



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

655 West 12th Avenue
Vancouver, BC V5Z 4R4

Tel 604.707.2400
Fax 604.707.2441

www.bccdc.ca

Cơ Sở Thực Phẩm

Hướng Dẫn Cách Nhập Chung Trứng An Toàn

Tháng Mười Hai 2022

Soạn Thảo:

Dịch Vụ Bảo Vệ Thực Phẩm, Dịch Vụ Sức Khỏe Công Cộng, Trung Tâm Kiểm Soát Bệnh Tật BC

Cộng Tác với:

Bộ Y Tế BC, và Sáu Cơ Quan Y Tế Vùng:

Cơ Quan Y Tế Các Bộ Tộc Đầu Tiên (First Nations Health), Cơ Quan Y Tế Fraser (Fraser Health), Cơ Quan Y Tế Đảo (Island Health), Cơ Quan Y Tế Nội Địa (Interior Health), Cơ Quan Y Tế Miền Bắc (Northern Health), và Cơ Quan Y Tế Duyên Hải Vancouver (Vancouver Coastal Health)

INTRODUCTION MỞ ĐẦU

Trứng là loại thức ăn bổ dưỡng có nhiều lợi ích cho sức khỏe và có thể là một phần quan trọng trong chương trình ăn uống quân bình. Tuy nhiên, trứng là một loại thực phẩm thú vật sống và phải sử dụng đúng cách hầu tối giảm các rủi ro có thể gặp phải về an toàn thực phẩm. Tài liệu hướng dẫn này là để giúp giảm bớt những loại bệnh từ thực phẩm vì bị Nhiễm Trùng *Salmonella* Đường Ruột (SE) vốn có thể do thức ăn làm bằng trứng sống nhập chung tại những nơi nấu thức ăn.

BACKGROUND SƠ LƯỢC

SE là một nguyên nhân hàng đầu gây bệnh từ thực phẩm tại BC. Được biết trứng đã là nguyên nhân gây bộc phát nhiều loại bệnh từ thực phẩm vì SE tại BC và tại Canada. Cả bên ngoài vỏ lẫn bên trong trứng đều có thể bị nhiễm SE ngay cả khi trứng “trông bình thường”. Vỏ trứng có thể bị ô nhiễm từ gà và môi trường. Quan trọng hơn là bên trong trứng cũng có thể bị nhiễm SE khi trứng hình thành trong gà mái. Trong khi chuẩn bị thức ăn, nếu trứng bị nhiễm SE được kết hợp hoặc nhập chung với các trứng khác, toàn bộ số trứng nhập chung sẽ trở thành ô nhiễm. Vì thế, rủi ro bị bệnh SE gia tăng rất nhiều, nhất là nếu số trứng trộn chung không được sử dụng đúng mức và/hoặc nấu chín hoàn toàn. Tài liệu hướng dẫn này là nhằm giảm bớt các rủi ro về sức khỏe cộng đồng liên quan đến trứng nhập chung.

ĐỊNH NGHĨA DEFINITIONS

“**nguồn cung cấp được phê chuẩn**” có nghĩa là một nguồn cung cấp thực phẩm chỉ phân phối thực phẩm từ những nguồn được phê chuẩn và được một cơ quan kiểm soát có trách nhiệm phê chuẩn cho phân phối thực phẩm.

“**trứng**” có nghĩa là trứng có vỏ của những loài chim như gà, vịt, ngỗng, gia cầm, cú, chim chạy, và gà tây.

“**trứng phân loại**” có nghĩa là trứng có vỏ đã được xem xét, phân loại và xếp vào hộp tại một trạm phân loại trứng có giấy phép của tỉnh bang và ghi danh với liên bang.

“**trứng nhập chung**” có nghĩa là đập vỡ trứng và nhập chung nhiều (hơn một) trứng vào một tô hoặc chậu đựng. Số trứng nhập chung này có đó có thể được đánh đều lên trộn với nhau hoặc không trộn. Số trứng này sau đó có thể được sử dụng hoặc nấu nguyên như vậy, HOẶC được làm thành một nguyên liệu của một món trong thực đơn.

“**trứng được sát trùng bằng phương pháp pasteur**” có nghĩa là trứng đã được khử trùng bằng phương pháp pasteur (bằng nhiệt) thương mại để giảm thiểu rủi ro gây bệnh từ thực phẩm trong những món sống trong thực đơn hoặc chỉ nấu sơ. Trứng này có thể theo dạng các sản phẩm trứng lỏng, khô, hoặc đã được khử trùng bằng phương pháp pasteur còn để vỏ.

NGUYÊN TẮC HƯỚNG DẪN GUIDELINE

Chỉ được phép sử dụng trứng nhập chung trong tô hoặc chậu đựng theo những điều kiện sau đây:

- Trứng nhập chung là để làm một món sẽ nấu chín cho một người ăn ngay (thí dụ trứng tráng (chiên) hoặc trứng bác (quậy) cho một người), HOẶC,
- Trứng nhập chung sẽ được nấu cho đến nhiệt độ bên trong và thời gian nấu ở nhiệt độ đó theo bảng ở dưới, HOẶC,
- Trứng nhập chung là một nguyên liệu của một món mà sau đó sẽ được nấu chín cho đến nhiệt độ bên trong và thời gian nấu ở nhiệt độ đó theo bảng ở dưới.

Phải sử dụng trứng được khử trùng bằng phương pháp pasteur hoặc các sản phẩm trứng được khử trùng bằng phương pháp pasteur thay vì trứng nhập chung nếu không hội đủ các điều kiện sau đây.

Trứng nhập chung PHẢI không được dùng trong những món ăn sống (không nấu chín) để ăn liền (chẳng hạn như tiramisu)

Có thể áp dụng và cũng phải đáp ứng các điều kiện khác của Cơ Quan Y Tế địa phương (chẳng hạn như đăng các bản khuyến cáo cho người tiêu thụ, hoặc ghi lại những bước nấu và sử dụng trứng đúng cách trong một kế hoạch an toàn thực phẩm). Xin liên lạc với Cơ Quan Y Tế địa phương để biết các điều kiện này.

Thí dụ về những món thường làm bằng trứng nhập chung:

- Trứng bác (quậy)
- Trứng tráng (chiên)
- Bánh mì nướng kiểu Pháp
- Các loại sốt
- Bánh trứng (meringues) nấu chín

Các món trứng sống phải dùng trứng được khử trùng bằng phương pháp pasteur:

- Tiramisu
- Sốt Caesar trộn xà lách
- Thức uống trứng sữa (egg nog) và thức uống pha lòng trắng trứng
- Bánh trứng (meringues) không nấu chín (như meringue Pháp)

Thí dụ về các loại trứng được khử trùng bằng phương pháp pasteur:









- Trứng còn vỏ được khử trùng bằng phương pháp pasteur
- Trứng lỏng – albumen (lòng trắng) lỏng hoặc lòng đỏ lỏng
- Trứng nguyên quả được chế biến sẵn có pha hoặc không pha chất ổn định
- Dry eggs

Nhiệt Độ Bên Trong* và Thời Gian Nấu Ở Nhiệt Độ Đó* Tối Thiểu để Nấu Trứng Nhập Chung hoặc Các Món Ăn Có Trứng Nhập Chung



Nhiệt Độ Tối Thiểu Bên Trong °C (°F)	Thời Gian Tối Thiểu Nấu Ở Nhiệt Độ Đó
63°C (145°F)	3 phút
66°C (150°F)	1 phút
68°C (155°F)	17 giây
70°C (158°F)	Dưới 1 giây (ngay tức thì)

***Trứng nhập chung nấu trong lò vi ba (microwave) phải được nấu lên đến nhiệt độ tối thiểu bên trong là 74°C (165°F) và đập lại để tối thiểu là 2 phút trước khi ăn**

1. Sử Dụng Trứng Nhập Chung Handling of Pooled Eggs

-  Chỉ mua trứng phân loại từ một nguồn cung cấp được phê chuẩn. Đừng dùng trứng không phân loại hoặc bất cứ trứng nào dơ bẩn hoặc bị nứt. Trứng không phân loại, trứng dơ bẩn hoặc bị nứt có nhiều rủi ro bị ô nhiễm SE hơn.
-  Chỉ dùng trứng còn trong hạn “Tốt Nhất Trước Ngày”. Vứt bỏ trứng đã quá hạn tốt nhất trước ngày.
-  Phải cất trứng ở nhiệt độ 4°C (40°F) hoặc lạnh hơn cho đến khi cần dùng.
-  Trứng chỉ được nhập chung ngay trước khi nấu.
-  Chỉ nhập chung đủ số trứng cần dùng cho món muốn nấu.
-  Tất cả những trứng nhập chung phải được sử dụng càng sớm càng tốt ngay sau khi nhập chung.
-  Đừng cất giữ trứng nhập chung.
-  Có thể cất giữ trứng và các sản phẩm trứng được khử trùng bằng phương pháp pasteur miễn là theo đúng chỉ dẫn đề nghị của hãng sản xuất.

2. Chùi Rửa và Giữ Vệ Sinh Sau Khi Sử Dụng Trứng Cleaning and Hygiene After Handling Eggs

-  Phải rửa tay kỹ trong 20-30 giây bằng xà bông và nước ấm ngay sau khi sử dụng trứng.
-  Phải rửa kỹ và khử trùng tô hoặc chậu, thiết bị, chén đĩa, muỗng nĩa, và các bề mặt tiếp xúc với thức ăn sau khi tiếp xúc với trứng.

3. Sử Dụng Trứng làm Nguyên Liệu Managing Eggs as Ingredients

NÊN		KHÔNG NÊN	
✓	Mua trứng từ những nguồn được phê chuẩn	✗	Phục vụ những món ăn liền có trứng sống
✓	Ướp lạnh trứng	✗	Phục vụ những loại thức uống có lòng trắng hoặc lòng đỏ trứng sống
✓	Thay thế trứng sống trong các món ăn liền bằng trứng được khử trùng bằng phương pháp pasteur hoặc Không phục vụ những món đó trong thực đơn	✗	Phục vụ trứng nấu chưa chín hẳn
✓	Nấu chín tất cả trứng và trứng nhập chung đến một thời gian và nhiệt độ tối thiểu (chẳng hạn 66°C trong 1 phút)	✗	Cất giữ hoặc dùng lại trứng nhập chung vào ngày hôm sau

THAM KHẢO REFERENCES

Đạo Luật Sức Khỏe Công Cộng BC (BC Public Health Act), [Quy Chế Kiểm Soát Cơ Sở Thực Phẩm B.C. Reg. 210/99](#)

An Toàn về Thịt, Gà Vịt & Trứng – [An Toàn về Trứng](#). Trung Tâm Kiểm Soát Bệnh Tật BC.

Bộ Y Tế Canada (Health Canada). 2013. Tài Liệu Hướng Dẫn của Bộ Y Tế Canada để Giảm Bớt Rủi Ro Nhiễm Trùng *Salmonella* Đường Ruột ở Trứng Có Vỏ Sản Xuất tại Canada (Health Canada Guidance on Reducing the Risk of *Salmonella* Enteritidis in Shell Eggs Produced in Canada). Có thể tại:

<http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/legislation/guide-ld/salmonella-enteritidis-eng.php>

Bộ Y Tế Canada (Health Canada). 2015. Sách Lược Toàn Quốc để Kiểm Soát Bệnh Nhiễm Trùng *Salmonella* Đường Ruột ở Gà Vịt tại Canada (National Strategy for the Control of Poultry-Related Human *Salmonella* Enteritidis Illness in Canada). Có thể tại: <http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/legislation/guide-ld/salmonella-enteritidis-illness-maladie-eng.php>

Lee R, Beatty M, Bogard A, Esko MP, Angulo F, Selman C, Toán Tác Vụ EHSNET. Tình Trạng Lan Tràn Cách Chuẩn Bị Trứng Có Nhiều Rủi Ro tại các Nhà Hàng Nấu Món Trứng Chính cho Bữa Sáng (Prevalence of High-Risk Egg-Preparation Practices in Restaurants that Prepare Breakfast Egg Entrees): Một Cuộc Nghiên Cứu của EHS-Net. Tạp San Bảo Vệ Thực Phẩm, 2004; 67(7):1444-1450.

USFDA- Dịch Vụ Sức Khỏe Công Cộng (Public Health Service), [Quy Tác Thực Phẩm \(Food Code\)](#). Có thể xem tại:

<https://www.fda.gov/food/retail-food-protection/fda-food-code>

Leanne M. DeWinter, William H. Ross, Hélène Couture v a Jeff F. Farber. Th am Định Rủi Ro của Trứng Có Vỏ Nhiễm Trùng *Salmonella* Đường Ruột Bên Trong (Risk Assessment of Shell Eggs Internally Contaminated with *Salmonella* Enteritidis). Tạp San Phân Tích Rủi Ro Thực Phẩm Quốc Tế (International Food Risk Analysis Journal), 2011, Vol. 1, No. 1, 40-81. Có thể tại: <https://hrcak.srce.hr/file/107068>