



KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

# **GARIS PANDUAN KEBERSIHAN UNTUK KEDAI MAKAN DAN RESTORAN**



Bahagian Kawalan Mutu Makanan  
Jabatan Kesihatan Awam  
Kementerian Kesihatan Malaysia

[www.moh.gov.my](http://www.moh.gov.my)



KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

**GARIS PANDUAN KEBERSIHAN  
UNTUK RESTORAN DAN  
KEDAI MAKAN**

Bahagian Kawalan Mutu Makanan, Jabatan Kesihatan Awam  
Kementerian Kesihatan Malaysia

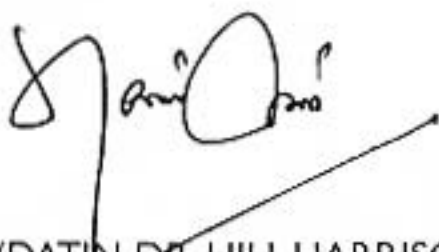
## **Kata-Kata Aluan**

### **Pengarah Bahagian Kawalan Mutu Makanan**

Bismillahirrahmanirahim,

Syukur ke hadarat Allah S.W.T kerana hidayah dan izinNya Bahagian Kawalan Mutu Makanan, Kementerian Kesihatan Malaysia telah dapat menerbitkan sebuah buku Garis Panduan Kebersihan Restoran dan Kedai Makan yang julung kalinya dihasilkan untuk dimanfaatkan kepada pengendali makanan mengenai keperluan-keperluan kebersihan yang harus dipatuhi. Terlebih dahulu, saya ingin mengucapkan syabas kepada Jawatankuasa Kerja Garis Panduan Kebersihan Restoran dan Kedai Makan kerana berjaya dalam usaha menghasilkan garispanduan ini. Buku garispanduan ini akan juga diharap mencapai matlamat Kementerian Kesihatan amnya dan Bahagian Kawalan Mutu Makanan khususnya, iaitu memastikan keselamatan makanan negara terjamin selaras dengan Wawasan Kementerian Kesihatan bagi mewujudkan sebuah negara yang terdiri daripada individu, keluarga dan masyarakat yang sihat.

Sekian, dan semoga semua pihak yang terlibat dapat memanfaatkan buku ini untuk kebaikan bersama.



(DATIN DR. HJH. HARRISON AZIZ BT. SHAHABUDIN )

Pengarah

Bahagian Kawalan Mutu Makanan  
Kementerian Kesihatan Malaysia

Februari 2001

## Sidang Pengarang

Penasihat : Datin Dr. Hajah Harisson Aziz binti Shahabudin  
*Pengarah, BKMM*

Pengerusi : Dr. Yahya Baba  
*Ketua Penolong Pengarah, BKMM*

Ahli : Dr. Zainal Che Mee - BKMM  
En. Salim Dulati - BKMM  
Dr. Param Jeeth Singh - BKMM  
En. Ch'ng Oon Teong - BKMM  
En. Amran Hassan - BKMM  
Puan Normawati Ahmad - *Bahagian Pendidikan Kesihatan*  
En. Teoh Tiong Hok - BKMM  
En. Dass Kandunni - BKMM  
En. Hanifar Sulaiman - BKMM  
En. Lau Chin An - *PKD Hulu Langat, Selangor*  
En. S. Poosparaja - *PKD Petaling, Selangor*  
Tn. Syed Zainal Syed Harun - *Jabatan Kerajaan Tempatan*  
En. Wee Kong Heng - *Dewan Bandaraya Kuala Lumpur*



## Pendahuluan

Buku garis panduan ini diterbitkan bertujuan untuk memberi panduan kepada pengendali makanan mengenai keperluan-keperluan kebersihan premis makanan dan kesihatan yang harus diamalkan. Garis panduan ini adalah untuk melindungi pengguna daripada risiko keracunan makanan serta menyampaikan mesej kepada pengendali makanan supaya meningkatkan mutu kebersihan premis makanan masing-masing.

Premis makanan yang kotor, penuh dengan sampah-sarap dan yang menggunakan perkakas yang tidak sanitari adalah punca pembiakan kuman di samping menggalakkan pembiakan Lipas, Lalat dan Tikus (LILATI). Seterusnya, makanan yang disediakan dalam keadaan seumpama ini akan menjadi punca kepada kes keracunan makanan dan penyakit bawaan makanan seperti taun dan kepialu.

Diharapkan buku ini berupaya membantu pengendali makanan mengetahui garis panduan yang perlu ada dalam memastikan tahap kebersihan dan proses penyediaan makanan berada ditahap yang dikehendaki.

## I. KERACUNAN MAKANAN

### Definisi Keracunan Makanan

Keracunan makanan ialah penyakit yang berlaku selepas memakan makanan yang tercemar dengan kuman atau bahan kimia. Terdapat banyak kes keracunan makanan berlaku dan ianya boleh mengakibatkan maut.

### 1.2 Tanda-tanda keracunan makanan

- Memulas dan sakit perut.
- Cirit-birit.
- Loya dan muntah.
- Demam dan kesejukan.
- Maut.

### 1.3 Faktor-faktor penyebab keracunan makanan

- Makanan yang disediakan terlalu awal dan disimpan pada suhu bilik.
- Menyejukkan makanan panas terlalu lama sebelum disimpan dalam peti sejuk.
- Tidak memanaskan makanan pada suhu yang cukup tinggi untuk membunuh kuman.
- Memakan makanan yang telah dimasak yang tercemar dengan kuman merbahaya.
- Tidak memasak makanan pada suhu secukupnya.
- Tidak mencairkan makanan sejuk beku secukupnya.
- Pencemaran silang antara makanan mentah dan makanan yang telah dimasak.
- Menyimpan makanan pada suhu antara  $10^{\circ}\text{C}$  -  $60^{\circ}\text{C}$ .
- Pengendali makanan yang menghidap penyakit.
- Memakan makanan lebihan (leftover).



## 2. BANGUNAN DAN KEMUDAHAN ASAS

Bangunan restoran dan kedai makan hendaklah memenuhi ciri-ciri berikut :-

### 2.1 Lantai

Lantai hendaklah diperbuat daripada bahan-bahan yang sesuai dan sentiasa diselenggara dengan baik iaitu

- mudah dibersihkan
- tidak licin
- kalis air dan
- tidak menakung air.

### 2.2 Dinding

Dinding mestilah diperbuat daripada bahan-bahan yang sesuai:

- kalis air setinggi 1.5 meter (5 kaki)
- mudah dibersihkan dan
- tidak mudah terbakar.

### 2.3 Siling

Siling hendaklah dicat dengan warna cerah dan sentiasa diselenggara dengan baik.

### 2.4 Pengudaraan

Pengudaraan hendaklah sempurna.

### 2.5 Pencahayaan

Pencahayaan hendaklah mencukup bagi memudahkan pengendalian makanan dan penyelenggaraan.



### 2.6 Bekalan Air Bersih

- Air untuk kegunaan hendaklah daripada sumber bekalan air awam yang bersih, selamat dan mencukupi.
- Air yang digunakan bagi penyediaan makanan dan juga untuk kegunaan mencuci peralatan hendaklah diambil terus dari paip. Penggunaan paip getah adalah dilarang.



## 2.7 Sistem Perlimbahan / Perparitan

- Hendaklah dipastikan supaya air perlimbahan dapat mengalir dengan sempurna dan lancar serta dilupuskan dengan sebaiknya.
- Longkang-longkang hendaklah dibersihkan dan dibaiki segala kerosakan yang ada supaya aliran air tidak tersekat atau bertakung.
- Semua sisa makanan hendaklah dikumpulkan dalam beg plastik dan tidak dibuang ke dalam longkang.

## 2.8 Tempat Basuh Tangan

- Basin membasuh tangan hendaklah mencukupi.
- Sabun cecair dengan dispenser hendaklah disediakan.
- Tuala yang bersih dan tisu hendaklah disediakan.

## 2.9 Kemudahan Tandas

- Semua tandas hendaklah dibersihkan dan diselenggara dengan baik supaya tidak berbau.
- Sabun cecair dengan dispenser untuk mencuci tangan hendaklah disediakan secukupnya.



## 2.10 Tempat Pelupusan Sampah dan Sisa Makanan

- Tong sampah hendaklah disediakan secukupnya lengkap dengan beg plastik dan penutup yang sempurna.
  - Tong sampah hendaklah ditutup setiap masa.
  - Tong sampah hendaklah dicuci dan dibersihkan.
- Sisa makanan hendaklah dikumpulkan dalam bekas yang sesuai dan dilupuskan dengan sempurna.



### 3. PENGENDALI MAKANAN

Pengendali makanan di restoran dan kedai makan adalah mana-mana individu yang terlibat dalam penyediaan, penyajian dan penjualan makanan.

#### 3.1 Status Kesihatan

- Pengendali makanan hendaklah diakui sihat oleh pegawai perubatan Kerajaan atau pengamal perubatan berdaftar.
- Pengendali makanan hendaklah mempunyai sijil atau kad kesihatan yang disahkan.
- Pengendali makanan yang demam, menghidap cirit-birit, batuk dan berkudis tidak dibenarkan terlibat dalam pengendalian makanan.
- Pengendali makanan yang mengalami luka di bahagian tangan hendaklah membalut luka tersebut dengan plaster yang kalis air sebelum membuat sebarang kerja pengendalian makanan.
- Pengusaha kedai makanan dan restoran adalah bertanggungjawab menyimpan daftar kesihatan pengendali makanan terkini.
- Pengendali makanan hendaklah menghadiri Kursus Pengendalian Makanan yang diiktiraf oleh Kementerian Kesihatan Malaysia.

#### 3.2 Pakaian

Semasa bertugas semua pengendali makanan hendaklah:-

- berpakaian sopan, kemas dan sesuai.
- memakai apron berwarna cerah.
- memakai penutup kepala yang sesuai, bersih serta mudah dibasuh.
- hendaklah memakai kasut semasa mengendalikan makanan di dalam premis (tidak memakai selipar dan seumpamanya).



### 3.3 Amalan

Semua pengendali makanan hendaklah:-

- menjaga kebersihan diri sepanjang masa.
- mempunyai kuku yang pendek.
- mencuci tangan selepas ke tandas dan sebelum mengendalikan makanan.
- tidak merokok semasa mengendalikan makanan.
- tidak menghembus hidung semasa mengendalikan makanan.
- tidak batuk dan bersin ke arah makanan.
- jangan memegang wang semasa mengendalikan makanan.
- menggunakan kain pengelap yang bersih dan berasingan untuk mengelap pinggan, mangkuk, meja dan tangan.
- memegang sudu, garpu, pisau atau cawan yang bersih pada tangkainya.
- menggunakan sudu, garpu atau penyepit semasa memegang makanan yang sudah dimasak.
- tidak meludah merata-rata.

Kenyataan seperti:

- 'jangan meludah di merata tempat'
- 'Binatang tidak dibenarkan di dalam premis makanan'
- dan lain-lain yang mana perlu hendaklah disediakan dan diletakkan di tempat yang sesuai dan mudah dilihat.

Semasa mengendalikan makanan, pengendali makanan hendaklah:-

- tidak menggaru badan, mengorek sama ada telinga, gigi atau hidung, menjilat jari, mengunyah sireh atau 'chewing gum'.
- tidak membungkus, mengalask atau menutup makanan dengan bahan yang tidak bersih, plastik berwarna dan bahan bercetak seperti surat khabar.

## 4. MAKANAN DAN MINUMAN

### 4.1 Penyediaan Makanan

- Pastikan peralatan yang bersih digunakan.
- Gunakan peralatan berasingan bagi mengendalikan makanan mentah dan yang telah dimasak.



- Pastikan makanan dimasak secukupnya.
- Proses menyediakan bahan mentah untuk dimasak hendaklah dilakukan di tempat yang bersih, tinggi dan kalis air.

## **4.2 Penyimpanan Makanan**

- Makanan yang dimasak atau dimakan terus hendaklah diasingkan penyimpanannya dari makanan mentah.
- Simpan makanan yang telah dimasak pada suhu yang selamat jika tidak disaji dengan segera.
- Pastikan makanan yang akan disediakan dinyahbeku secukupnya ditempat dingin jauh dari makanan lain untuk mengelakkan pencemaran silang.
- Elakkan penyimpanan makanan pada suhu dalam zon merbahaya iaitu di antara suhu  $10^{\circ}\text{C}$  -  $60^{\circ}\text{C}$ .
- Makanan perlu disimpan pada suhu di bawah  $4^{\circ}\text{C}$  atau melebihi  $60^{\circ}\text{C}$ .
- Jangan simpan makanan yang dimasak lebih dari 4 jam pada suhu bilik.

### **4.2.1 Simpanan Sejuk**

- Simpan makanan mentah dan makanan yang telah dimasak dalam ruangan yang berbeza.
- Simpan makanan masak di bahagian atas dan makanan mentah di bahagian bawah.
- Simpan semua makanan masak dan makanan mentah dalam bekas yang tertutup rapat.
- Letakkan makanan mentah yang menitis dalam bekas yang sesuai dan letakkan di tingkat bawah di ruangan pendingin.
- Bersih dan keringkan semua bekas sebelum disimpan di dalam peti sejuk.

### **4.2.2 Simpanan Sejuk Beku**

- Makanan sejuk beku seperti daging dan ikan hendaklah disimpan dalam ruang beku secepat mungkin selepas dibeli untuk mengelakkan kerosakan.
- Makanan yang disimpan hendaklah disimpan dalam bahagian yang kecil.



- Nyah sejuk beku bahagian yang diperlukan sahaja.
- Elakkan menyejukbeku semula makanan yang telah dinyah sejuk beku.
- Simpan makanan yang disejukbeku dalam bekas tidak telap wap air untuk mengelakkan kekeringan.
- Peti sejuk hendaklah diselenggarakan dengan baik.
- Jangan muatkan makanan dengan padat dalam peti sejuk.
- Makanan mentah hendaklah dicuci dengan sempurna sebelum disimpan.



#### 4.2.3 Simpanan Kering

- Beras, rempah dan tepung hendaklah disimpan dalam keadaan kering, dingin dengan pengudaraan dan berasingan daripada makanan lain.
- Makanan hendaklah disimpan jauh dari dinding dan paip
- Jangan simpan makanan di atas lantai dan gunakan pengalasan yang sesuai.
- Jangan menggunakan bekas simpanan bahan kimia untuk menyimpan makanan.
- Ruang penyimpanan makanan kering hendaklah mempunyai pengudaraan yang baik, pencahayaan yang mencukupi dan dinding yang sentiasa kering.
- Simpan makanan berasingan daripada racun dan bahan kimia.

#### 4.3 Penyajian Makanan

- Makanan halal tidak boleh dihidangkan di dalam bekas yang telah digunakan untuk makanan yang tidak halal.
- Simpan makanan yang telah dimasak pada suhu yang selamat jika tidak disaji dengan segera.
- Makanan sedia dimakan tidak dikendali dengan tangan.

- Pinggan yang berisi makanan tidak boleh diletakkan bertindih semasa dipamerkan atau dihidang.
- Buah-buahan yang dipotong atau makanan lain yang biasanya dimakan dalam keadaan ia dijual hendaklah diletakkan dalam kabinet dalam cara yang tidak akan menjejaskan kebersihan dan keselamatan makanan.
- Makanan sedia dimakan yang dipamerkan harus ditutup dengan sempurna.



## 5. PERALATAN DAN PERKAKAS

- Semua peralatan dan perkakas untuk menyediakan makanan hendaklah sentiasa
  - bersih.
  - mudah dicuci.
  - kalis air dan
  - dalam keadaan yang sempurna.
- Pinggan, mangkuk dan lain-lain perkakas hendaklah di cuci di tempat yang tinggi, bukan di atas lantai.
- Peralatan yang tidak digunakan hendaklah dikeluarkan dari premis bagi mengurangkan kesesakan.
- Alat atau perkakas yang digunakan hendaklah dibersihkan dengan air yang bersih sebaik-baiknya air panas dan bahan pencuci yang sesuai.
- Alat dan perkakas yang bersih hendaklah disimpan di tempat yang sesuai dan bersih.
- Menyediakan pisau yang berasingan untuk memotong bahan mentah dan makanan yang sudah dimasak.
- Semua peralatan (contoh:- pinggan, mangkuk, piring, gelas, cawan, sudu, garpu, cerek dan pisau) yang retak, sumbing, calar dan berkarat tidak boleh digunakan.
- Kain-kain pengelap yang kotor hendaklah dicuci dengan air panas dan bahan pencuci yang sesuai.



- Setiap papan potong yang digunakan dalam penyediaan makanan hendaklah:
  - Kalis air.
  - Mudah dialih untuk dibasuh.
  - Bebas daripada retakan dan rekahan dengan hanya haus dan lusuh yang tidak terlalu teruk.
  - Mempunyai permukaan yang boleh dicuci di setiap belah.
- Papan potong yang berasingan untuk makanan sedia dimakan dan makanan mentah hendaklah disediakan.
- Semua perkakas dan pinggan serta mangkuk yang telah dibasuh dan bersih hendaklah disimpan di tempat yang bersih dan dilindungi daripada habuk dan serangga perosak.
- Hanya bekas atau pembungkus yang dibuat daripada bahan gred makanan yang belum pernah digunakan untuk mengisi bahan bukan makanan hendaklah digunakan.
- Tempat membasuh perkakas hendaklah selalu bersih dan diselenggarakan dalam keadaan baik.

## 6. KAWALAN SERANGGA PEROSAK DAN HAIWAN PELIHARAAN

- Setiap pengendali makanan hendaklah pada sepanjang masa mengambil langkah-langkah yang sesuai dan wajar untuk memastikan premis mereka bebas daripada serangga perosak seperti lipas, lalat, tikus dan haiwan peliharaan seperti anjing, kucing dan burung.
- Setiap pengendali makanan hendaklah mengambil semua langkah yang praktikal untuk menghapuskan serangga perosak atau tempat pembiakannya.





## 6.1 Cara-Cara Pengawalan

- Tutup ruang dan lubang yang boleh dilalui oleh 'LILATI' (Lipas, Lalat, Tikus)
- Elakkan sisa makanan bertaburan.
- Simpan semua bahan makanan di tempat bertutup yang tidak boleh dimasuki serangga perosak.
- Peralatan yang telah digunakan perlu dicuci dengan segera dan jangan disimpan semalaman.

