

«Ο κόσμος των μικροβίων»

1. Σωστό ή Λάθος: Το κατάλληλο μαγείρεμα θα καταστρέψει όλες τις τοξίνες στο τρόφιμο.
2. Σωστό ή Λάθος: Η κατανάλωση ενός μολυσμένου τροφίμου με παθογόνο μικροοργανισμό είναι μια από τις αιτίες τροφικής δηλητηρίασης.
3. Σωστό ή Λάθος: Τα βακτήρια αναπτύσσονται πολύ αργά στο ψυγείο.
4. Σωστό ή Λάθος: Τα πολύ όξινα τρόφιμα δεν επιτρέπουν την ανάπτυξη των παθογόνων μικροοργανισμών.
5. Όλα παρακάτω ευνοούν την ανάπτυξη των μικροοργανισμών εκτός από:
 - A. Τα τρόφιμα με πολύ υγρασία
 - B. Τα τρόφιμα που είναι πλούσια σε τροφή για τους μικροοργανισμούς
 - Γ. Τα τρόφιμα που είναι πολύ όξινα
 - Δ. Τα τρόφιμα που διατηρούνται σε θερμοκρασία από 5 °C έως 60 °C
6. Ποιο από τα παρακάτω δεν ισχύει για τους μύκητες;
 - A. Αναπτύσσονται καλά σε γλυκά, όξινα φαγητά με χαμηλή περιεκτικότητα σε νερό
 - B. Οι θερμοκρασίες κατάψυξης αποτρέπουν ή καθυστερούν την ανάπτυξη τους, αλλά δεν τους καταστρέφουν
 - Γ. Τα κύτταρα τους μπορούν να καταστραφούν με τη θέρμανση, αλλά οι τοξίνες που παράγουν είναι πιθανό να μην καταστραφούν
 - Δ. Χρειάζονται έναν ξενιστή για να επιβιώσουν
7. Ποια από τις επόμενες προτάσεις που αφορούν την τροφοτοξίνωση είναι σωστή;
 - A. Τα συμπτώματα της τροφοτοξίνωσης συχνά εμφανίζονται μέρες μετά την κατανάλωση του τροφίμου
 - B. Τα συμπτώματα της τροφοτοξίνωσης εμφανίζονται γρήγορα, μέσα σε λίγες ώρες μετά την κατανάλωση του τροφίμου
8. Ποιος από τους παρακάτω μικροοργανισμούς είναι πιο πιθανόν να προκαλέσει τροφοτοξίνωση;
 - A. *Staphylococcus aureus*
 - B. *Listeria monocytogenes*
 - Γ. *Campylobacter jejuni*
 - Δ. *Salmonella*
9. Σωστό ή Λάθος: Η υψηλή θερμοκρασία καταστρέφει τις τοξίνες
10. Η «επικίνδυνη ζώνη θερμοκρασίας» για την παραμονή των τροφίμων, που επιτρέπει την αύξηση επικίνδυνων μικροοργανισμών είναι:
 - A. Η θερμοκρασία δωματίου
 - B. > 60 °C
 - Γ. < 5 °C
 - Δ. 5 °C έως 60 °C
11. Σωστό ή Λάθος: Η περίοδος επώασης μιας ασθένειας που οφείλεται σε τροφική δηλητηρίαση χαρακτηρίζεται από έντονα συμπτώματα (διάρροια, εμετό, κοιλιακούς πόνους).
12. Σωστό ή Λάθος: Οι ιοί μεταφέρονται με τρόφιμα.
13. Σωστό ή Λάθος: Ο πιο σημαντικός τρόπος αποφυγής μολύνσεων των τροφίμων με ιούς είναι η προσωπική υγεία και υγιεινή.
14. Σωστό ή Λάθος: Τρόφιμα στα οποία έχουν αναπτυχθεί μύκητες (μούχλα) μπορούν να καταναλωθούν εφόσον μαγειρευτούν.

«Επιμόλυνση από τρόφιμα και τροφικές δηλητηριάσεις»

1. Σωστό ή Λάθος: Το μαγείρεμα μπορεί να καταστρέψει τις τοξίνες των άγριων δηλητηριωδών μανιταριών.
2. Σωστό ή Λάθος: Οι χημικές ουσίες καθαρισμού μπορούν να αποθηκευτούν μαζί με τα τρόφιμα.
3. Ποια από τις παρακάτω προσωπικές πρακτικές μπορεί να επιμολύνουν ένα τρόφιμο;
Α. Αγγίζοντας ένα σπυράκι
Β. Αγγίζοντας τα μαλλιά
Γ. Αγγίζοντας τη μύτη
 Δ. Όλα τα παραπάνω
4. Μετά από το πλύσιμο των χεριών, τι από τα παρακάτω πρέπει να χρησιμοποιηθεί για το στέγνωμα;
Α. Η ποδιά
 Β. Το χαρτί μιας χρήσεως
Γ. Μια κοινή υφασμάτινη πετσέτα
Δ. Ένα ξεσκονόπανο
5. Τι από τα παρακάτω μπορεί να επιμολύνει τα τρόφιμα;
Α. Τα δαχτυλίδια
Β. Το ρολόι
Γ. Τα σκουλαρίκια
 Δ. Όλα τα παραπάνω
6. Ποιος από τους παρακάτω χειρισμούς προστατεύει την ασφάλεια των τροφίμων;
Α. Η χρήση γαντιών για την τοποθέτηση ενός σάντουιτς στο χώρο έκθεσης
 Β. Η χρήση χαρτομάντιλου κατά το φτάρνισμα και πριν το χειρισμό τροφίμων
Γ. Η χρήση λοσιόν ή κρέμας χεριών μετά το πλύσιμο των χεριών
7. Ποια από τις παρακάτω διαδικασίες ενδείκνυται για το πλύσιμο των χεριών;
 Α. Τρέξτε ζεστό νερό (40 °C), υγράνετε τα χέρια και απλώστε το σαπούνι, τρίψτε σχολαστικά τα χέρια, ξεπλένετε τα χέρια και στεγνώστε τα
Β. Τρέξτε κρύο νερό (5 °C), υγράνετε τα χέρια και απλώστε το σαπούνι, τρίψτε σχολαστικά τα χέρια, ξεπλένετε τα χέρια και στεγνώστε τα
8. Ποιος από τους παρακάτω χειριστές μπορεί να επιμολύνει τα τρόφιμα;
Α. Αυτός που έχει μακριά νύχια
Β. Αυτός που έχει ψεύτικα νύχια
Γ. Αυτός που έχει βαμμένα νύχια
 Δ. Όλα τα παραπάνω
9. Η Μαρία φορούσε γάντια μιας χρήσεως κατά το ζύμωμα του κιμά. Μετά το τέλος της εργασίας τεμάχισε μαγειρεμένα μπιφτέκια φορώντας τα ίδια γάντια. Τι λάθος έκανε;
 Α. Δεν έπλυσε τα χέρια της και δεν χρησιμοποίησε καθαρά γάντια μετά τον χειρισμό του ωμού κιμά και πριν τον χειρισμό των μαγειρεμένων μπιφτεκιών.
Β. Δεν έπλυσε τα χέρια της πριν να φορέσει τα ίδια γάντια ώστε να τεμαχίσει τα μαγειρεμένα μπιφτέκια.
Γ. Δεν έπλυσε ούτε απολύμανε τα γάντια της πριν τον χειρισμό των μαγειρεμένων μπιφτεκιών
Δ. Δεν χρησιμοποίησε γάντια μιας χρήσεως

10. Ένας χειριστής τροφίμων που πάσχει από τροφική δηλητηρίαση θα πρέπει:
- A. Να φοράει γάντια κατά το χειρισμό των τροφίμων
 - B. Να πλένει τα χέρια του κάθε 15 λεπτά
 - Γ. Να εργαστεί σε θέση στην οποία δεν έρχεται σε επαφή με τρόφιμα μέχρι να νοιώσει καλύτερα.
11. Η διαχείριση της επιχείρησης μπορεί να παίξει ένα σημαντικό ρόλο στην προώθηση της κατάλληλης ατομικής υγιεινής με έναν από τους παρακάτω τρόπους:
- A. παρέχοντας κρέμα χεριών στους νιπτήρες
 - Β. παρέχοντας γάντια μιας χρήσεως στους χειριστές τροφίμων
 - Γ. επιτρέποντας το κάπνισμα σε όλες τις περιοχές που χειρίζονται τρόφιμα
12. Οι χειριστές τροφίμων πρέπει να απομακρύνονται από τις περιοχές όπου υπάρχουν τρόφιμα όταν παρουσιάζουν ταυτόχρονα τα ακόλουθα συμπτώματα:
- A. Κούραση, φαγούρα
 - Β. Πυρετό, εμετό, διάρροια
 - Γ. Πονοκέφαλο, οξυθυμία, δίψα
 - Δ. Κράμπες μυών, αϋπνία, ιδρώτας
13. Σε εγκαταστάσεις επιχειρήσεων τροφίμων, οι εργαζόμενοι δεν πρέπει να:
- A. Καπνίζουν όταν προετοιμάζουν ή σερβίρουν τρόφιμα
 - B. Τρώνε όταν βρίσκονται σε περιοχές προετοιμασίας τροφίμων
 - Γ. Μασάνε τσίχλα ή καπνό όταν προετοιμάζουν ή σερβίρουν τρόφιμα
 - Δ. Όλα τα παραπάνω
14. Η Μαρία έχει ένα μικρό κόψιμο στο χέρι της και πρόκειται να ετοιμάσει μια σαλάτα με κοτόπουλο. Τι πρέπει να κάνει ο προϊστάμενος της Μαρίας;
- A. Να στείλει τη Μαρία αμέσως στο σπίτι της
 - B. Να καλύψει το χέρι της με ένα γάντι
 - Γ. Να καλύψει την πληγή με έναν καθαρό, αδιάβροχο και έγχρωμο επίδεσμο και γάντι
 - Δ. Να καλύψει την πληγή με έναν καθαρό επίδεσμο
15. Τα χέρια πρέπει να πλένονται:
- A. μετά την επαφή με τα μαλλιά
 - B. μετά την κατανάλωση τροφής
 - Γ. μετά τη χρήση χαρτομάντιλου
 - Δ. μετά από όλα τα παραπάνω
16. Για να αποφύγουμε τη διασταυρούμενη επιμόλυνση πρέπει:
- A. Να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά από το χειρισμό διαφορετικών ειδών τροφίμων (π.χ. ωμό κρέας και ψημένη πίτσα)
 - B. Να χρησιμοποιούμε διαφορετικά εργαλεία και επιφάνειες εργασίας για διαφορετικά είδη τροφίμων.
 - Γ. Να τοποθετούμε ωμά τρόφιμα ψηλότερα από μαγειρεμένα μέσα στο ψυγείο.
 - Δ. Να φοράμε τα ίδια γάντια κατά το χειρισμό διάφορων τροφίμων αν δεν θέλουμε να πλύνουμε τα χέρια μας κάθε φορά.
 - Ε. Όλα τα παραπάνω.
 - ΣΤ. Α και Β.
 - Ζ. Α, Β, Γ.