

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



**SVTH: 1. NGUYỄN NGỌC MINH TÂM - MSSV:20001976
2. LÊ TẤN ĐẠT - MSSV:20002056
3. TRẦN QUỐC TÀI - MSSV:20001325**

TƯƠNG HỢT

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**



**SVTH: 1. NGUYỄN NGỌC MINH TÂM - MSSV:20001976
2. LÊ TẤN ĐẠT - MSSV:20002056
3. TRẦN QUỐC TÀI - MSSV:20001325**

TƯỜNG HỘT

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
2. Vi khuẩn Salmonella	3
3. Vi khuẩn Vibrio	4
4. Vi khuẩn Staphylococcus	5
5. Vi khuẩn proteus	6
PHẦN II:Cơ Sở Thực Tiễn	7
1. Thực phẩm sạch là gì?	7
2. Lợi ích của tương hột	7
3. Nguyên Nhân Tàng Hột Hư	8
4. Cách bảo quản tương hột	8
PHẦN III KẾT LUẬN	9
Tương đậu giúp ta điều gì?	9

PHẦN I: CƠ SỞ LÝ LUẬN

1. Vi khuẩn *Escherichia coli*:

Vi khuẩn *Escherichia coli* là một vi khuẩn thường sống trong ruột của người và động vật. Hầu hết các loại vi khuẩn *E. coli* được biết đến với tác hại là nguyên nhân gây ra tiêu chảy tạm thời và thoáng qua, hay một số những nhiễm trùng nặng đường ruột dẫn đến bệnh cảnh nặng hơn với tiêu chảy, đau bụng và sốt. 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.

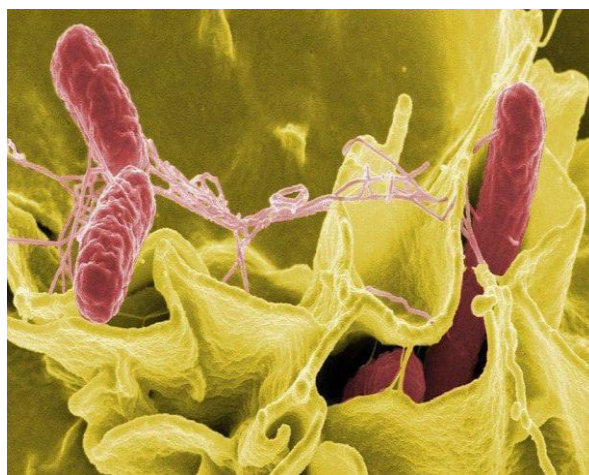


Hình 1.1: Vi khuẩn *Escherichia coli*

2. Vi khuẩn *Salmonella*:

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 vi 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



Hình 1.2: Vi khuẩn Salmonella

3. Vi khuẩn Vibrio:

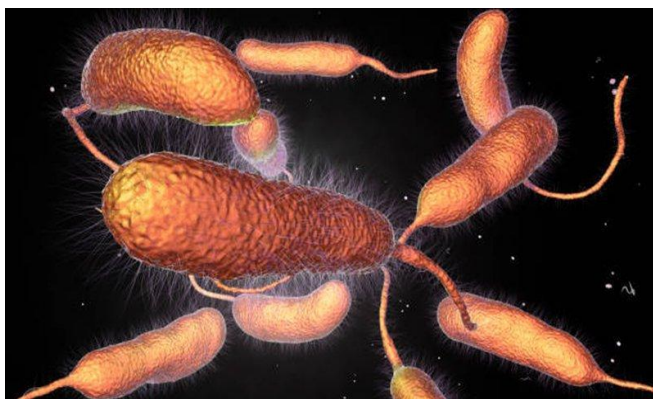
Vibrio là một chi của vi khuẩn gram âm, sở hữu một hình dạng cong-que (dấu phẩy), một vài loài trong số đó có thể gây ra ngộ độc thực phẩm, thường kết hợp với

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

điễm). 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 tiểu 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.



Hình 1.3: Vi khuẩn *Vibrio*

4. Vi khuẩn *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. Hiện nay có khoảng 32 loài *Staphylococcus*, nhưng đặc trưng nhất có thể kể đến là 3 loài: *Staphylococcus aureus* (tụ cầu vàng), *Staphylococcus epidermis* (tụ cầu da), *Staphylococcus saprophyticus* (tụ cầu hoại sinh).

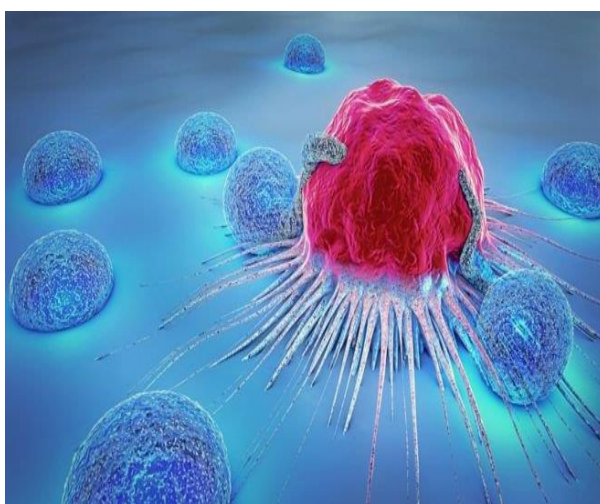
Trong 3 loài trên, phổ biến nhất chính là tụ cầu vàng. Vi khuẩn *Staphylococcus aureus* thường ký sinh ở da và mũi họng, chúng gây bệnh cho

những người bị suy giảm sức đề kháng. Một điều khiến các bác sĩ đau đầu với **những bệnh nhiễm trùng**

do vi khuẩn tụ cầu vàng gây ra đó chính là khả năng kháng kháng sinh của chúng.

Hiện nay, một vài dòng *Staphylococcus aureus* còn đề kháng với tất cả các loại kháng sinh trừ Vancomycin, số lượng những dòng này đang ngày một tăng lên khiến việc

điều trị những bệnh do vi khuẩn tụ cầu vàng gây ra càng thêm khó khăn

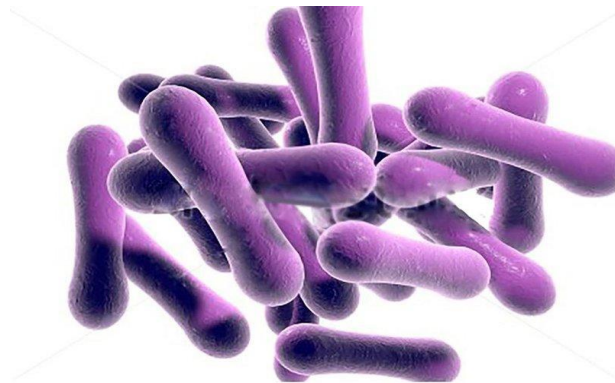


Hình 1.4: Vi khuẩn *Staphylococcus*

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

PHẦN II: CƠ SỞ THỰC TIỄN

1. Thực phẩm sạch là gì?

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 BVTV, 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 ATTP. 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 tương hột

-Phòng bệnh tim mạch: Protein trong đậu tương có thể thay thế cho protein động vật làm giảm lượng LDL (cholesterol xấu), nhờ đó có thể làm giảm nguy cơ xơ vữa động mạch và cao huyết áp.

-Phòng ngừa ung thư vú và ung thư tuyến tiền liệt: Các chất genistein, isoflavone có nhiều trong đậu nành có đặc tính chống oxy hóa giúp ngăn chặn sự phát triển của các tế bào ung thư. Ở phụ nữ, nó sẽ có tác động trong việc phòng ngừa ung thư vú trong khi ở nam giới là ung thư tuyến tiền liệt. Trong thực tế, tiêu thụ ít nhất là 10mg đậu tương (có thể là đậu tương được chế biến) mỗi ngày có thể làm giảm tái phát ung thư vú 25%.

-Giảm nguy cơ trầm cảm: Các folate trong edamame có thể giúp bạn tránh được các cơn trầm cảm bằng cách ngăn ngừa sự dư thừa homocysteine hình thành trong cơ thể. Homocysteine có thể ngăn chặn máu và chất dinh dưỡng lên não bộ nên có thể gây ra trầm cảm. Homocysteine dư thừa còn gây trở ngại cho việc sản xuất các hormone cảm giác tốt serotonin, dopamin và norepinephrin - những hormone tác động đến tâm trạng, giấc ngủ và sự ngon miệng khi ăn

-Phòng bệnh tiểu đường, bệnh thận: Những người bị bệnh tiểu đường loại 2 thường, bệnh thận sẽ gặp phải tình trạng cơ thể bài tiết quá nhiều protein trong nước tiểu. Những người tiêu thụ protein trong đậu tương sẽ tiết ra ít protein hơn

những người tiêu thụ protein động vật, do đó, nguy cơ bị bệnh thận, tiểu đường cũng giảm đi.

-Tăng cường khả năng sinh sản:Theo nghiên cứu của Đại học Harvard, phụ nữ

trong độ tuổi sinh đẻ, tiêu thụ chất sắt từ các nguồn thực vật như đậu tương, rau bina, đậu, bí đỏ, cà chua, củ cải đường... sẽ thúc đẩy khả năng sinh sản. Phụ nữ cũng cần lưu ý bổ sung đầy đủ lượng axit folic cần thiết khi mang thai để bảo vệ chống lại các khuyết tật ống thần kinh ở trẻ sơ sinh. Tiêu thụ một cốc đậu tương mỗi ngày cung cấp 121% nhu cầu folate hàng ngày.

-Tăng mức năng lượng:Nếu không bổ sung đủ chất sắt trong chế độ ăn uống, hiệu quả sử dụng năng lượng của cơ thể bạn bị ảnh hưởng trầm trọng và bạn dễ bị kiệt sức do thiếu năng lượng. Đậu tương là một nguồn chứa sắt nhiều như đậu lăng, rau chân vịt và trứng... nên bạn có thể tiêu thụ chúng để cung cấp năng lượng cho mình.

-Giảm mỡ máu:Các sterol thực vật có trong đậu tương có tác dụng làm giảm cholesterol trong máu. Đậu tương và các chiết xuất từ đậu tương có tác dụng làm giảm cholesterol toàn phần, giảm cholesterol xấu (tức LDL-cholesterol), ngăn chặn sự phát triển của các mảng xơ vữa, cải thiện tính đàn hồi của động mạch vành

-Tốt cho làn da:Trong hạt đậu nành nó có chứa hàm lượng cao chất chống oxy hóa giúp ngăn ngừa quá trình lão hóa da. Tinh chất estrogen thực vật ở đậu nành sẽ bổ sung lượng estrogen còn thiếu trong cơ thể từ đó quyết định cấu trúc mỡ dưới da làm cho da hồng hào và căng mịn không hề có sự xuất hiện của nếp nhăn.

3. Nguyên Nhân Tường Hột Hư

Nguyên nhân tương hộp hư là bảo quản không đúng cách không đúng nhiệt độ

Bảo quản kém hay mở ra đóng lại nhiều lần

4. Cách bảo quản tương hột

Cách bảo quản tương hộp là khi bảo quản luôn đậy kín nắp **hũ, hạn chế đóng mở nhiều lần. để hũ nơi khô ráo, tránh nơi ẩm ướt.** Tương đậu nành nếu được phơi dưới ánh nắng mặt trời màu sẽ càng đẹp ngon.

PHẦN III KẾT LUẬN

Tương đậu giúp ta điều gì?

Tương đậu giúp **chúng ta** bảo vệ tim mạch. Điều hoà huyết áp. Điều hoà đường huyết giảm nhẹ các triệu chứng mãn kinh. Tốt cho xương. Giảm nguy cơ ung thư vú. Ngăn ngừa các ung thư khác. Đầy hơi, tiêu chảy.

LỜI NHẬN XÉT GIÁO VIÊN HƯỚNG DẪN

1. Đánh số trang.
2. Lỗi hình thức: đánh máy, canh lề, giãn dòng, kiểm tra kỹ các dòng.
3. Thiếu tài liệu tham khảo.

Gv1 : 7,5

Gv2 : 7,5

Trần Quốc tài phần 1 câu 1,2 và phần 2 câu 1 phần 3

Nguyễn Ngọc Minh Tâm phần 1 câu 3,4 và phần 2 câu 2

Lê Tấn Đạt phần 1 câu 5 và phần 2 câu 3,4

