repas ou une collation.
- Lors d'un service de type familial avec des récipients partagés, utilisez des couverts et non les doigts pour servir tous les aliments.
- Dans la zone de service, utilisez un comptoir ou un chariot à hauteur d'adulte qui est réservé au service des aliments et qui se trouve à l'écart des toilettes et de la zone de changement de couches.

Nettoyage et assainissement des surfaces en contact avec les aliments

Les produits chimiques les plus couramment utilisés et approuvés comme assainissants pour les surfaces en contact avec les aliments sont l'eau de Javel (eau de Javel domestique non parfumée contenant environ 5 à 6,5 % d'hypochlorite de sodium) et l'ammonium quaternaire (quats).

Pour éviter la propagation de microbes susceptibles de provoquer des maladies d'origine alimentaire, il convient de respecter les règles générales suivantes :

- Les surfaces en contact avec les aliments doivent être nettoyées et assainies après chaque utilisation.
- Les surfaces en contact avec les aliments doivent être protégées contre les contaminations.
- Les surfaces en contact avec les aliments doivent être nettoyées avant d'être assainies.
- Le matériel; et les ustensiles doivent être en bon état (p. ex. absence d'ébréchures, de fissures ou d'autres dommages).
- Nettoyez immédiatement les aliments renversés et établissez un programme de nettoyage courant.

Suivez les conseils ci-dessous pour utiliser les assainissants chimiques de manière sûre et efficace :

- Veillez à l'étiquetage approprié de tous les produits chimiques.
- Les assainissants DOIVENT être utilisés selon les instructions des fabricants et uniquement dans le but pour lequel ils ont été conçus, comme l'indique l'étiquette du produit.
 - Si un assainissant n'indique pas dans son mode d'emploi qu'il peut servir sur des surfaces en contact avec les aliments, il ne doit pas être utilisé à cette fin, car il pourrait laisser des résidus toxiques sur la surface qui contamineraient cette dernière et les aliments qui y seraient posés. La seule exception à cette règle est l'eau de Javel domestique non parfumée. (Reportez-vous à l'[Annexe E : Nettoyage, assainissement et désinfection du matériel et de l'environnement](#) pour savoir comment préparer une solution d'assainissement des surfaces en contact avec les aliments à l'aide d'eau de Javel domestique non parfumée.)
- Le mélange ou l'utilisation d'une solution assainissante à une concentration inférieure à celle recommandée entraînera une réduction insuffisante des microbes; une concentration trop élevée peut quant à elle laisser un résidu chimique ou être corrosive pour le matériel (p. ex. pour les couteaux).

- Pour que les assainissants soient efficaces, les articles doivent rester en contact avec ces derniers pendant toute la durée de contact humide recommandée par le fabricant sur l'étiquette.
- Les flacons pulvérisateurs d'assainissants doivent être changés ou testés quotidiennement, car le produit chimique peut perdre de son efficacité avec le temps.
- Ne mélangez jamais des produits chimiques comme du savon et un assainissant!
- L'efficacité des produits comme le vinaigre, le bicarbonate de soude et l'huile d'arbre à thé pour l'assainissement n'a pas été prouvée scientifiquement et ces produits ne sont donc pas approuvés pour cet usage.

Les chiffons utilisés pour le nettoyage et l'assainissement peuvent propager des microbes à l'origine de maladies. Suivez les conseils ci-dessous pour éviter cela :

- Les chiffons utilisés pour nettoyer et assainir les planches à découper, les plans de travail et les autres surfaces en contact avec les aliments doivent être visiblement propres.
- N'utilisez les chiffons que pour un seul usage (p. ex. n'utilisez pas le même chiffon pour essuyer le plan de travail et le sol).
- Utilisez un chiffon pour le nettoyage et un autre pour l'assainissement. On recommande d'utiliser différents types ou différentes couleurs de chiffons pour le nettoyage et l'assainissement, car cela aidera le personnel à gérer les chiffons réutilisables tout en réduisant de manière appropriée le risque de contamination croisée.
- Si un chiffon est utilisé en permanence pour l'assainissement, il faut le mettre dans un seau rempli de solution assainissante propre entre deux utilisations. Étiquetez ce seau de manière à identifier la solution qu'il contient et son utilisation.
- Il convient de laver fréquemment les chiffons de nettoyage et d'assainissement en utilisant l'eau la plus chaude possible et de les sécher à la température la plus élevée possible en fonction du type de chiffon en question.
- Il est possible d'utiliser un flacon pulvérisateur de solution assainissante à la concentration appropriée avec des serviettes en papier jetables pour assurer l'assainissement.
- Reportez-vous à l'[Annexe E : Nettoyage, assainissement et désinfection du matériel et de l'environnement](#) pour obtenir des conseils sur les assainissants.

Lignes directrices pour les paniers-repas dans les établissements de garde d'enfants

Consommer des repas et des collations qui n'ont pas été conservés à la bonne température peut représenter un risque. Pour minimiser ce risque, les paniers-repas peuvent être conservés à 4 °C/40 °F. Si aucun réfrigérateur n'est disponible, les options suivantes peuvent être proposées aux parents :

- Conservez les déjeuners dans une glacière avec des blocs réfrigérants.
- Invitez les parents à utiliser un panier-repas isotherme contenant un bloc réfrigérant ou une boîte de jus de fruits congelée, ou encore à congeler le repas de leur enfant la veille.
- Conservez les repas à l'écart de toute source de chaleur (radiateurs, bouches de chaleur, lumière directe du soleil).
- Lorsque des déjeuners sont fournis et qu'ils sont consommés chauds :
 - invitez les parents à conserver les aliments chauds dans un récipient isotherme;
 - chauffez de manière appropriée les déjeuners à 74 °C (165 °F);
 - jetez tous les restes d'aliments potentiellement dangereux.
- Les familles sont invitées à emporter des aliments prêts à être consommés lorsque les enfants participent à des excursions ou à d'autres activités en dehors de l'établissement de garde d'enfants ou de l'école.

Procédures de lavage de la vaisselle

Concernant le lavage manuel et mécanique de la vaisselle, reportez-vous à [l'Annexe F : Procédures de lavage de la vaisselle](#).