



外出用餐的食品安全

都市人生活繁瑣，外出用餐是裹腹方式之一，食品琳瑯滿目、種類多不勝數，定能揀選自己喜歡的美食。進餐前，必須要徹底清潔雙手，避免病從口入。外出用餐時，可以考慮以下因素，對餐廳作出正確選擇。

光顧持牌、合法和信譽良好的店鋪，對外用餐有一定的保障；



2

揀選環境乾淨整潔的餐廳，
餐具器皿等食具潔淨衛生；
如有不潔情況，
可選擇另一間餐廳用餐；



4

幼童、長者、孕婦和免疫力較弱者
屬高風險人士，需評估自己的
身體狀況，選擇食物的種類，
並避免進食生或未經煮熟的食物；



食材必須要徹底煮熟，
才能降低食品安全的風險，
減少微生物的存活；若發現
食物未完全煮熟，應退回或更換；
堂食用膳時，必須注意菜餚溫度：
熱食熱上、凍食凍上。

3



進餐後，如需要打包剩餘的
食物時，謹記要在用餐時間
計算2小時內，把食物冷藏，
並盡快進食及徹底翻熱至
中心溫度75°C以上。

5



進餐後，如有不適情況，應盡快求診，並告知進餐史。
如遇食品安全問題，可致電**市政署食品安全廳 2833 8181**；
亦可瀏覽**食品安全資訊網**www.foodsafety.gov.mo
了解更多食安訊息。

