

MANUAL DE MANIPULAÇÃO E BOAS PRÁTICAS PARA O LABORATÓRIO DE SALA BAR/COZINHA

1 INTRODUÇÃO

Nesse manual encontram-se as informações gerais para uso do Laboratório Didático de Sala-Bar e Cozinha Fria e Quente do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia (IFCE/campus Fortaleza).

Este Manual é um referencial para docentes e discentes fazerem o bom uso do Laboratório Específico para o curso de Tecnologia em Hotelaria, projetos de extensão e FICs (Cursos de Formação Inicial e Continuada), garantindo a segurança dos usuários e a manutenção dos equipamentos e utensílios.

O laboratório tem como objetivo disponibilizar a infra-estrutura e o suporte necessário à execução das atividades relacionadas com as disciplinas vinculadas à área de Alimentos e Bebidas do curso de Hotelaria, além da possibilidade de desenvolvimento de pesquisas e práticas relacionadas aos exercícios da restauração (sala-bar e gastronomia), em atendimento às respectivas diretrizes curriculares e projetos pedagógicos.

O laboratório é utilizado exclusivamente para fins acadêmicos, sob a orientação dos professores responsáveis e colaboradores do laboratório, definindo-se como fins acadêmicos as atividades de pesquisa, coleta de dados, informações e atividades inerentes ao curso.

Conforme o regulamento para o funcionamento dos estabelecimentos de restauração e bebidas e demais legislações aplicáveis sobre saúde e segurança no trabalho e normas da ANVISA, dispõe-se o MANUAL DE MANIPULAÇÃO E BOAS PRÁTICAS do **Laboratório Sala-Bar /Cozinha**, como segue:

2 O PROFESSOR

O professor organizador deve entrar em contato com o Coordenador do Laboratório para combinar o andamento e horário das aulas.

O professor deve:

- fazer o contato para confirmar datas de uso do laboratório;
- providenciar com o setor pertinente a solicitação das compras de materiais e insumos;
- acompanhar as compras ou fazê-las didaticamente com equipe de alunos;
- liberar o laboratório para os alunos somente com sua presença;
- acompanhar e fechar o laboratório (limpeza, organização, trancar);

- seguir o manual de boas práticas, observando a armazenagem apropriada dos insumos em armários, prateleiras e refrigeradores (ver manual).

3 O ALUNO

- Os alunos devem entrar no laboratório no horário de início das aulas;
- Os alunos devem se paramentar com o uniforme adequado;
- Divididos em grupos por bancadas, os alunos separam todos os ingredientes de acordo com o receituário do professor;
- Sob orientação do professor, os alunos desenvolvem as receitas de acordo com o que é solicitado no receituário;
- Os alunos degustam os pratos produzidos;
- Os alunos fazem toda a desinfecção, limpeza e arrumação dos insumos, equipamentos e utensílios;
- Os alunos só deixam o laboratório ao final da aula após a supervisão geral do professor;

4. MANIPULAÇÃO DOS ALIMENTOS

4.1 HIGIENE PESSOAL

Uniformização

- Uniforme padrão de acordo com as respectivas funções;
- Dolmen/Jaleco branco (no verão, meia manga até o cotovelo);
- Calça comprida (inverno e verão);
- Calçados fechados (inverno e verão);
- Uniformes mantidos sempre limpos e com boa apresentação;
- Usar malha/camiseta de cor branca por baixo do Dolmen/jaleco;
- Usar o avental de tecido de acordo com a atividade e função;
- Usar o cabelo preso em redinhas ou toucas apropriadas;
- Não usar adereços como brincos, cordões, fitas, elásticos no pulso, broches, correntes, pulseiras, anéis, relógios, etc;
- Usar luvas descartáveis somente durante a distribuição de refeições, descasques ou procedimentos que exijam muita manipulação;
- Evitar o uso de máscaras e, se necessário, deve-se trocar de máscara a cada 30 min;
- Trocar sempre as luvas em manipulações e atividades diferentes.

Asseio geral

- Funcionários do sexo masculino devem fazer a barba diariamente;
- Cabelos lavados;
- Nunca pentear os cabelos no ambiente de trabalho;
- Unhas devem ser rentes, limpas e sem esmalte ou base;
- As mãos lavadas com frequência até a altura do cotovelo;
- Maquiagens leves.

Hábitos pessoais no ambiente de preparo

- Não fumar;
- Não pentear os cabelos;
- Não assoar o nariz;
- Não espirrar sobre os alimentos;
- Não tossir e falar sobre os alimentos;
- Não enxugar as mãos no uniforme e nem mesmo em aventais
- Não transportar l o u ç a s : copos, xícaras, ou talheres prendendo-os com os dedos ou apoiando-os contra o corpo;
- Usar bandejas ou carrinhos para transportar louças em geral ou segurar copos pela base e talheres num guardanapo;
- Não mexer no sapato, na boca ou roupas enquanto são manipulados os alimentos;
- Não degustar a comida nas mãos;
- Não degustar a comida nas conchas ou colheres e devolvê-la à panela;
- Não sair do trabalho com uniforme;
- Não mascar chiclete, palito, etc. durante o serviço;
- Retirar o avental de frente e pendurar no suporte apropriado antes de utilizar os sanitários;
- Manter armários nos vestiários organizados, sem misturar uniformes limpos com sujos;
- Nunca guardar alimentos dentro de armário pessoal.

As mãos

Lavar as mãos:

- Quando chegar ao trabalho;
- Depois de usar o sanitário;
- Depois de assoar o nariz;
- Depois de usar os esfregões, panos de limpeza e etc.;
- Depois de fumar;
- Depois de recolher o lixo ou resíduos;
- Depois de tocar em caixas, gêneros não higienizados, etc.;
- Depois de manipular dinheiro;
- Depois de tocar nos sapatos;
- Antes de manipular alimentos;
- Antes de iniciar um novo serviço;
- Antes de tocar em utensílios higienizados;
- Antes de tocar em alimentos já preparados; e quantas vezes for necessário;
- A pia exclusiva para lavagem de mãos deverá conter sempre papel toalha, sabonete líquido e anti-séptico para as mãos.

4.2 ZONAS DE ARMAZENAGEM

- Guardar vasilhames e embalagens ainda fechados em prateleiras de armazenagem individualizada;
- É proibido ter outros tipos de objetos nas zonas de armazenagem que não sejam inerentes ao funcionamento do estabelecimento;
- Os produtos de limpeza deverão estar guardados em armário fechado;

- Não armazenar nada em caixas de papelão;
- Estocar os insumos em armários e prateleiras por tipo e enfileirados;
- Estocar os insumos com os rótulos voltados para frente, de modo visível para leitura;
- Estocar os alimentos na geladeira por tipo e enfileirados, se em embalagens próprias, ou em depósitos e vasilhas;
- É proibido caixas de papelão no ambiente de manipulação e armazenagem;
- As prateleiras da zona de armazenagem devem estar em boas condições, sendo de material facilmente lavável e resistente;
- As prateleiras mais baixas devem estar a 20 cm do chão;
- Nunca colocar os produtos alimentares em contato direto com o chão;
- As batatas/cebolas/alhos etc. deverão estar sobre uma grelha plástica facilmente lavável, e não diretamente no chão;
- Os produtos devem estar arrumados por categorias;
- As compras mais antigas devem estar à frente das mais novas para serem primeiro utilizadas;
- Observar os prazos de validade;
- Rejeitar produtos suspeitos ou em más condições (embalagens estufadas, prazos ilegíveis, etc.);
- Acondicionar os produtos alimentares à temperatura recomendada;
- NÃO GUARDAR SOBRAS, a não ser que haja programação de uso em pouco tempo (aulas próximas);
- Etiquetar alimentos abertos na geladeira.

4.3 COZINHA

4.3.1 Zona de Preparação de alimentos

- Utilizar bancadas diferenciadas para a carne, peixe e legumes;
- As sobremesas também podem ser feitas nessas bancadas, desde que em momentos diferentes e desde que haja uma boa lavagem/desinfecção das respectivas superfícies;
- Caso não haja espaço na sua cozinha para a criação de todas as bancadas, deverá ser utilizado material diferenciado para cada tipo de alimento, como tábuas de cores diferentes, como exemplificado abaixo:

- tábuas de corte vermelhas para carnes vermelhas

- tábuas verdes para frutas, legumes e folhas

- tábuas brancas para diversos

GERAIS:

- Não aquecer alimentos em recipientes de metal e de alumínio;
- Não utilizar o microondas se a porta não lacrar adequadamente;
- Os recipientes para o lixo deverão ter tampa acionada por pedal e deverão ter saco próprio;
- Os circuitos de preparação de alimentos e de recolhimento de louças sujas e lixo não devem se cruzar;

- Não utilizar tábuas de madeira;
- Se tiver feridas nas mãos, manipule os alimentos com luvas;
- Lavar os legumes e tubérculos antes do descasque;
- Lavar muito bem a fruta e em alguns casos deverá também desinfetar (morangos);
- Lavar muito bem o arroz, o feijão e o grão, para retirar os conservantes;
- Lavar bem os vegetais em água corrente e abundante e em seguida mergulhá-los em solução desinfetante (uma colher de sopa de cloro doméstica a 3% de concentração, por cada cinco litros de água, ou pode usar pastilhas próprias desinfetantes);
- Rejeitar as folhas exteriores dos vegetais, pois acumulam mais nitratos e outros poluentes;
- Os óleos de fritura depois de saturados devem ser armazenados em recipientes próprios e recolhidos por empresas especializadas ou depositados em lugares apropriados;
- Não misturar óleo novo com óleo já utilizado;
- Desligar a válvula de escape de gás ao terminar de usar o fogão a gás;
- Para acender o fogão, risque o fósforo antes de abrir o gás;
- Verifique periodicamente as condições dos tubos de ligação;
- Se suspeitar de uma fuga de gás, feche a torneira de segurança e areje o local, sem mexer em mais nada;
- Vigiar os líquidos em fervura para evitar que transbordem;
- Não coloque panos para secar no fogão aceso;
- Limpar regularmente o fogão e o exaustor;
- Se a fritadeira se incendiar, nunca utilizar água para apagar o incêndio, utilize um extintor de pó químico.

4.4 HIGIENE , LIMPEZA e SEGURANÇA DAS INSTALAÇÕES E EQUIPAMENTOS

- Limpar as paredes, tetos e locais de armazenagem periodicamente (a cada 30 dias);
- Usar telas em janelas;
- Dedetizar o ambiente periodicamente (a cada 6 meses ou se necessário);
- Separar o lixo por tipo;
- Fazer higienização imediatamente após cada utilização das áreas de trabalho (bancadas e tábuas);
- O equipamento da cozinha deverá ser em inox ou alumínio (ou material facilmente lavável);
- Os congeladores devem ser descongelados, limpos e desinfetados uma vez de três em três meses;
- Não misturar os produtos de limpeza, porque um produto pode anular a ação do outro;
- Usar apenas produtos de limpeza comerciais autorizados para a indústria alimentar (verifique a etiqueta);
- Não usar compostos amoniacais na cozinha/balcão;
- Não mudar os produtos de limpeza dos frascos originais;
- Os coletores de lixo deverão ter tampa e pedal e devem permanecer fechados;
- Recolher o lixo ou resíduos e colocá-los para do lado de fora da área de manipulação e armazenagem;
- Armazenar facas, panelas e tábuas em armários fechados;
- Higienizar panelas antes de cada utilização;
- Identificar perigos e pontos críticos de controle, como temperatura de geladeira abaixo do recomendável e temperatura ambiente inadequado;
- Não deixar sprays nem substâncias combustíveis perto de fontes de calor;
- O extintor de incêndio deve ficar fixo à parede;
- Desligar equipamentos das tomadas antes de higienizar;
- Não passar dedos diretamente em lâminas;

- Retirar grelhas do forno para limpeza.

4.5 TEMPERATURAS DE REFRIGERAÇÃO

TEMPERATURA RECOMENDADA na CONSERVAÇÃO e DISTRIBUIÇÃO de ALIMENTOS		
	MIN. °C	MAX. °C
Frutas, verduras e outros hortifrutigranjeiros perecíveis	+7	+10
Derivados Lácteos	+4	+8
Carnes e Aves	0	+4
Pescados e Frutos do mar	-5	0
Alimentos Congelados	-30	-18
Balcão para distribuição de Frios e Saladas	+4	+8
Armazenamento aguardando Distribuição - ESTUFA	+60	+65
Balcão para Distribuição de Alimentos Quentes - Água do banho-maria	+85	+95