

KESELAMATAN MAKANAN

ADALAH TANGGUNGJAWAB BERSAMA

Pendahuluan

Keselamatan makanan bermakna bahawa apabila makanan dimakan, ia tidak mengandungi bahan pencemaran pada paras yang membahayakan. Semua orang, sama ada mereka yang menghasilkan, mengeluarkan, mengedarkan, menyediakan atau memakan makanan, adalah sebahagian daripada rangkaian makanan. Oleh itu, kepastian keselamatan makanan adalah tanggungjawab bersama yang memerlukan usaha berbilang sektor dari pemerintah, industri makanan dan pengguna.

AVA adalah penjaga keselamatan makanan kita

AVA adalah penguasa nasional bagi keselamatan makanan di Singapura. AVA menetapkan keselamatan makanan segar dan makanan yang diproses, dari penghasilan ke pengimportan hingga sebaik saja sebelum ia memasuki rangkaian peruncitan.

AVA telah menempatkan sistem keselamatan makanan bersepadu untuk memastikan makanan yang dijual di Singapura adalah selamat. Syarat keselamatan makanan kita adalah ketat dan konsisten dengan piawaian antarabangsa.

Sistem tersebut melibatkan pemeriksaan makanan yang dihasilkan dari sumber asalnya, pemeriksaan makanan, ujian dan analisis, dan pengesanan melalui sumber. Ia juga termasuk pemantauan dan pengawasan ancaman terhadap makanan.

Ia sentiasa berusaha tanpa henti. AVA memantau ruang lingkup tersebut secara berterusan bagi potensi ancaman terhadap keselamatan makanan dan mengemas kini sistemnya untuk menangani masalah tersebut.

Peranan industri makanan dan perdagangan

Industri makanan juga bertanggungjawab bagi keselamatan makanan yang ditawarkan kepada pengguna. Pengeluar, pengimport dan pengedar makanan di Singapura perlu mengekalkan piawaian keselamatan yang tinggi dengan mematuhi syarat-syarat AVA yang ketat.

Pengusaha industri makanan yang bertanggungjawab meningkatkan keyakinan awam terhadap produk mereka dengan merangkumkan program memastikan keselamatan makanan dan amalan kebersihan di dalam operasi mereka.

AVA juga bekerja rapat dengan industri makanan dan perdagangan untuk menasihati mereka mengenai isu-isu keselamatan makanan.

Peranan para pengguna

Penguasa pemerintah boleh mengenakan kawalan ke atas kualiti dan keselamatan makanan yang dihasilkan atau diimport melalui perundangan dan penguatkuasaan. Tetapi, pengawalan rasmi tidak boleh diwujudkan pada setiap rumah.

Sebagai pengguna, anda mempunyai kawalan secara langsung ke atas keselamatan makanan yang disediakan untuk diri dan keluarga anda. Anda boleh melakukan ini dengan melengkapi diri anda dengan ilmu pengetahuan mengenai risiko keselamatan makanan, dan amalan makanan yang selamat bagi mengelakkan risiko tersebut.

Dengan mengambil langkah-langkah yang sesuai, anda boleh memainkan peranan dalam melindungi kesejahteraan diri dan keluarga anda.

BERSAMA, KITA MENJAGA KESELAMATAN MAKANAN!



Agri-Food & Veterinary Authority
5 Maxwell Road #03-00 MND Complex, Tower Block Singapore 069110
Tel: (65) 6325 7625 Fax: (65) 6220 6068
Website: www.ava.gov.sg



Keselamatan Makanan

semasa Membeli-belah



PASTIKAN KESELAMATAN MAKANAN

SEMASA MEMBELI-BELAH

Penguasa Agri-Makanan dan Veterinar Singapura (AVA) bekerjasama dengan pengeluar, pengimport, pengilang dan peruncit makanan untuk memastikan bahawa bekalan makanan yang dihasilkan di negara kita dan yang diimport adalah selamat untuk dimakan.

Sebagai pengguna, anda juga boleh memainkan peranan aktif dalam menjaga kesihatan diri anda.

Mulakan dengan perancangan yang sempurna sebelum anda membeli-belah. Beli makanan anda daripada kedai dan pasar raya yang sudah terkenal dan hanya beli apa yang boleh dimakan dalam masa beberapa hari yang akan datang. Pemilihan makanan yang teliti boleh membantu melindungi kesihatan diri anda dan juga kesihatan orang yang disayangi.



Membeli makanan di dalam tin dan bungkusan

- Periksa makanan di dalam tin dan bungkusan dengan teliti sebelum membelinya. Jangan beli sekiranya tinnya sudah berkarat, kemik atau gelembung. Ia mungkin mempunyai kecacatan kualiti dan juga boleh menyebabkan keracunan makanan.
- Jangan beli sekiranya bungkusannya sudah rosak atau terbuka kerana ia mungkin mengandungi mikro organisma berbahaya yang boleh menyebabkan keracunan makanan.
- Jangan beli makanan kering yang sudah berkulat. Ia mungkin mengandungi mikotoksin berbahaya yang dihasilkan oleh jenis cendawan tertentu.
- Jangan beli makanan di dalam botol sekiranya penutupnya telah terbuka. Kandungannya mungkin telah terdedah kepada bakteria yang boleh meracuni makanan.



Membeli telur

- Telur segar mesti dikendalikan dengan berhati-hati kerana telur yang mempunyai kulit yang bersih sekali sekala boleh mengandungi bakteria yang dipanggil Salmonella yang boleh menyebabkan jangkitan usus.
- Jangan beli telur yang sudah retak. Bacteria boleh memasuki telur melalui retakan di kulitnya.



Membeli buah-buahan dan sayur-sayuran

- Jangan beli buah-buahan dan sayur-sayuran yang sudah lebam, kering, layu atau berkulat.
- Buah-buahan dan sayur-sayuran mudah rosak. Belilah hanya apa yang boleh dimakan dalam beberapa hari.



Membeli daging dan ayam itik

- Apabila membeli daging, pastikan ia tidak kelihatan rosak atau mengeluarkan bau.
- Beli daging atau ayam itik yang telah disimpan pada suhu kesejukan yang betul. Jangan beli daging atau ayam itik sejuk atau beku yang dipamerkan untuk dijual pada suhu bilik.
- Jangan beli daging atau ayam itik dimana bungkusannya sudah bocor atau terkoyak.
- Pastikan tidak terdapat kelembapan yang berlebihan pada permukaan daging atau ayam itik. Ia menunjukkan bahawa bahan makanan tersebut tidak dikendalikan dengan sempurna.
- Pulang ke rumah dengan segera selepas membeli daging supaya ia tidak akan dibiarkan terlalu lama di luar peti sejuk.



Membeli makanan laut

Apabila membeli makanan laut, pastikan ia dimasukkan ke dalam peti sejuk atau diletakkan bersama ketulan ais dengan sempurna.

Apabila membeli ikan, pilih ikan yang mempunyai:

- Rupa yang cerah dan berkilat dengan sisiknya masih belum terusik.
- Mata yang cerah, jernih dan penuh. Mata ikan menjadi merah dan berawan apabila ikan hilang kesegarannya.
- Insang yang berwarna merah terang hingga ke merah hati yang bebas daripada lendir.

Elakkan ikan yang mempunyai:

- Bau seperti ammonia yang kuat.
- Lebih gelap di hujungnya dengan warna bertukar menjadi coklat atau kekuningan, terutama sekali jika bahagiannya kelihatan kering atau lembik.

Beberapa tip untuk membeli makanan laut

- Udang segar adalah keras, mempunyai bau yang sederhana dan kulitnya tidak begitu licin. Ia tidak harus ada sebarang tompok hitam atau perubahan warna pada kulitnya.
- Ketam dan udang galah hidup harus menunjukkan pergerakan kaki. Ekor udang galah hidup harus gulung ke bawah badan apabila anda mengangkatnya.
- Kulit kepah, tiram atau kupang harus tertutup rapat apabila diketuk. Jangan beli kerang-kerangan dengan kulit yang terbuka kerana ini menunjukkan ia sudah mati.



Membeli Produk Tenusu

Apabila membeli produk tenusu:

- Periksa tarikh tamatnya.
- Hanya pilih bungkusan yang masih belum terkoyak.
- Jangan beli produk tenusu yang telah disimpan atau dipamerkan melebihi garisan muatan. Garisan muatan menunjukkan paras di mana makanan boleh disimpan dan berada pada suhu yang betul.
- Beli produk tenusu yang hanya diperlukan oleh anda. Produk tenusu mempunyai hayat yang terhad dan harus digunakan dalam tarikh tempoh "Guna Sebelum" yang disarankan.
- Hanya beli produk tenusu yang dipamerkan dengan sempurna di dalam peti sejuk. Peti sejuk harus dikedalkan pada suhu di bawah 4°C.



Bertimbang rasa kepada orang lain

- Jangan ambil makanan mentah yang didinginkan atau dibekukan dari peti sejuk/pembeku dan biarkannya terbiar di atas rak lain di dalam kawasan pasar raya. Ini akan menjejaskan keselamatan dan kualiti makanan tersebut.
- Jika anda ingin meletakkan semula bahan sejuk atau beku, pastikan ia diletakkan di bawah garis muatan di dalam peti sejuk atau pembeku.
- Jangan buka balang atau botol berisi makanan untuk mencium bau atau merasa kandungannya. Apabila dibuka, makanan tersebut terdedah kepada pencemaran.
- Jangan biarkan pintu peti sejuk pameran dibuka terlalu lama. Ketahui apa yang anda ingini sebelum membuka pintunya, ambil bahan tersebut dan tutup semula dengan pantas.
- Jangan mencucuk buah dengan kuku anda untuk menguji kesegarannya. Ini membolehkan bakteria untuk memasuki buah tersebut.



Selepas Membeli-belah

- Rancang untuk pulang ke rumah dengan segera selepas membeli-belah.
- Jangan simpan makanan sejuk dan beku di dalam but kereta kerana haba panas boleh merosakkan makanan tersebut.
- Anda mungkin ingin membawa bekas penambat yang berisi ais atau pek ais untuk menyimpan makanan sejuk, beku dan yang tidak tahan lama apabila anda keluar membeli-belah.

