

Chinese Practice Questions

1. 用手清洗碗盤的正確順序是什麼?
 - a. 沖洗，清洗，消毒和風乾
 - b. 消毒，清洗，沖洗和用抹布擦乾
 - c. 清洗，沖洗，用抹布擦乾和消毒
 - d. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，清洗，沖洗，消毒和風乾
 - e. 以上都對

2. 在自己家裏或沒有執照的廚房裏準備食物是:
 - a. 不合法
 - b. 比較便宜
 - c. 很好吃
 - d. 應該在華氏165°時馬上供應給顧客
 - e. b和c 都對

3. 下列那一個方法可代替洗手?
 - a. 使用擦手用的消毒劑
 - b. 戴手套
 - c. 用夾子
 - d. 以上都對
 - e. 以上都錯

4. 下列那一個答案是引致細菌快速增長的食物(potentially hazardous foods)?
 - a. 馬鈴薯片，麵包，薄片餅乾
 - b. 漢堡，煮熟的豆類，切開的瓜果類
 - c. 糖果，芥末，玉蜀黍餅
 - d. 生的蔬菜，蘇打水，乾的麵條

5. 在餐館的什麼地方和什麼時候，員工可以吃東西和抽煙?
 - a. 如果食物都有蓋好，員工可以在餐館裏的任何地方吃東西和抽煙
 - b. 員工絕對不可以在廚房裏、準備或貯存食物的地方吃東西或抽煙
 - c. 員工可以在廚房吃東西但是不可以抽煙
 - d. 如果是休息時間，員工可以在廚房吃東西
 - e. c 和 d 都對

6. 以下那一樣食物必須烹煮到華氏165° ?
 - a. 家禽類
 - b. 碎肉類
 - c. 非碎肉類
 - d. 海鮮
 - e. c 和 d 都對

7. 不可直接用雙手接觸下列那一樣:

- a. 垃圾
 - b. 裝食物的箱子
 - c. 不須烹煮就可吃的食物
 - d. 腐敗的食物
8. 烹煮後馬上就吃的蛋應該煮到什麼溫度?
- a. 高於華氏130°
 - b. 高於華氏 145°
 - c. 高於華氏120°
 - d. 高於華氏100°
9. 用手清洗碗盤的正確順序是什麼?
- a. 沖洗，清洗，消毒和風乾
 - b. 消毒，清洗，沖洗和用抹布擦乾
 - c. 清洗，沖洗，用抹布擦乾和消毒
 - d. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，清洗，沖洗，消毒和風乾
10. 如果在餐館裏看見蟑螂，你應該:
- a. 自己在垃圾桶附近和廚房裏噴灑殺蟲藥，以避免它們再回來繁殖
 - b. 將你看見的蟑螂打死，然後希望不會再有其他蟑螂出現
 - c. 告訴你的老板，由他聘用有執照的殺蟲公司來噴藥
 - d. 購買專業用的殺蟲工具，每當看見蟑螂時就可自己噴殺那些蟑螂

11. 爲什麼有些食物，像雞肉和煮熟的飯，叫做引致細菌快速增長的食物？
 - a. 這些食物可能有化學品在裏面，會使人生病
 - b. 當食物放在不安全的溫度帶時，細菌會很快速的增長
 - c. 食物不是從可靠的供應商處進貨
 - d. 如果食物不煮到適當的溫度，這些食物會沒有營養

12. 員工在什麼時候應該洗手？
 - a. 最少每30 分鐘.
 - b. 當主管叫你去洗手
 - c. 當顧客可看到你的手
 - d. 每當雙手被污染時

13. 當你使用的手套被污染時，你應該如何處理？
 - a. 脫下手套，把脫下的手套放在乾淨的地方，洗手後，再把同一個手套戴上
 - b. 脫下手套，把手套丟掉，戴上新手套
 - c. 脫下手套，把脫下的手套丟掉，洗手後，戴上新手套
 - d. 脫下手套，如果手乾淨就可以用手處理食物，等有空時再戴上手套

14. 當員工的疾病有傳染性時，該員工應該上工嗎？
 - a. 應該
 - b. 根據那是那一種傳染病再決定
 - c. 絕不可以
 - d. 如果沒有人能看出你生病了就可以上工

15. 下列哪一個答案是用手清洗碗盤的正確順序？
 - a. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，用肥皂清洗，沖洗，消毒，風乾
 - b. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，沖洗，用肥皂清洗，消毒，風乾
 - c. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，用肥皂清洗，消毒，風乾
 - d. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，用肥皂清洗，風乾，消毒

16. 食品工作員工在準備食物時，應該經常徹底洗手以避免細菌進入食物裏。下列那些情況下，食品員工應該洗手：
 - a. 上完廁所以後
 - b. 抽煙或咳嗽後
 - c. 處理生的蛋或肉以後
 - d. 碰觸身體任何部位或制服以後
 - e. 以上都對

17. 任何保持在華氏41°以下馬上可食用且引致細菌快速增長的食物，打開或經過處理以後，幾天內必須丟棄？
- 兩天內
 - 七天內
 - 隔天
 - 兩個星期
 - 只要煮到正確的溫度，時間並不重要
18. 如果將化學品從原來的桶子倒入其他容器：
- 必須很小心，不要滴到地上
 - 應該只裝半滿，以避免溢出來
 - 應該測量使用的分量，才能計算存貨
 - 必須將該容器貼上正確的標籤
 - 以上都對
19. 廚房裏必須有溫度計才能：
- 檢查冰箱和凍箱裏食物的溫度，和檢查食物在熱臺的溫度
 - 檢查消毒水的濃度
 - 檢查冰箱的溫度是否保持在華氏130°以上
 - 以上都對

20. 冷的引致細菌快速增長的食物再加熱時，必須煮到什麼溫度？
- 用保溫的熱櫃將食物加熱到華氏130°
 - 將食物加熱到華氏145° 以上
 - 慢慢地將食物在烤箱裏加熱到華氏155°
 - 盡快地將食物加熱到華氏165° 以上
 - c 和 d 都對
21. 什麼是交叉感染 (Cross-contamination):
- 當細菌從一個地方擴展到另一個地方時
 - 不須要擔心的事情
 - 當你用交叉的動作擦拭血跡
 - 高蛋白質供細菌快速增長的食物
22. 什麼是引致細菌快速增長的食物(potentially hazardous foods)?
- 乾燥，含蛋白質高而導致細菌容易在上面生長的食物
 - 乾燥，含脂肪高而導致細菌容易在上面生長的食物
 - 濕潤，含脂肪高而導致細菌容易在上面生長的食物
 - 濕潤，含蛋白質高而導致細菌容易在上面生長的食物
23. 以下那一樣必須烹煮到華氏145° ？
- 家禽和塞於雞、鴨或火雞肚子裏的餡
 - 碎肉和煮熟後不馬上吃的蛋
 - 非碎肉類和海鮮
 - 以上所有的食物都須要煮到華氏130° 並且保持在那個溫度
24. 會直接接觸到食物的表面，譬如：工具、桌子和其他工作檯面，必須使用什麼來消毒？
- 必須使用浸泡在正確濃度的消毒水裏的抹布來清潔
 - 必須使用浸泡在加入肥皂、漂白劑和水裏面的抹布來清潔
 - 不能全部浸泡入洗碗槽裏的器皿或桶子可以不消毒
 - 每天收工前食物都收好的時候，將消毒劑潑灑到工具上消毒

25. 下列那一個是正確的洗手方法?
- 用熱水沖洗雙手後，用紙巾把手擦乾
 - 用肥皂和溫水洗手最少60秒後，用毛巾把手擦乾
 - 用肥皂揉搓雙手20秒後，用溫水沖洗乾淨，然後用紙巾把雙手擦乾
 - 在消毒水桶裏揉搓雙手，然後用毛巾把手擦乾
26. 解凍食物最安全的方法:
- 放在室內溫度四個小時來解凍
 - 放在室內溫度24個小時來解凍
 - 放在溫度華氏200°的烤箱裏4個小時來解凍
 - 放在冰箱裏解凍
27. 什麼是引致細菌快速增長的食物(potentially hazardous foods)?
- 濕潤，含蛋白質高而導致細菌容易上面生長的食物
 - 濕潤，含脂肪高而導致細菌容易在上面生長的食物
 - 乾燥，含蛋白質高而導致細菌容易在上面生長的食物
 - 乾燥，含脂肪高而導致細菌容易在上面生長的食物
28. 冷的食物必須保持在:
- 華氏60°以下
 - 華氏41°以下
 - 華氏55°以下
 - 華氏65°以下
 - 以上都錯
29. 當你有發燒和拉肚子等癥狀時，你應該:
- 回去工作時，應該用更長的時間將雙手洗乾淨
 - 吃藥後就回去工作
 - 通知你的僱主，然後留在家裏休息
 - 經常跑廁所
30. 當你在廚房工作時看見一瓶清潔劑、除油垢的清潔劑或其他化學品放在食物檯上面的架子時，你應該怎麼處理?
- 問清楚是誰把該化學品放在那裏
 - 將該化學品拿開，並且告訴你的主管
 - 準備食物時要小心，以避免化學品滴到食物裏
 - 將該化學品留在原地，繼續處理食物
 - 以上都錯

31. 消毒接觸食物表面的漂白水濃度應該是多少?
- a. 每加侖的水必須加入一蓋子的漂白劑
 - b. 漂白劑的濃度多少並不重要
 - c. 漂白水的濃度必須在百萬分之50 到100 (50 to 100 ppm)之間, 可以用測試紙來測量
 - d. 漂白水的濃度必須在百萬分之200 (200 ppm), 可以用測試紙來測量
32. 清洗和消毒有何不同?
- a. 並沒有什麼不同
 - b. 清洗使東西看起來乾淨, 消毒使東西聞起來清新
 - c. 清洗把污染的髒東西洗掉, 消毒使東西變白
 - d. 清洗把污染的髒東西洗掉, 消毒把細菌殺死
33. 烹煮海鮮的最低溫是幾度?
- a. 華氏140°
 - b. 華氏145°
 - c. 華氏155°
 - d. 華氏165°

34. 把食物再加熱的正確程序是什麼？
- 應該將食物快速加熱到華氏165°以上後，才可以把食物放到蒸汽檯上保溫
 - 首先食物應該達到室溫後，再於2小時內把食物加熱到華氏在165°
 - 如果食物是要放在蒸汽檯保溫時，該食物可以加熱到任何溫度
 - 如果食物處理的過程都沒有什麼問題，再加熱的過程適當與否並不重要
35. 下列那一個答案是避免交叉感染的方法？
- 每星期消毒器皿和工具
 - 每45分鐘換一次手套
 - 把化學品放在離開即食食物6 吋的地方
 - 把生的肉，魚，家禽類或蛋放在冰箱裏下層的架子
36. 如果員工生病而有拉肚子或嘔吐等癥狀時，該員工應該怎麼做？
- 在廚房的後面工作，盡量遠離顧客
 - 留在家裏休息
 - 經常洗手並且戴上手套就可以處理食物
 - 只能做洗碗和洗工具的工作
37. 避免蟑螂最好的方法是：
- 用腳或重的東西將蟑螂壓死
 - 用殺蟲粉代替噴霧狀的殺蟲劑
 - 全天候，即使打烊後也將電燈開著
 - 將所有蟑螂可能藏身的地方密封，並且保持乾淨的餐館
38. 漢堡應該煮到什麼溫度？
- 高於華氏130°
 - 高於華氏 145°
 - 高於華氏155°
 - 高於華氏125°

39. 食物必須在幾個小時內從華氏130°冷卻到華氏70° 以下?
- 1小時
 - 2小時
 - 4小時
 - 6小時
 - 隔夜
40. 下面那一個答案是正確的解凍方法?
- 在室溫下放2 小時，然後再2 小時放在低溫烤箱裏解凍
 - 泡在熱水裏解凍
 - 放在冰箱裏解凍、用微波爐解凍或用流動的冷水沖食物來解凍
 - 如果食物仍然在原來的包裝裏，可以放在室溫下解凍
41. 準備食物的過程裏，下列那一個步驟最危險?
- 冷卻
 - 冷食保溫
 - 解凍
 - 熱食保溫
 - 再加熱
42. 你所戴的手套已經磨損或有裂縫時:
- 只須換掉磨損有裂縫的那隻手套
 - 將兩隻手套都換掉
 - 將雙手在三槽式的水槽裏沖水後戴上新手套
 - 在洗手檯用肥皂和水將雙手清洗乾淨後，戴上新手套
43. 下列那一種食物必須烹煮到華氏155°以上?
- 家禽
 - 碎肉
 - 非碎肉類
 - 海鮮
 - c 和 d 都對
44. 確保食物安全和衛生是誰的責任:
- 食品服務經理
 - 員工
 - 值班經理
 - 以上都對
45. 如果你的手上有割傷，你應該
- 打電話給雇主說你生病了不能工作

- b. 換到不須接觸或處理食物的工作或去洗碗
 - c. 貼上繃帶，並且戴上非乳液性用完就丟棄的手套
 - d. 避免雙手接觸到工作處
46. 用手清洗碗盤的正確順序是什麼？
- a. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，清洗，沖洗，消毒和風乾
 - b. 清洗，沖洗，用抹布擦乾和消毒
 - c. 清洗，消毒，沖洗和用抹布擦乾
 - d. 清洗，沖洗和風乾
47. 雞肉解凍的正確方法是：
- a. 將它放在室溫和檯桌上解凍
 - b. 把雞肉泡在水裏解凍
 - c. 將雞肉放在冰箱裏解凍
 - d. 把雞肉泡在靜止的溫水或熱水裏解凍
 - e. 以上都錯
48. 烹煮過的飯，放在危險溫度帶一整個晚上，隔天時應該如何處理這些飯？
- a. 把飯丟掉，它可能已經長有很多細菌不能吃了
 - b. 吃之前，把飯加熱到華氏165° 就可以了
 - c. 把飯馬上放入冰箱裏，等一下可以用
 - d. 聞看看飯是否已經壞了，沒有壞的話就可以吃
49. 控制蟑螂、老鼠和其他害蟲最好的方法就是：
- a. 每天噴殺蟲藥
 - b. 把地上清掃乾淨
 - c. 把消毒水倒入在排水管裏
 - d. 將所有蟑螂或老鼠可能藏身的地方密封，並且保持乾淨的餐館
 - e. 以上都對
50. 當你進入餐館準備開工時，首先應該做下列那一件事情？
- a. 開始準備食物
 - b. 用溫水和肥皂徹底清洗雙手
 - c. 將乾淨的碗盤從洗碗機拿出來
 - d. 很快的把手用水沖乾淨
 - e. 檢查冰箱的溫度
51. 戴一次用完就丟棄的手套工作時，你應該多久更換手套和/或洗手？
- a. 你必須經常換手套但是不必洗手，因為手套保護你不會弄髒雙手
 - b. 除非手套有磨損，否則你不必換手套

- c. 當手套有磨損或被污染時，必須把手套丟掉，然後在洗手檯用肥皂和水將雙手清洗乾淨後，戴上新手套
 - d. 當手套有磨損或被污染時，必須把手套丟掉，然後用消毒劑擦手後，戴上新手套
52. 下列那一種食物，細菌最容易在上面生長？
- a. 冰凍的漢堡
 - b. 濕潤/ 高蛋白的食物
 - c. 乾的穀類
 - d. 任何星期二煮的食物
53. 爲什麼引致細菌快速增長的食物必須煮到適當的溫度？
- a. 使食物色，香，味俱全
 - b. 降低食物的酸性
 - c. 提高食物的水活性
 - d. 殺死可能造成食物中毒的細菌
 - e. 以上都對
54. 如果員工有下列那些病狀應該留在家裏休息，不可上工？
- a. 嘔吐
 - b. 發燒
 - c. 拉肚子
 - d. 以上都對
55. 爲什麼將食物盡快地冷卻到適當的溫度是一件很重要的事情？
- a. 避免食物的營養成分流失
 - b. 避免細菌在食物裏生長
 - c. 才不會因爲食物太熱而造成冰箱的溫度提高
 - d. 使食物容易再加熱
56. 如何避免食物中毒：
- a. 供應可口且營養的食物
 - b. 洗手，戴手套，並且保持食物在正確的溫度
 - c. 在工作之前和之後將雙手洗乾淨
 - d. 在廚房裏噴灑殺蟲藥，這樣害蟲才不會進入食物裏
57. 生的肉類、海鮮和家禽類應該儲存在冰箱的什麼地方，才不會污染其他食物？
- a. 在水果和蔬菜的上面
 - b. 在遠離其他食物的地方或其他食物的下面
 - c. 在冰箱的上層架子
 - d. 在紙巾上面才不會有肉汁滴下來

58. 剩菜再加熱時應該煮到幾度?
- a. 華氏130 °以上
 - b. 華氏145°以上
 - c. 華氏165°以上
 - d. 華氏120°以上

59. 清潔劑和消毒水等化學用品應該儲存在什麼地方?
- 遠離食物或任何乾淨工具和器皿的地方
 - 離地最少6 吋
 - 跟工具和乾淨器皿放在一起
 - 放在食物和器皿上面的架子上
60. 你必須將雙手洗乾淨:
- 當你開始工作前
 - 擦臉或擦嘴巴以後
 - 打噴嚏後或咳嗽以後
 - 以上都對
61. 甲殼類食品的標籤必須保留:
- 1 個星期
 - 30 天
 - 90 天
 - 直到衛生檢察官員看過以後
62. 下列那一種食物必須烹煮到華氏165°以上?
- 家禽
 - 碎肉
 - 非碎肉類
 - 海鮮
 - 煮後馬上給顧客吃的蛋
63. 即食食物(Ready-to-eat food) 是:
- 剛剛從可靠的供應商進貨的食物
 - 供應給顧客前，必須再煮到華氏165°的食物
 - 細菌容易快速在上面增長的濕潤或高蛋白的食物
 - 不必烹煮或再加熱馬上就可以供應給顧客的食物
64. 清洗碗盤時，最少應該將碗盤浸泡在消毒水裏多久?
- 10 秒
 - 30秒
 - 1 分鐘
 - 10分鐘
65. 魚類最低應該煮到什麼溫度?
- 華氏145°

- b. 華氏155°
 - c. 華氏165°
 - d. 華氏180°
66. 進貨時，廠商並沒有把生的雞肉冰凍起來。你應該：
- a. 馬上把雞肉放入冰箱裏
 - b. 把雞肉放入凍箱裏
 - c. 不要收下來，把雞肉退回給廠商
 - d. 先把貨放好，等有空的時候再來決定如何處理這些雞肉
67. 如何用微波爐烹煮食物？
- a. 烹煮過程中最少要將食物攪拌一次。煮熟後，不要拿開蓋子，放置兩分鐘後再食用。使用長柄金屬製的溫度計測量食物的溫度，確保食物煮到華氏 165° 以上
 - b. 烹煮過程中最少要將食物攪拌兩次。煮熟後，拿掉蓋子放置一分鐘後再食用。使用長柄金屬製的溫度計測量食物的溫度，確保食物煮到華氏130° 以上
 - c. 用微波爐、爐子或烤箱烹煮食物的方法是一樣的
 - d. 絕對不可以用微波爐烹煮食物。微波爐只能用來熱食物
68. 即食的食物（不須烹煮，馬上可食用的食物）不可以：
- a. 用器皿拿
 - b. 用夾子拿
 - c. 用杓子拿
 - d. 用蠟紙拿
 - e. 直接用手拿
69. 食品員工應該如何冷卻煮熟的豆類？
- a. 將煮熟的熱豆子放在低於四吋的淺盤子裏，不要蓋蓋子，放入冰箱裏
 - b. 將煮熟的熱豆子放在冰箱裏緊緊蓋住以避免被污染
 - c. 把熱豆子放在桌子上幾個小時後才放入冰箱裏（這樣冰箱的溫度才不會太高）
 - d. 熱的豆子應該用保鮮紙包起來，放入冰箱裏
70. 食物必須在幾個小時裏從華氏70° 冷卻到華氏 41° ？
- a. 1 個小時
 - b. 2 個小時
 - c. 4個小時
 - d. 6個小時
71. 為什麼煮熟的蔬菜和雞肉必須保溫在華氏130° 以上，直到賣出為止？
- a. 用這個熱度繼續烹煮食物
 - b. 讓食物更好吃

- c. 保持食物的濕度
 - d. 避免食物看起來好像已經放很久了
 - e. 避免細菌在食物裏生長
72. 員工應該在什麼地方洗手?
- a. 任何可以用的水槽
 - b. 只在指定的洗手檯
 - c. 在指定的洗手檯;如果洗手檯壞掉或有人在使用就可以在洗碗槽洗手
 - d. 在消毒水桶裏
73. 冷的引致細菌快速增長的食物應該保持在什麼溫度?
- a. 華氏41° 以下
 - b. 華氏41° 和130° 之間
 - c. 華氏41° 以上
 - d. 如果食物有包裝好並且是從可靠的供應商進貨，可以把那些食物保持在任何溫度
74. 引致細菌增長的食物打開以後，可以在冰箱裏保留多久?
- a. 如果食物一直保持在華氏41° 以下，該食物可以保留七天
 - b. 只要食物吃起來，聞起來或看起來沒有壞就可以放七天
 - c. 如果食物一直保持在華氏32° 以下，該食物可以保留14天
 - d. 如果你使用先進先出的方法，食物就可以沒有時間限制的存放
75. 什麼是避免蟑螂最好的方法?
- a. 用粉狀的殺蟲粉代替噴霧裝的殺蟲劑
 - b. 全天候，即使打烊後也將電燈開著
 - c. 將所有蟑螂可能藏身的地方密封，並且保持乾淨的餐館
 - d. 用腳或重的東西將蟑螂壓死
76. 即食的食物（不須烹煮，馬上可食用的食物）不可以：
- a. 用夾子拿
 - b. 用杓子拿
 - c. 用蠟紙拿
 - d. 直接用手拿
77. 為什麼食品工作者必須了解食品安全的知識，並且把它應用在工作上?
- a. 減少工作上意外事件的發生，像割傷和燙傷等
 - b. 減少因為食物腐壞而必須把食物丟棄的分量
 - c. 避免員工在處理食物的過程時，將病菌傳染給顧客
 - d. 減少顧客投訴的次數
78. 什麼是引致細菌快速增長的食物(potentially hazardous foods)?

- a. 濕潤，含蛋白質高而導致細菌容易在上面生長的食物
- b. 濕潤，含脂肪高而導致細菌容易在上面生長的食物
- c. 乾燥，含蛋白質高而導致細菌容易在上面生長的食物
- d. 乾燥，含脂肪高而導致細菌容易在上面生長的食物

79. 下列那一個是正確的洗手方法?
- 用肥皂揉搓雙手20秒後，用溫水沖洗乾淨，然後用紙巾將雙手擦乾，最後用擦過手的紙巾把水龍頭關好
 - 用肥皂和溫水洗手最少60 秒後，用毛巾將手擦乾
 - 用熱水沖洗雙手20 秒後，用紙巾把手擦乾，最後用擦過手的紙巾把水龍頭關好
 - 在消毒水桶裏，揉搓雙手30秒，然後用紙巾把手擦乾
80. 下列那一個答案是避免食品工作者將細菌傳染到食物裏最好的方法?
- 保持乾淨的地板
 - 盡快將食物冷卻到適當的溫度
 - 經常洗手，並且不要直接用雙手接觸即食食物
 - 保持熱的食物夠熱，冷的食物夠冷
81. 員工洗手檯應該隨時都備有那些東西?
- 冷水，熱水，肥皂和紙巾
 - 熱水，指甲刷，紙巾和擦手的消毒劑
 - 冷水，熱水，指甲刷和紙巾
 - 熱水，肥皂和擦手毒消毒劑
82. 當冷卻引致細菌快速增長的食物時，你應該:
- 先將食物放在室溫幾個小時，讓食物冷下來
 - 將食物放在大的桶子裏，並且用蓋子將食物緊緊蓋好
 - 將食物裝入淺盤裏，不要蓋上，放入冰箱裏冷卻
 - 將食物放在大盆的冰塊中，不時攪動食物，讓食物能快速冷卻
 - c和d都對
83. 引致細菌快速增長的食物不可放在“危險溫度帶”超過幾個小時:
- 2 小時
 - 4 小時
 - 6小時
 - 8小時
84. 剩留在餐桌上已經被打開的食物:
- 除非已經被顧客咬過，可以再使用它
 - 不能再拿來讓顧客食用，但是可以讓員工吃
 - 應該把它捐贈給慈善機構
 - 必須把它丟棄
 - c 和 d 都對

85. 準備食物時，如何避免有害的細菌進入食物裏，下列那一個答案是最重要的方法？
- 經常徹底清洗雙手
 - 不可讓小孩進入廚房
 - 工作前把所有首飾都拿掉，戴上手套
 - 工作時戴上髮罩
86. 下列那一個答案是殺死食物裏的細菌最好的方法：
- 在食物裏加入鹽
 - 把食物保持在室溫
 - 把食物煮到適當的溫度
 - 把食物冰凍一個月以上就可以把細菌殺死
87. 煮熟的引致細菌快速增長的食物應該保溫在什麼溫度？
- 華氏130° 以上
 - 在華氏 41° 和 130° 之間
 - 華氏 41° 以上
 - 如果食物已經完全煮熟了，就可以放在任何溫度
88. 引致細菌快速增長的食物不可以在“危險溫度帶”放超過多久的時間：
- 30 分鐘
 - 2 小時
 - 4 小時
 - 12小時
89. 為什麼引致細菌快速增長的食物不可以放在危險溫度帶？
- 以避免改變了食物的香味和顏色
 - 以避免細菌在食物裏增長
 - 避免冰凍的食物解凍
 - 因為顧客喜歡吃很熱或很冷的食物
90. 下列那一種食物必須烹煮到華氏165° 以上
- 蔬菜
 - 雞肉
 - 漢堡
 - 豬排
91. 當你戴手套時，你必須：
- 每個小時換一次手套
 - 戴手套前，應該先洗手

- c. 每天應該把手套洗乾淨
 - d. 把指甲清洗乾淨
92. 下列那一個答案裏所有的食物都是即食食物（不須烹煮，馬上可食用的食物）？
- a. 生的牛肉，魚，飯，切開的瓜果和乾酪
 - b. 三明治，切開的瓜果，麵包，沙拉和冰塊
 - c. 生的蝦，馬鈴薯片和麵包
 - d. 水果乾，花椰菜，煮湯的豆子，玉米麵包，生的肉
 - e. 以上都錯
93. 如果員工有流鼻涕或喉嚨痛等癥狀時，該員工應該：
- a. 工作前先吃藥
 - b. 經常洗手和戴手套就可以處理食物
 - c. 可以上工，但是不要處理食物
 - d. 留在家裏休息
94. 在餐館的什麼地方及什麼時候，員工可以吃東西和抽煙？
- a. 如果食物有蓋好，員工可以在餐館裏的任何地方吃東西和抽煙
 - b. 員工絕對不可以在廚房裏準備或貯存食物的地方吃東西或抽煙
 - c. 員工可以在廚房吃東西但是不可以抽煙
 - d. 如果是休息時間，員工可以在廚房吃東西
95. 用手清洗碗盤的正確順序是什麼？
- a. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，用肥皂清洗，沖洗，消毒30秒，風乾
 - b. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，沖洗，用肥皂清洗，消毒30秒，風乾
 - c. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，用肥皂清洗，消毒30秒，風乾
 - d. 先將碗盤裏的殘餘物刮乾淨，用肥皂清洗，風乾，消毒30秒
 - e. 以上都錯
96. 下列那一個答案是保持引致細菌快速增長的食物安全最重要的方法？
- a. 避免食物停留在危險溫度帶
 - b. 將食物存放在室溫
 - c. 冷卻食物時，將食物用蓋子蓋好放在冰箱裏
 - d. 用肥皂水把食物洗乾淨
97. 碎肉，像漢堡或香腸等，應該煮到什麼溫度？
- a. 高於華氏130°
 - b. 高於華氏 145°
 - c. 高於華氏155°
 - d. 高於華氏125°

98. 下列那些食物可以在餐館裏使用?
- a. 自己家裏煮的食物
 - b. 引致細菌快速增長的食物抵達餐館時，保持在室溫的狀況
 - c. 任何從經認定許可的廠商購買，貼有適當的標籤，並且未過期的狀況下進的貨
 - d. 包裝好並且有標籤的肉類但是沒有通過檢察的印章

99. 引致細菌快速增長的食物在熱檯上，最少應該保持在什麼溫度？
- 華氏130 °以上
 - 華氏145°以上
 - 華氏165°以上
 - 華氏120°以上
100. 如果員工生病而有拉肚子或嘔吐等癥狀時，該員工應該怎麼做？
- 在廚房的後面工作，盡量遠離顧客
 - 經常洗手和戴手套就可以處理食物
 - 回家休息
 - 只能洗碗和洗工具
101. 下列那一個答案是使用消毒水的正確方法？
- 用測試紙測量消毒水的濃度，以確保消毒水不會太濃或太淡
 - 將適量的消毒劑加入適量的水混合
 - 經常更換消毒水以保持消毒水乾淨清新
 - 以上都對
102. 下列那一個答案是食物可以接觸的表面？
- 廚房裏的浴室，地板和牆壁
 - 休息室，餐廳裏的餐桌
 - 切菜板，菜刀，器皿和處理食物的工具
 - 工具的外表，展示檯的外殼，服務檯的地板
103. 控制蟑螂、老鼠和其他害蟲最好的方法就是：
- 將所有蟑螂和老鼠可能藏身或進出的地方密封，並且保持乾淨的餐館
 - 用貓來抓老鼠
 - 每天噴殺蟲藥
 - 把所有的食物放在櫃台上，不要放在地上

104. 爲什麼控制好食物的溫度很重要?
- 在烹煮的過程中，使用熱氣把細菌殺死;或把食物存放在夠冷或夠熱的溫度裏，以停止細菌的生長
 - 以確保食物好吃
 - 避免因爲食物太熱而燙傷顧客
 - 保持餐館的溫度，讓員工和顧客覺得舒服
105. 細菌在什麼溫度帶裏不會快速增長?
- 華氏41° 以下和華氏130° 以上
 - 華氏41° 以上和華氏130° 以下
 - 華氏45° 以下和華氏165° 以上
 - 華氏45° 以上和華氏165° 以下
106. 快速地冷卻食物是非常重要的事。下列那一個答案是最好的冷卻方法:
- 把食物蓋緊放在冰箱裏並且疊起來
 - 用風扇吹涼
 - 把食物放在原來烹煮時用的容器，每幾分鐘就攪拌一次，直到食物涼了爲止
 - 用淺盤子裝食物，不要蓋蓋子，放入冰箱裏
107. 什麼是食物解凍的正確方法?
- 把食物放在冰箱裏，或用冷水沖
 - 把食物放在室溫解凍
 - 把食物泡在熱水裏
 - 如果食物還在原來的包裝裏，可以放在室溫解凍
108. 下列那一個答案是引致細菌快速增長的食物:
- 牛奶，煮熟的飯和雞蛋
 - 蛋糕和水果餅
 - 不須冰凍的食物
 - 以上都對
109. 下列那一個是正確的洗手方法?
- 用熱水沖洗雙手後，用紙巾將手擦乾
 - 用肥皂揉搓雙手20秒後，用溫水沖洗乾淨，然後用紙巾將雙手擦乾，最後用擦過手的紙巾把水龍頭關好
 - 用肥皂和溫水洗手最少60 秒後，用毛巾將手擦乾
 - 在消毒水桶裏揉搓雙手30秒，然後用紙巾將手擦乾
110. 碎肉，像漢堡或香腸，必須最少煮到幾度?
- 華氏145°

- b. 華氏155°
- c. 華氏130°
- d. 華氏165°

111. 生的雞肉必須烹煮到什麼溫度?

- a. 華氏130° 以上
- b. 華氏145° 以上
- c. 華氏155° 以上
- d. 華氏165° 以上

112. 下列那一種食物必須烹煮到華氏155°以上?

- a. 蔬菜
- b. 家禽
- c. 漢堡
- d. 豬排

113. 使用冰塊來保持冷食的溫度時，必須把食物的容器包在冰塊裏。下列那一個是確保食物的溫度夠冷最好的答案?

- a. 把容器的蓋子打開，看看冰塊是否已經溶化了
- b. 把裝食物的容器蓋緊
- c. 用溫度計測量冰塊的溫度
- d. 用溫度計測量食物的溫度

114. 冷卻食物的正確方法是：
- 將食物放在室溫下2小時後再放入冰箱裏存放
 - 食物必須裝在原來烹煮時用的容器裏
 - 用什麼方法冷卻食物並不重要，只要在吃之前把食物再加熱到華氏165°就可以了
 - 食物必須裝在淺盤裏，不要蓋蓋子，放入冰箱裏冷卻
115. 冷卻食物時，必須在2小時裏把食物冷卻到幾度？
- 華氏70°
 - 華氏90°
 - 華氏100°
 - 華氏110°
116. 下列那一種方法可以殺菌？
- 清洗
 - 消毒
 - 沖洗
 - 風乾
 - 以上都錯
117. 冷的引致細菌快速增長的食物應該保持在什麼溫度？
- 華氏65°以下
 - 華氏41°以下
 - 華氏55°以下
 - 華氏60°以下
 - 華氏70°以下
118. 如何知道熱檯上的食物保溫在華氏130度以上？
- 確定熱檯的食物有蒸汽冒出來
 - 將熱檯的溫度開關開到最高
 - 用蓋子把食物蓋起來
 - 使用溫度計測量食物的溫度
119. 下列那些食物可以在餐館裏使用？
- 自己家裏煮的食物
 - 引致細菌快速增長的食物抵達餐館時，保持在室溫的狀況
 - 從經認定許可的廠商購買，貼有適當的標籤，並且未過期的狀況下進的貨
 - 包裝好並且有標籤的肉類，但是沒有通過檢察的印章

120. 前一天剩下的牛排，再加熱時，應該煮到什麼溫度？
- 華氏130° 以上
 - 華氏145°以上
 - 華氏155°以上
 - 華氏165°以上
121. 剩菜再加熱時，應該煮到幾度？
- 華氏130°
 - 華氏145°
 - 華氏155°
 - 華氏165°
122. 下列那一個答案不太可能造成食物中毒？
- 生的洋蔥放在“危險溫度帶” 5 個小時
 - 魚在進貨時的溫度是華氏65°
 - 煮熟的馬鈴薯經過8 個小時後才冷卻到華氏41°
 - 雞肉煮到華氏155°
 - 以上所有答案都有可能造成食物中毒
123. 下列那一個答案是最安全的解凍方法：
- 把食物放在桌檯上或水槽裏一個晚上
 - 把食物放在冰箱裏
 - 把食物浸泡在消毒水桶裏
 - 以上都對

124. 下列那一個答案最可能造成交叉感染?
- a. 切完生的肉以後，把切菜板清洗乾淨
 - b. 切完生的肉以後，繼續用同一塊切菜板切麵包
 - c. 處理完生的肉以後就洗手
 - d. 倒完垃圾後馬上洗手
125. 生的雞肉應該儲存在冰箱的什麼地方?
- a. 冰箱裏的地上，遠離其他食物
 - b. 冰箱裏的最下層
 - c. 生的雞肉可以和煮熟的食物存放在一起
 - d. 在冰箱裏容易拿取的地方

Scroll down for Answers

- | | | | | |
|-------|-------|-------|--------|--------|
| 1. d | 26. d | 51. c | 76. d | 101. d |
| 2. a | 27. a | 52. b | 77. c | 102. c |
| 3. e | 28. b | 53. d | 78. a | 103. a |
| 4. b | 29. c | 54. d | 79. a | 104. a |
| 5. b | 30. b | 55. b | 80. c | 105. a |
| 6. a | 31. c | 56. b | 81. a | 106. d |
| 7. c | 32. d | 57. b | 82. e | 107. a |
| 8. b | 33. b | 58. c | 83. b | 108. a |
| 9. d | 34. a | 59. a | 84. d | 109. b |
| 10. c | 35. d | 60. d | 85. a | 110. b |
| 11. b | 36. b | 61. c | 86. c | 111. d |
| 12. d | 37. d | 62. a | 87. a | 112. c |
| 13. c | 38. c | 63. d | 88. c | 113. d |
| 14. c | 39. b | 64. b | 89. b | 114. d |
| 15. a | 40. c | 65. a | 90. b | 115. a |
| 16. e | 41. a | 66. c | 91. b | 116. b |
| 17. b | 42. d | 67. a | 92. b | 117. b |
| 18. d | 43. b | 68. e | 93. d | 118. d |
| 19. a | 44. d | 69. a | 94. b | 119. c |
| 20. d | 45. c | 70. c | 95. a | 120. d |
| 21. a | 46. a | 71. e | 96. a | 121. d |
| 22. d | 47. c | 72. b | 97. c | 122. a |
| 23. c | 48. a | 73. a | 98. c | 123. b |
| 24. a | 49. d | 74. a | 99. a | 124. b |
| 25. c | 50. b | 75. c | 100. c | 125. b |