

ỦY BAN NHÂN DÂN THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
TRƯỜNG CAO ĐẲNG LÝ TỰ TRỌNG THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
KHOA MAY THỜI TRANG



SVTTH: 1. NGUYỄN NGỌC THÙY DƯƠNG - MSSV:20001371
2. LÊ MINH HÙNG -MSSV:20001315
3. NGUYỄN DƯƠNG GIA KHANG -MSSV:20000594

BẢO QUẢN THỊT KHO

Ngành học: Kỹ Thuật Làm Bánh

Lớp học: 20T4-KLB1

TIỂU LUẬN MÔN THỰC PHẨM VÀ AN TOÀN THỰC PHẨM

GVGD: Ths. PHẠM THỊ THANH THÚY

Thành phố Hồ Chí Minh – 2021

ỦY BAN NHÂN DÂN THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
TRƯỜNG CAO ĐẲNG LÝ TỰ TRỌNG THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
KHOA MAY THỜI TRANG



SVTTH: 1. NGUYỄN NGỌC THÙY DƯƠNG - MSSV:20001371
2. LÊ MINH HÙNG -MSSV:20001315
3. NGUYỄN DƯƠNG GIA KHANG -MSSV:20000594

BẢO QUẢN THỊT KHO

Ngành học: Kỹ Thuật Làm Bánh

Lớp học: 20T4-KLB1

TIỂU LUẬN MÔN THỰC PHẨM VÀ AN TOÀN THỰC PHẨM

GV CHẤM 1

(Ký và ghi rõ họ và tên)

GV CHẤM 2

(Ký và ghi rõ họ và tên)

Thành phố Hồ Chí Minh – 2021

MỞ ĐẦU

Thực phẩm và an toàn thực phẩm là bộ môn học giúp chúng ta có những hiểu biết về những thực phẩm, những vi khuẩn có lợi và hại và giúp chúng ta cách phòng chống chúng, bộ môn này cũng giúp chúng ta biết về một số sản phẩm, nguyên nhân thực phẩm bị hư, công dụng của loại thực phẩm và khi ta sử dụng quá nhiều sẽ gây ra những nguyên nhân gì?

MỤC LỤC

NỘI DUNG	TRANG
Lời mở đầu	1
PHẦN I: CƠ SỞ LÝ LUẬN	3
1. Vi khuẩn Escherichia coli	3-5
2. Salmonella	5-7
3. Vibrio	7-10
4. Staphylococcus	10-12
5. Vi khuẩn proteus	12-13
PHẦN II: CƠ SỞ THỰC TIỄN	14
1. Thực phẩm sạch là gì?	14
2. Lợi ích của thịt kho	14-15
3. Nguyên nhân thịt kho bị hư	15-16
4. Cách bảo quản thịt kho	16
PHẦN III: KẾT LUẬN	17
Thịt kho giúp ta điều gì?	17

PHẦN 1 CƠ SỞ LÝ LUẬN

1) Vi khuẩn E.Coli

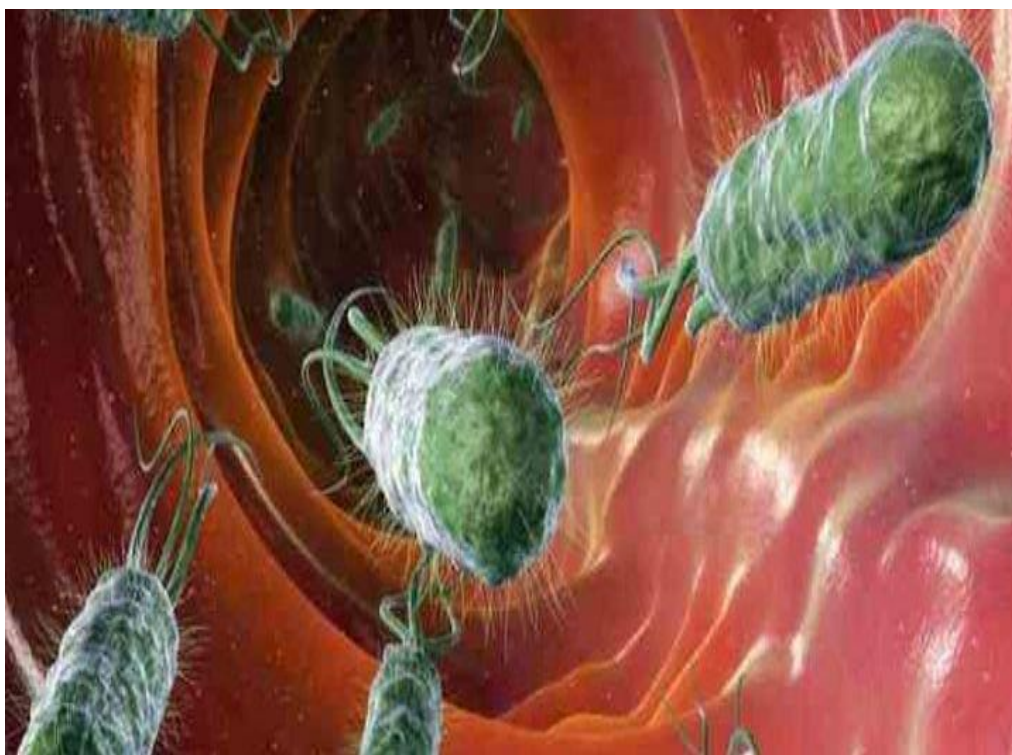
Vi khuẩn Escherichia coli hay Coli là tên của một loại vi khuẩn gram âm sống trong đường tiêu hóa của người và động vật. Vi khuẩn E. Coli có một số vai trò nhất định trong cơ thể người.

Ngăn chặn sự tấn công của vi khuẩn xâm nhập vào đường tiêu hóa.

Kích thích hệ miễn dịch của cơ thể

Sản xuất các chất có lợi cho cơ thể: vitamin K, biotin,..

Chuyển hóa chất đường trong cơ thể



Hình 1.1: Vi khuẩn E. Coli đang xâm nhập vào cơ thể

Tác hại của vi khuẩn E.Coli

Ngoài những vai trò quan trọng kể trên, **tác hại của vi khuẩn E. Coli** là nguyên nhân gây các bệnh về đường tiêu hóa như:

- Tiêu chảy hay còn gọi là nhiễm độc thức ăn: Người bệnh có biểu hiện sốt, tiêu chảy, nôn. Biến chứng nặng xảy ra thường là do **tiêu chảy** nhiều mà không được bù dịch kịp thời dẫn đến trụy mạch, rối loạn tuần hoàn, suy thận...
- **Nhiễm khuẩn huyết** là khi vi khuẩn này xâm nhập vào đường tiêu hóa rồi tiếp tục xâm nhập vào các mạch máu trong cơ thể làm tổn thương các tạng lân cận như tim, thận, não khiến người nhiễm E. Coli có thể tử vong.
- Nhiễm khuẩn đường tiêu do vi khuẩn E. coli, đi từ bộ phận cuối cùng của đường tiêu hóa là hậu môn sang lỗ tiểu ngoài, đi ngược dòng vào đường niệu. Hoặc là vi khuẩn E. Coli gây nhiễm khuẩn huyết và vi khuẩn từ máu bệnh nhân đi khắp cơ thể, đến đường niệu và gây nhiễm khuẩn đường tiểu. **Viêm màng não** và các nhiễm khuẩn khác trong hệ thống tiêu hóa.

Vi khuẩn E.Coli có ở đâu:

Gia súc là ổ chứa vi khuẩn e.coli quan trọng nhất, đặc biệt là những loài động vật ăn cỏ nhai lại như trâu, bò, dê, cừu. **Vi khuẩn escherichia coli** cư ngụ trong đường ruột của những loài vật này và được đào thải ra môi trường qua phân của chúng. Người cũng có thể coi là ổ chứa vi khuẩn ecoli **do đóng vai**

trò trong việc lây truyền người - người.

Thời gian ủ bệnh từ 2-10 ngày, trung bình 3-4 ngày. Người lớn bị bệnh đào thải **vi khuẩn escherichia coli** trong phân khoảng 1 tuần. Trẻ em có thể đào

thải mầm bệnh qua phân đến 3 tuần. Thông thường, những người bị nhiễm vi khuẩn E.coli sẽ hồi phục trong khoảng thời gian 5-10 ngày không cần dùng thuốc. Nguyên nhân là do những loại thuốc này sẽ càng làm tăng thời gian cho cơ thể hấp thu những độc chất do E.coli tiết ra và làm tăng những nguy cơ biến chứng máu, thậm chí như khả năng kháng thuốc của vi khuẩn... Những trường hợp cần thiết phải dùng thuốc, phải được làm các xét nghiệm kỹ càng và tuân theo chỉ định cũng như theo dõi của thầy thuốc.

2) VI KHUẨN SALMONELLA , sai ghi chữ thường

Là một loại vi trùng (vi khuẩn) có thể gây một chứng bệnh ruột non người và động vật gọi là bệnh nhiễm Salmonella. Tuy hiếm xảy ra nhưng bệnh nhiễm salmonella có thể truyền từ ruột sang máu và đến những nơi khác trong cơ thể. Mọi người ai cũng phải phòng ngừa để tránh bị nhiễm Salmonella, nhưng nguy cơ bị nhiễm bệnh cao nhất nơi trẻ em nhỏ, người lớn tuổi, phụ nữ mang thai và những người có hệ miễn dịch yếu. Người ta thường bị nhiễm Salmonella qua việc ăn thức ăn bị nhiễm vi trùng, hoặc là còn sống hoặc không được nấu chín đúng cách, hoặc uống thức uống bị nhiễm trùng. Những loại thực phẩm có thể gây nhiễm bệnh Salmonella gồm thịt gà, trứng, các loại thịt khác, rau cải tươi, các hạt nảy mầm, sữa và bơ đậu phộng, nhưng các loại thực phẩm khác cũng có thể truyền Salmonella.

Thực phẩm bị nhiễm trùng này thường không có mùi gì cũng không có vẻ gì khác thường. Nấu chín thức ăn sẽ diệt được vi trùng này và rửa tay sạch ngăn chặn được tình trạng lây truyền Salmonella.

Nhiễm vi khuẩn Salmonella là tình trạng nhiễm vi khuẩn Salmonella trong dạ dày và ruột. Bệnh này tương tự như **viêm dạ dày**. Phần lớn bệnh nhân bị nhiễm

trùng nhẹ sẽ tự khỏi sau 4 đến 7 ngày mà không cần điều trị. Vi khuẩn Salmonella hay còn được gọi là vi khuẩn thương hàn gồm S. typhi và S. paratyphi A, B, C tất cả các chủng đều có khả năng gây **bệnh thương hàn**

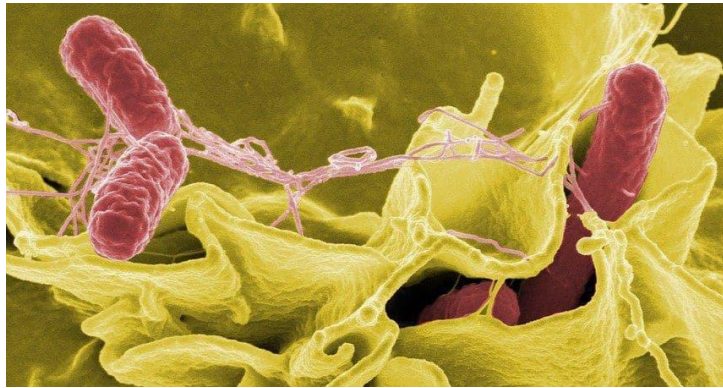
Vi khuẩn thương hàn đi vào hệ tiêu hóa của cơ thể, sau khi bị chết sẽ giải phóng ra nội độc tố. Vi khuẩn Salmonella chết càng nhiều càng có nhiều độc tố giải phóng tấn công vào cơ thể người nhiễm. Nội độc tố của vi khuẩn salmonella gây ra ảnh hưởng rất xấu tại ruột, nội độc tố sẽ làm tổn thương niêm mạc ruột (kích thích ruột gây đau bụng, làm chảy máu, hoặc có thể gây thủng ruột). Nội độc tố do **vi khuẩn salmonella** giải phóng đi vào máu đến hệ thần kinh trung ương làm tổn thương hệ thần kinh và nhiễm độc toàn thân

TRIỆU CHỨNG NHIỄM SALMONALLA

Hầu hết những người bị nhiễm vi khuẩn Salmonella đều có các dấu hiệu và triệu chứng dưới đây trong thời gian 12-72 giờ sau khi phơi nhiễm với vi khuẩn:

- **Tiêu chảy:** Phân lỏng, sền sệt, màu vàng nâu, rất khắm, khoảng 5 - 6 lần/ngày
Sốt cao liên tục (39 hoặc 40°C)
- Máu trong phân
- Đau bụng sôi bụng và chướng bụng vùng hố chậu phải.
- Nhiễm độc thần kinh do độc tố vi khuẩn Salmonella (nhức đầu, mất ngủ, ác mộng, ù tai, nói ngọng).
- Phát ban nhỏ, bằng phẳng ở ngực, bụng, mạn sườn. Ban xuất hiện khoảng từ 7 - 12 ngày rồi biến mất.

- Trường hợp nặng người nhiễm vi khuẩn Salmonella có biểu hiện tay run bất thường hoặc nằm bất động, vẻ mặt thờ ơ, đờ đẫn, li bì, mê sảng, hôn mê (thường ít gặp).



Hình 1.2. Vi khuẩn Samonella

3)VI KHUẨN VIBRIO

Vibrio là một chi của vi khuẩn gram âm, sở hữu một hình dạng cong-que (dấu phẩy), một vài loài trong số đó có thể gây ra ngộ độc thực phẩm, thường kết hợp với ăn hải sản chưa nấu chín. Thường được tìm thấy trong nước muối, các

loài Vibrio là loài vi khuẩn kỵ khí thử nghiệm dương tính với chất oxy hoá và

không hình thành bào tử. Tất cả các thành viên của chi là cử động dễ dàng và có cực roi với lớp vỏ. Các loài Vibrio thường có hai nhiễm sắc thể, điều này không bình thường đối với vi khuẩn. Mỗi nhiễm sắc thể có nguồn gốc sao chép riêng biệt và độc lập, và được bảo tồn cùng nhau theo thời gian trong chi. Các phylogenies gần đây đã được xây dựng dựa trên bộ gen (phân tích trình tự đa điểm). Một số loài Vibrio là mầm bệnh. Hầu hết các chủng gây bệnh có liên quan đến viêm dạ dày ruột, nhưng cũng có thể nhiễm trùng vết thương hở và gây nhiễm trùng huyết. Chúng có thể được mang theo bởi nhiều động vật biển,

chẳng hạn như cua hoặc tôm, và đã được biết là gây nhiễm trùng gây tử vong ở người trong quá trình tiếp xúc. Nguy cơ mắc bệnh lâm sàng và tử vong tăng với một số yếu tố, chẳng hạn như bệnh tiêu đường không kiểm soát được, nồng độ sắt tăng cao (xơ gan, bệnh hồng cầu hình liềm, bệnh hemochromatosis) và ung thư hoặc các tình trạng suy giảm miễn dịch khác.

Vi khuẩn *Vibrio parahaemolyticus* là một loại vi khuẩn trong cùng một nhóm với những vi khuẩn gây ra bệnh tả, vi khuẩn có hình que hơi cong như dấu phẩy và ngắn, là vi khuẩn gram âm, không sinh nha bào, di động nhờ một lông ở một đầu.

Chúng sinh sống, phát triển tốt trong môi trường kiềm và mặn, tồn tại trong nước biển và các động vật biển như tôm, cá, ốc, sò...và bị chết ở 65 độ C sau 10 phút, chúng không phát triển được ở nhiệt độ dưới 15 độ C. Nhiệt độ thích hợp cho sự nhân lên là 37 độ C

Chính vì phát triển ở một số động vật biển nên *Vibrio parahaemolyticus* là một trong những nguyên nhân gây ngộ độc thức ăn. Người mắc bệnh chủ yếu là do ăn phải thức ăn hải sản chưa được nấu chín hoặc bị nhiễm khuẩn trong quá trình chế biến, bảo quản.

Bệnh do vi khuẩn này gây ra gặp nhiều nhất ở Nhật Bản, ngoài ra còn gặp ở nhiều nước khác. Ở Việt Nam đã gặp nhiều lần tại vùng bờ biển Bắc Bộ.

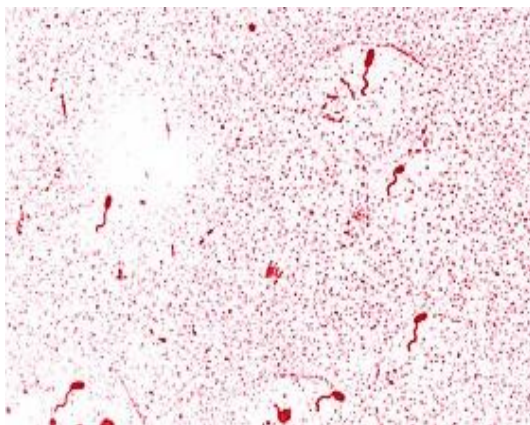
ĐẶC ĐIỂM CỦA BỆNH DO VI KHUẨN VIBRIO

Bệnh viêm ruột do vi khuẩn là bệnh nhiễm khuẩn đường tiêu hóa cấp tính gây ra bởi vi khuẩn *Vibrio parahaemolyticus*. Bệnh có các mức độ khác nhau từ nhẹ tới nặng, thông thường bệnh biểu hiện nhẹ và ít nguy hiểm đến tính mạng. Tuy

nhien có nhiều trường hợp phát hiện muỗn và không được điều trị đúng có thể là nguyên nhân gây ra tử vong do tiêu chảy mất nước.

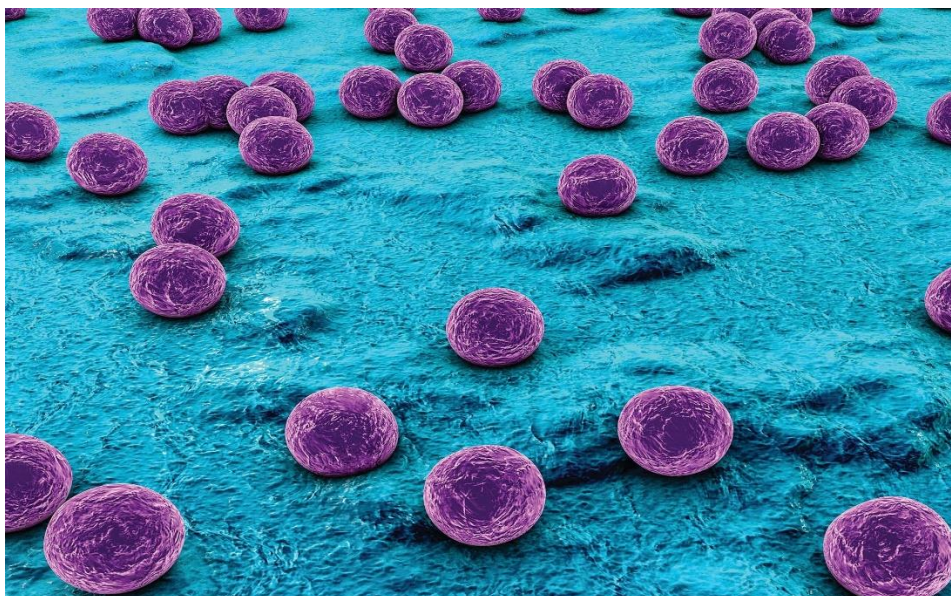
Các yếu tố nguy cơ gây ra nhiễm vi khuẩn *Vibrio parahaemolyticus* như:

- Thói quen ăn hải sản sống hoặc chưa nấu chín;
- Lây nhiễm chéo do vi khuẩn phát triển ở các thực phẩm khác;
- Nhiễm khuẩn trong quá trình chế biến thức ăn và bảo quản các loại hải sản;
- Có tiền sử các bệnh mãn tính.



Hình 1.3. Vi khuẩn Vibrio

4) VI KHUẨN STAPHYLOCOCUS



Hình 1.4. Vi khuẩn Staphylococcus

Vi khuẩn chính là một trong những tác nhân chủ yếu gây ra các bệnh nhiễm trùng ở người. Trong số đó, phổ biến nhất phải kể đến **vi khuẩn tụ cầu** (Staphylococcus).

Tụ cầu (Staphylococcus) là các cầu khuẩn gram dương, có đường kính khoảng 1 micromet, chúng thường nằm tụ với nhau tạo thành từng cụm, có hình thái giống chùm nho. Hầu hết các Staphylococcus cư trú chủ yếu ở da và màng nhầy. Thông thường, các tụ cầu này vẫn có mặt ở cơ thể người (chủ yếu trên da) nhưng không gây bệnh hoặc chỉ gây **nhiễm trùng da** nhẹ. Tuy nhiên, khi các **vi khuẩn tụ cầu** xâm nhập sâu hơn vào máu, khớp, phổi hay tim thì có thể dẫn đến tình trạng nhiễm trùng nghiêm trọng, gây nguy hiểm cho tính mạng người bệnh.

CÁCH PHÒNG TRÁNH:

- Giữ vệ sinh thân thể sạch sẽ, nhất là vào mùa nắng nóng như mùa hè. Thường xuyên tắm rửa hàng ngày, rửa tay và giữ vệ sinh tay đúng cách, đánh răng, súc miệng và giữ vệ sinh họng bằng cách súc nước muối sinh lý. Chú ý khi

tắm cho trẻ nhỏ cần tắm kỹ ở những nếp gấp da, kẽ da vì ở đây thường tích tụ nhiều chất bẩn.

- Không dùng chung các dụng cụ cá nhân như dao cạo râu, khăn tắm, áo quần,... Vì vi khuẩn có thể lây từ người này sang người khác khi dùng chung các vật dụng cá nhân.
- Cần đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm, ăn chín uống sôi, sử dụng các thực phẩm có nguồn gốc rõ ràng,

uy tín. Hạn chế ăn những thực phẩm chưa được nấu chín như thịt tái, gỏi, nem chua, tiết canh,... Chú ý bảo quản thực phẩm đúng cách.

- Tại các cơ sở y tế, cần tuân thủ những biện pháp nhằm đảm bảo môi trường vô khuẩn ở các phòng mổ, tiết trùng dụng cụ y tế đúng cách, giữ gìn môi trường trong và xung quanh bệnh viện, hạn chế tối đa sự lây lan vi khuẩn.
- Trong trường hợp bệnh nhân bị nhiễm khuẩn da, cần dùng băng gạc sạch bao phủ các vết loét, tránh để **vi khuẩn tụ cầu** có trong dịch mủ lan sang các vị trí khác.
- Duy trì chế độ ăn uống và sinh hoạt khoa học nhằm nâng cao sức đề kháng của cơ thể.

5) VI KHUẨN PROTEUS

Vi khuẩn proteus là vi sinh vật bình thường của ruột người và khu trú các hốc tự nhiên của cơ thể, bình thường vi khuẩn proteus không gây bệnh khi gặp điều kiện thuận lợi mới gây bệnh. Là loại vi khuẩn cơ hội, ngoài gây tiêu chảy, nếu chúng ở ngoài đường tiêu hóa có thể gây ra viêm đường tiết niệu, ngoài ra còn

có thể gây viêm tai giữa, nhiễm khuẩn huyết, viêm mủ vết thương, viêm màng não sau viêm tai giữa...

Vi khuẩn proteus là vi khuẩn gram âm, có lông và di động mạnh, chúng có thể sinh sống tốt khi nuôi cấy trên môi trường thông thường. Người ta nhận thấy có 3 loại Proteus gây bệnh cho người

bao gồm mirabilis (mirabilis), vulgaris (vulgaris) và penneri (penneri). Hay gây bệnh hàng đầu trong số đó là mirabilis (P. mirabilis).



hình 1.5. Vi khuẩn Proteus

Phòng bệnh nhiễm khuẩn do vi khuẩn proteus:

- Vệ sinh cá nhân sạch sẽ, rửa tay với xà phòng trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi làm việc tiếp xúc với môi trường không sạch.
- Đảm bảo ăn chín uống sôi, không ăn đồ ăn sống và tái.
- Chú ý hạn sử dụng khi mua các thực phẩm đóng gói sẵn.
- Nâng cao sức đề kháng bằng cách ăn uống đủ dinh dưỡng, tập luyện thể dục thể thao thường xuyên.
- **Vi khuẩn proteus** có khả năng đề kháng với kháng sinh cao, nên không tự ý sử dụng kháng sinh khi chưa có chỉ định của bác sĩ.

PHẦN 2: CƠ SỞ THỰC TIỄN

1/ THỰC PHẨM SẠCH NÓI CHUNG

Hiểu theo nghĩa đơn giản thực phẩm sạch là thực phẩm không chứa chất bẩn, an toàn tốt cho sức khỏe chúng ta, cụ thể như là không chứa tồn dư thuốc bảo vệ thực vật, hóa chất, kháng sinh cấm hoặc vượt quá giới hạn cho phép. Không chứa tạp chất (kim loại, thủy tinh, vật cứng ...). Không chứa tác nhân sinh học gây bệnh (vi rút, vi sinh vật, ký sinh trùng). Có nguồn gốc, xuất xứ đầy đủ, rõ ràng. Được kiểm tra, đánh giá chứng nhận về an toàn thực phẩm. Như vậy chúng ta có thể thấy rằng để có được thực phẩm sạch không quá khó khăn cũng không phải là điều dễ dàng, muốn sản xuất ra thực phẩm sạch người trồng trọt chăn nuôi phải có quy trình sản xuất đạt tiêu chuẩn chất lượng sạch như VietGAP, GlobalGAP, Organic... còn người sản xuất các sản phẩm thực phẩm công nghiệp tại nhà máy thì chọn những nguyên liệu sạch, sản xuất theo quy trình sạch như thế mới tạo ra sản phẩm sạch.

2/ LỢI ÍCH CỦA THỊT KHO

Xét về mặt dinh dưỡng, món thịt kho tàu phù hợp nhất với trẻ em, vì nó mềm, dễ ăn, giàu năng lượng, đậm, chất béo, phù hợp với nhu cầu phát triển của bé. Ở tuổi phát triển, bé cần nhiều chất béo.

Là món ngon nên thịt kho tàu cũng được người lớn ưa thích. Tuy nhiên, với người lớn thì đây không phải là món có thể ăn thả cửa cho dù hợp khẩu vị đến đâu, ngay cả với những người không thừa cân hoặc không có bệnh lý mãn tính nào. Nguyên do là món thịt kho chứa khá nhiều cholesterol và axit béo. Mỗi phần ăn gồm một miếng thịt khoảng 50 g và một cái trứng vịt cung cấp trung

bình 300 kcal, trong đó 70% năng lượng là từ chất béo. Việc kết hợp món này với dưa giá hay rau sống sẽ làm tăng sự cân đối dưỡng chất, tăng lượng chất xơ giúp hạn chế hấp thu một phần chất béo. Tuy nhiên, ngay cả khi chất béo được hấp thu với tỷ lệ 50% thì phần đưa vào cơ thể vẫn là khá cao so với nhu cầu.



hình 1.6

3/ NGUYÊN NHÂN THỊT KHO BỊ HƯ

- Không biết cách bảo quản
- Không biết cách lựa thực phẩm để kho
- Không vớt bỏ bọt váng mỡ
- Đậy vung (nắp) quá kín sẽ làm thịt kho hầm mau ôi thiu
- Không hâm nóng trước khi ăn vì trong thịt kho có nước dừa

- Để qua đêm ở ngoài
- Để lâu mà không sử dụng

4/ CÁCH BẢO QUẢN THỊT KHO

+Đậy kín nắp nồi, có thể dùng màng bọc thực phẩm bọc lại hoặc để vào **hộp** đậy kín nắp rồi để vào ngăn mát tủ lạnh để tránh bay mùi, bảo quản lạnh thì không cần hâm lại mỗi ngày, khi ăn thì múc phần vừa đủ ra nồi riêng để hâm.

+Bảo quản thịt kho tàu trong tủ lạnh thì tối đa là 1 tuần , vì nếu để trong tủ lạnh lâu hơn thịt kho tàu sẽ không còn ngon nữa.

+Bảo quản thịt kho tàu trong tủ lạnh

Nếu nồi hơi to và chiếm khá nhiều diện tích của tủ lạnh, chỉ cần cho thịt kho vào hộp nhựa đựng thực phẩm, đậy thật kín rồi bỏ vào ngăn mát tủ lạnh. Còn nếu như đó là chiếc nồi nhỏ gọn, chỉ cần bọc kỹ bằng một lớp màng bọc thực phẩm và cất trong tủ lạnh.



hình 1.7

PHẦN 3 : KẾT LUẬN

THỊT KHO GIÚP CHÚNG TA ĐIỀU GÌ ?

*Món ăn này vừa giàu dinh dưỡng, lại mềm mại nên rất hợp với các bé. Với người lớn thì đây không phải là món có thể ăn thả cửa.

*Món ăn tạo cảm giác ăn mãi không ngán và rất hao

*Trong một phần ăn chỉ với 01 miếng thịt ba rọi có kích thước 2*3*8 cm và 01 quả trứng vịt sẽ có năng lượng 290 kcal và Cholesterol 200mg. Đây là lượng Cholesterol tối đa mà một người có bệnh lý rối loạn chuyển hóa mỡ máu, người có bệnh tim mạch, tăng huyết áp, thừa cân - béo phì được khuyên dùng một ngày

* Được xếp vào món ăn khoái khẩu hằng ngày,thịt kho có chứa nhiều chất dinh dưỡng tốt cho cơ thể

KẾT THÚC

LỜI NHẬN XÉT GIÁO VIÊN HƯỚNG DẪN

1. Thiếu đánh số trang
2. Đề mục ghi sai, chữ thường o ghi in
3. Lỗi hình thức: **đánh máy**
4. Thiếu chú thích hình phần 2
5. Thiếu tài liệu tham khảo

GV 1 : 7,5

GV 2: 7,5

THÙY DƯƠNG : LÀM TRANG 1, 2, 3, 17

MIHH HÙNG : LÀM TRANG 3 TỚI NỬA TRANG 12

GIA KHANG : LÀM NỬA TRANG 12 TỚI TRANG 16