

**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΜΕΣΗΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ  
ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ**

**ΕΝΙΑΙΕΣ ΓΡΑΠΤΕΣ ΤΕΛΙΚΕΣ ΠΡΟΑΓΩΓΙΚΕΣ ΚΑΙ  
ΑΠΟΛΥΤΗΡΙΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ**

**20 22 - 20 23**

**Α' ΤΑΞΗΣ ΤΕΣΕΚ**

**ΣΕΙΡΑ Α'**

**ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΗ**

**ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ : Τετάρτη, 22 Μαΐου 2024**

**ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ: Αρχές Ασφάλειας και Υγιεινής**

**ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ : thxm102**

**ΛΥΣΕΙΣ**

**ΜΕΡΟΣ Α:** Αποτελείται από 12 ερωτήσεις. Κάθε ερώτηση βαθμολογείται με 4 μονάδες. Να απαντήσετε σε όλες τις ερωτήσεις

1. Να απαντήσετε **Ορθό** εάν συμφωνείτε ή **Λάθος** εάν διαφωνείτε με τις ακόλουθες προτάσεις:
- (α) Αρκετά μικρόβια βρίσκονται στο ανθρώπινο σώμα (δέρμα, μύτη, στόμα, λάρυγγας) \_\_\_\_\_ **Ορθό** \_\_\_\_\_ (2 μονάδες)
- (β) Υγιείς φορείς μικροβίων είναι τα άτομα που φέρουν παθογόνα μικρόβια χωρίς να παρουσιάζουν συμπτώματα τροφικής δηλητηρίασης. \_\_\_\_\_ **Ορθό** \_\_\_\_\_ (2 μονάδες)
2. Να απαντήσετε **Ορθό** εάν συμφωνείτε ή **Λάθος** εάν διαφωνείτε με τις ακόλουθες προτάσεις:
- (α) Τα δόντια, τα ούλα, η γλώσσα και ο ουρανίσκος του στόματος πρέπει να βουρτσίζονται μία φορά τη μέρα. \_\_\_\_\_ **Λάθος** \_\_\_\_\_ (2 μονάδες)
- (β) Πρέπει να επισκεπτόμαστε τον οδοντίατρο κάθε 12 μήνες. \_\_\_\_\_ **Λάθος** \_\_\_\_\_ (2 μονάδες)
3. Να απαντήσετε **Ορθό** εάν συμφωνείτε ή **Λάθος** εάν διαφωνείτε με τις ακόλουθες προτάσεις:
- (α) Η στολή του μάγειρα πρέπει να είναι ελαφριά και άνετη για να μην εμποδίζει τις κινήσεις. \_\_\_\_\_ **Λάθος** \_\_\_\_\_ (2 μονάδες)
- (β) Ο σκούφος του μάγειρα δεν πρέπει να είναι πολύ σφικτός για να μην προκαλεί πονοκέφαλους, αλλά να είναι απορροφητικός για να απορροφά τον ιδρώτα. \_\_\_\_\_ **Ορθό** \_\_\_\_\_ (2 μονάδες)
4. Να επιλέξετε την **Ορθή** απάντηση για την παρακάτω δήλωση: (4 μονάδες)
- Οι χειριστές τροφίμων πρέπει να εξασφαλίζουν έγκυρο ιατρικό πιστοποιητικό υγείας κάθε:
- (α) 3 μήνες  
(β) 6 μήνες  
**(γ) 12 μήνες**  
(δ) 18 μήνες

5. Να επιλέξετε την **Ορθή** απάντηση για την παρακάτω δήλωση: **(4 μονάδες)**

Δηλητηριώδη τρόφιμα που μπορούν να προκαλέσουν φυσική τροφική δηλητηρίαση είναι:

(α) οι πράσινες πατάτες

(β) τα πράσινα κουκιά

(γ) τα μύδια (κατά την περίοδο της αναπαραγωγής τους)

**(δ) όλα τα πιο πάνω**

6. Να επιλέξετε την **Ορθή** απάντηση για την παρακάτω δήλωση: **(4 μονάδες)**

Κάτω από τις κατάλληλες συνθήκες τα **Βακτήρια** ή **Μικρόβια** όταν βρίσκονται στους 37°C πολλαπλασιάζονται με διαίρεση κάθε:

(α) 5 λεπτά

(β) 30 λεπτά

**(γ) 15 λεπτά**

(δ) 45 λεπτά

7. Να επιλέξετε την **Ορθή** απάντηση για την παρακάτω δήλωση: **(4 μονάδες)**

Μέσα σε μία κουζίνα ξενοδοχειακής μονάδας, οι χειριστές τροφίμων πρέπει να πλένουν τα χέρια τους σε:

(α) λεκάνες που χρησιμοποιούνται για πλύσιμο λαχανικών

(β) λεκάνες που χρησιμοποιούνται για πλύσιμο σκευών

**(γ) λεκάνες που χρησιμοποιούνται αποκλειστικά για πλύσιμο χεριών**

(δ) όλα τα πιο πάνω

8. Να επιλέξετε την **Ορθή** απάντηση για την παρακάτω δήλωση: **(4 μονάδες)**

Ο πυροσβεστήρας **τύπου αφρού** είναι κατάλληλος για:

**(α) ξύλο, πλαστικό, χαρτί**

(β) ηλεκτρικό εξοπλισμό

(γ) εύφλεκτα μέταλλα

(δ) αέρια καύσιμα

9. Να συμπληρώσετε τα κενά των παρακάτω προτάσεων χρησιμοποιώντας μια από τις θερμοκρασίες που βρίσκονται στο κουτί. (4 μονάδες)

100°C	63°C	50°C
37°C	7°C	0°C

(α) Τα Βακτήρια καταστρέφονται στους 100°C

(β) Τα Βακτήρια αναπτύσσονται και πολλαπλασιάζονται με αργό ρυθμό στους 50°C

(γ) Τα Βακτήρια αναπτύσσονται και πολλαπλασιάζονται με γρήγορο ρυθμό στους 37°C

(δ) Τα Βακτήρια είναι αδρανή (κοιμούνται) στους 0°C

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μονάδα για κάθε ορθή απάντηση. (4x1=4μον)

10. Να αντιστοιχίσετε τις κατηγορίες των κινδύνων της στήλης Α με τους πιθανούς κινδύνους της στήλης Β. (4 μονάδες)

α/α	Στήλη Α Κατηγορίες Κινδύνων	α/α	Στήλη Β Πιθανοί Κίνδυνοι
A	Φυσικοί	1	Γεωργικά και κτηνιατρικά φάρμακα
B	Χημικοί	2	Σαλμονέλα
Γ	Βιολογικοί	3	Δηλητηριώδη τρόφιμα όπως δηλητηριώδη μανιτάρια, πράσινη πατάτα, πράσινα κουκιά και πράσινα αμύγδαλα
		4	Μύκητες και Ιοί
		5	Ξένο σώμα στις τροφές όπως γυαλί, πέτρες, ξύλο, μέταλλα, πλαστικά, έντομα και τρίχες
		6	Καθαριστικά και απολυμαντικά
		7	Μικρόβια και Βακτήρια
		8	Πράσινη Ντομάτα

Στήλη Α	<u>B</u>	<u>Γ</u>	<u>A</u>	<u>Γ</u>	<u>A</u>	<u>B</u>	<u>Γ</u>	<u>A</u>
Στήλη Β	1	2	3	4	5	6	7	8

**Οδηγίες βαθμολόγησης: ½ μονάδα για κάθε ορθή απάντηση. (8x1/2=4μον)**

11. Να βάλετε σε κύκλο την **Ορθή** απάντηση των υπογραμμισμένων λέξεων / φράσεων στις πιο κάτω προτάσεις:

(α) Το HACCP είναι ένα σύστημα με βάση το οποίο οι επιχειρήσεις οφείλουν διά νόμου / οικειοθελώς να εφαρμόζουν για να διασφαλίζουν με επιστημονικό τρόπο την υγιεινή και την ασφάλεια των τροφίμων. (2 μονάδες)

(β) Η αφυδάτωση ενυδάτωση μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την μακροχρόνια διατήρηση των τροφίμων. (2 μονάδες)

**Οδηγίες βαθμολόγησης: 2 μονάδες για κάθε ορθή απάντηση.**

12. Να γράψετε **δύο (2)** τρόπους για την αποφυγή ατυχημάτων από γλιστρήματα / πτώσεις. (4 μονάδες)

- Το πάτωμα διατηρείται πάντοτε καθαρό (νερό, λάδι, φλούδες, τρόφιμα...)
- Δεν τοποθετούμε οτιδήποτε στους διαδρόμους
- Οι σκάλες δεν γίνονται αποθήκες

...και όποια άλλη σωστή απάντηση γράψει ο μαθητής. Απαντήσεις με διαφορετική διατύπωση, οι οποίες καλύπτουν τα πιο πάνω, να θεωρούνται σωστές.

**Οδηγίες βαθμολόγησης: 2 μονάδες για κάθε ορθή απάντηση. (2x2=4μον.)**

**ΜΕΡΟΣ Β:** Αποτελείται από 4 ερωτήσεις. Κάθε ερώτηση βαθμολογείται με 8 μονάδες. Να απαντήσετε σε όλες τις ερωτήσεις

13. Η ατομική υγιεινή επιβάλλεται τόσο από την επαγγελματική δεοντολογία όσο και από τη νομοθεσία με απώτερο σκοπό την ασφάλεια των τροφίμων και την προστασία των εργαζομένων στην επισιτιστική βιομηχανία.

Να αναφέρετε **τέσσερις (4)** παράγοντες που διέπουν την καλή υγεία του ατόμου (εργαζομένου). (8 μονάδες)

- Πρωινό ξύπνημα, πλύσιμο και καλό πρόγευμα
- Εγκαιρη μετάβαση στην εργασία
- Εργασία κάτω από συνθήκες υγιεινής και ασφάλειας
- Γεύματα κατά την ίδια ώρα και καλή μάσηση
- Κανονικό ωράριο εργασίας
- Ανάπαυση
- Ψυχαγωγία (χόμπι)
- Σωματική άσκηση
- Ύπνος

- Πενθήμερη εβδομάδα εργασίας
- Ετήσια άδεια
- Ευχάριστος χώρος εργασίας
- Ψυχική και πνευματική ηρεμία

Οδηγίες βαθμολόγησης: 2 μονάδες για κάθε ορθή απάντηση. (4x2=8μον)

14. Τα νύχια, όσο μικρά και «αθώα» μπορούν να φαίνονται, παίζουν τον δικό τους σημαντικό ρόλο στη σωστή υγιεινή του ατόμου.

(α) Να αναφέρεται τους **δύο (2)** λόγους για τους οποίους πρέπει να διατηρούνται κοντά και καθαρά. **(6 μονάδες)**

- Πρέπει να διατηρούνται καθαρά και κοντά. Τα χέρια είναι το πρώτο πράγμα που προσέχει ο πελάτης.
- Τα μακριά νύχια εκτός από εστία μικροβίων είναι και αντιαισθητικά.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 2 μονάδες για κάθε ορθή απάντηση. (2x2=4μον)

(β) Να αναφέρετε γιατί δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ψεύτικα νύχια και βερνίκι από τους εργαζόμενους. **(2 μονάδες)**

- Το βερνίκι των νυχιών ξεφυλλίζει και μπορεί να μολύνει τα φαγητά.
- Τα ψεύτικα νύχια μπορεί να πέσουν στα φαγητά.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 2 μονάδες για κάθε ορθή απάντηση. (2x2=4μον)

15. Τα κατοικίδια ζώα δεν επιτρέπεται να εισέρχονται μέσα στην κουζίνα ή σε οποιονδήποτε άλλο χώρο παρασκευάζονται και σερβίρονται τρόφιμα.

Να γράψετε **δύο (2)** λόγους για τους οποίους υπάρχει αυτή η απαγόρευση. **(8 μονάδες)**

- Τα ζώα αυτά είναι φορείς μικροβίων και έχουν κακές συνήθειες.
- Δεν πρέπει να τρέφονται με ωμά κρέατα και εντόσθια, διότι υπάρχει κίνδυνος να προσβληθούν από σαλμονέλα ή εχινόκοκκο και με την είσοδο τους στην κουζίνα να μεταδώσουν τα μικρόβια στο προσωπικό, στα σκεύη ή στα τρόφιμα.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 4 μονάδες για κάθε ορθή απάντηση. (2x4=8μον)

16. Οι πόρτες και τα παράθυρα της κουζίνας είναι εξίσου σημαντικά και ζωτικής σημασίας σε σχέση με τα πατώματα, οροφές, λεκάνες και αποχωρητήρια, όταν αξιολογούμε την υγιεινή κατάσταση μιας επισιτιστικής μονάδας.

Να αναφέρετε **τέσσερις (4)** ορθές οδηγίες (ενέργειες) που έχουν σχέση με τη σωστή εφαρμογή, χρήση και καθαριότητα των πορτών και παραθύρων σε μια κουζίνα.

**(8 μονάδες)**

- Πρέπει να συμβάλουν στον αερισμό και στον φωτισμό της κουζίνας

- Οι εσωτερικές πόρτες πρέπει να έχουν αυτόματο σύστημα για να κλείνουν μόνες τους και το κάτω μέρος τους να είναι επενδυμένο με φύλλα αλουμινίου ή χάλυβα για να προστατεύονται όταν ανοίγονται με σπρώξιμο του ποδιού.
- Τα παράθυρα πρέπει να είναι σε τέτοια θέση που να καθαρίζονται εύκολα τόσο από μέσα όσο και από έξω.
- Πόρτες και παράθυρα πρέπει να καλύπτονται με πυκνό δικτυωτό σύρμα.  
Οδηγίες βαθμολόγησης: 2 μονάδες για κάθε ορθή απάντηση. (4x2=8μον)

**ΜΕΡΟΣ Γ:** Αποτελείται από 2 ερωτήσεις. Κάθε ερώτηση βαθμολογείται με 10 μονάδες. Να απαντήσετε σε όλες τις ερωτήσεις

17. Να γράψετε και να επεξηγήσετε **πέντε (5)** αρχεία (έντυπα παρακολούθησης) του συστήματος HACCP που πρέπει να χρησιμοποιούν οι επισιτιστικές μονάδες. (10 μονάδες)

- Αρχείο προμηθευτικών και πρώτων υλών

Περιλαμβάνει κατάλογο προμηθευτών και πρώτων υλών.

- Αρχείο κρίσιμων σημείων ελέγχου

Περιλαμβάνει όλες τις λίστες ελέγχου παρακολούθησης των ΚΣΜ (όπως θερμοκρασίες ψυγείων συντήρησης – κατάψυξης, ψήσιμο και επαναθέρμανση τροφίμων, έκθεση ζεστών και κρύων τροφίμων, κ.ά).

- Αρχείο αναλύσεων τροφίμων, πόσιμου νερού και πάγου

Περιλαμβάνει όλα τα απαραίτητα στοιχεία όπως σημεία δειγματοληψίας, ημερομηνία ανάλυσης, το εργαστήριο που προέβει στην ανάλυση, αποτελέσματα, διορθωτικές ενέργειες συμπεριλαμβανομένων και στοιχείων απολύμανσης υδαταποθήκης.

- Αρχείο προσωπικής υγιεινής

Περιλαμβάνει κυρίως τα πιστοποιητικά υγείας του προσωπικού.

- Αρχείο προγράμματος καθαρισμού και απολύμανσης

Περιλαμβάνει έντυπο ελέγχου καθαριότητας των χώρων και του εξοπλισμού του υποστατικού. Επίσης, σ' αυτό περιλαμβάνεται ο κατάλογος των χημικών που χρησιμοποιούνται και οι προδιαγραφές τους.

- Αρχείο εντομοκτονίας

Περιλαμβάνει έντυπα ελέγχου καταπολέμησης εντόμων και τρωκτικών.

- Αρχείο συντήρησης και παρακολούθησης εξοπλισμού

Περιλαμβάνει έντυπο ελέγχου στο οποίο θα αναφέρεται κατάλογος του εξοπλισμού που χρήζει συντήρησης και βαθμονόμησης.

- Αρχείο εκπαίδευσης

Περιλαμβάνει κάρτα εκπαίδευσης προσωπικού, σύμφωνα με τους Οδηγούς Υγιεινής.

Απαντήσεις με διαφορετική διατύπωση, οι οποίες καλύπτουν τα πιο πάνω, να θεωρούνται σωστές.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μονάδα για κάθε ορθό αρχείο & 1 μονάδα για κάθε ορθή περιγραφή.  $(5 \times 1) + (5 \times 1) = 10$

18. Η μικροβιολογική τροφική δηλητηρίαση προκαλείται από διάφορες τροφές που περιέχουν μικροοργανισμούς, όπως βακτήρια, μύκητες, ζυμομύκητες και ένζυμα.

(α) Να καταγράψετε **τέσσερις (4)** προϋποθέσεις που ευνοούν την ανάπτυξη των μυκήτων. **(4 μονάδες)**

Για να αναπτυχθούν χρειάζονται

- τροφή
- θερμότητα
- υγρασία
- σκοτάδι

Οδηγίες βαθμολόγησης: 1 μονάδα για κάθε ορθή απάντηση.  $(4 \times 1 = 4 \text{ μον})$

(β) Να γράψετε τι προκαλούν τα ένζυμα στα τρόφιμα. **(4 μονάδες)**

- Προκαλούν την ωρίμανση των φρούτων και του κρέατος.
- Αν η δράση τους συνεχιστεί χωρίς έλεγχο τότε τα τρόφιμα καταστρέφονται.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 2 μονάδες για κάθε ορθή απάντηση.  $(2 \times 2 = 4 \text{ μον})$

(γ) Να αναφέρετε με ποιους τρόπους σταματά η δράση των ενζύμων. **(2 μονάδες)**

- Σταματά η δράση τους όταν τα τρόφιμα ψύχονται ή θερμαίνονται.

Οδηγίες βαθμολόγησης: 2 μονάδες για ορθή απάντηση.  $(1 \times 2 = 2 \text{ μον})$