

安全・安心なテイクアウトのために



リスクが低い

リスクが高い

野菜（消毒殺菌または加熱）
フルーツ（消毒殺菌または皮をむく、
酸味料を使う）

生野菜・フレッシュハーブ
生の皮付きフルーツ
生卵・半熟卵
レアな肉、ハンバーグ、つくね
刺身、カルパッチョ、マリネ
生の貝 ***加熱する場合も注意***
おから
炊き込みご飯
常温で置いたカレーやシチュー

充分に加熱した魚や肉
中心温度 75°Cで1分間以上
二枚貝は 85~90°Cで 90秒以上
厚切りやハンバーグのレアは危険

温かいご飯
***冷たいものとの組合せで
菌を増殖させる***
温かいまま蓋をして結露で菌が増える

ご飯は容器に詰めて放冷する
温かいうちに蓋はしないで

調味料でしっかりと味つけた料理
***塩分や糖分の浸透圧を利用**
***塩、砂糖、醤油、味噌、酢、油**
***スパイスは殺菌力にムラがあります**

**温かいものと冷たいものを
混ぜ合わせた料理**
例) ゆでジャガイモとタコのサラダ
飲食店では温かい状態で冷たいタコを
あえて、味をなじませますが、
冷めてから時間が経過するそうざいでは
菌が著しく増殖します
**→ゆでて冷ましたジャガイモとタコを
あえます**

***カレーやシチューは
調理後に小分け急冷し、
再加熱（75°C）して食べてもらう
電子レンジはムラになりやすいので
再加熱は鍋でグツグツさせる**

市販のカット野菜（殺菌済み）
市販のドレッシング（乳化剤入り）

抗菌シート
保冷剤
保冷ケース
マスクと手袋
ヘアキャップ



調味料の量が少ない料理
自家製ドレッシング（離水）
屋外や日なたに置いた状態



記載以外の菌数が多いもの全部