



# Säker hantering av livsmedel och egenkontroll i kök och café



EiA Utbildning AB  
[www.eia.nu](http://www.eia.nu)

## Utdrag sidorna 3 och 4:

### Personlig hygien

Du som arbetar i café och restaurang måste vara mycket noga med din personliga hygien.

Om du slarvar med hygienen så kan ditt slarv göra att en kund blir sjuk. Kunden kan bli matförgiftad.

Du slarvar med hygienen när du till exempel;

- Har långa naglar
- Har smuts under naglarna
- Petar i öronen
- Slickar på fingrarna

Alla personer som arbetar med livsmedelshantering ska ha förkläde på sig.



Kanske har du alldeles speciella kläder  
Som du bara ska ha på arbetet och inte på fritiden.

Det är viktigt att du tvättar dessa kläder ofta,  
så att de alltid är rena.



Alla som arbetar med livsmedel ska ofta tvätta sina händer  
med tvål och vatten.

När du arbetar direkt med livsmedel och tillagning av mat ska du ha



skyddshandskar.

Om du har långt hår måste du ha det i hästsvans eller uppsatt.

Bäst är om du har en mössa som skyddar

så att håret inte kommer i maten.