

Preguntas y Respuestas

1. ¿Qué orden debe seguir para lavar los platos a mano?
 - a. Enjuagar, lavar, desinfectar y secar al aire libre.
 - b. Desinfectar, lavar, enjuagar, quitar el exceso de comida y secar con un trapo seco.
 - c. Lavar, enjuagar, secar con un trapo y desinfectar.
 - d. Quitar el exceso de comida, lavar, enjuagar, desinfectar y secar al aire libre.

2. Las comidas hechas en casa o en una cocina sin licencia son:
 - a. Ilegales.
 - b. Más baratas.
 - c. Más deliciosas.
 - d. Servidas inmediatamente a 165° F.
 - e. Deben manejarse con más cuidado.

3. ¿Qué puede hacer para sustituir el lavado de manos?
 - a. Desinfectante de manos.
 - b. Guantes.
 - c. Cloro.
 - d. Todas las respuestas son correctas.
 - e. Todas las respuestas están equivocadas. Nada reemplaza/sustituye el lavado de manos.

4. ¿Cuál de los siguientes alimentos son potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria)?
 - a. Papitas, pan y galletas.
 - b. Hamburguesas, frijoles cocinados, melón rebanado.
 - c. Caramelo en barra, mostaza, tortillas.
 - d. Cereales, sodas, pasta que no está cocida.

5. ¿Dónde y cuándo puede fumar y comer en su establecimiento?
 - a. Puede fumar y comer en cualquier área del establecimiento pero solo cuando la comida está cubierta o guardada.
 - b. Nunca puede fumar o comer en la cocina ni en los áreas donde se prepara o guarda la comida.
 - c. Puede comer en la cocina pero no puede fumar.
 - d. Puede comer en la cocina pero solo durante su descanso o almuerzo.
 - e. Puede fumar en la cocina pero no puede comer.

6. ¿Por qué son algunos alimentos, como el pollo y el arroz cocinado, considerados alimentos potencialmente peligrosos?

- a. Porque pueden tener algún químico que enferme a la gente.
- b. Porque permiten el crecimiento de bacteria si quedan a una temperatura peligrosa.
- c. Porque no provienen de fuentes aprobadas.
- d. Porque no son nutritivos si se cocinan mal.

7. ¿Cuándo debe lavarse las manos?

- a. Por lo menos cada 30 minutos
- b. Cuando su supervisor le diga.
- c. Cuando los clientes puedan ver sus manos.
- d. Cada vez que sus manos se contaminen.

8. ¿Qué debe hacer si los guantes que está usando se contaminan?

- a. Quítese los guantes, guardarlos en un lugar limpio, lavarse las manos y volver a ponerse los mismos guantes.
- b. Quítese los guantes, tirarlos y ponerse guantes nuevos.
- c. Quítese los guantes, tirarlos, lavarse las manos y ponerse guantes nuevos.
- d. Quítese los guantes, si tiene las manos limpias puede terminar de trabajar con los alimentos.

9. ¿Puede trabajar con alimentos si tiene una enfermedad contagiosa?

- a. Sí.
- b. Depende del tipo de enfermedad contagiosa.
- c. Nunca.
- d. Solo si nadie se da cuenta que está enfermo.

10. ¿Cuál es la manera correcta de lavar los trastes a mano?

- a. Quitar el exceso de comida, lavar con jabón y agua caliente, enjuagar con agua caliente, desinfectar y secar al aire libre.
- b. Quitar el exceso de comida, enjuagar con agua caliente, lavar con jabón y agua caliente, desinfectar y secar al aire libre.
- c. Quitar el exceso de comida, lavar con jabón y agua caliente, desinfectar y secar al aire libre.
- d. Quitar el exceso de comida, lavar con jabón y agua caliente, enjuagar en agua caliente, secar al aire libre y desinfectar.

11. ¿Hasta qué temperatura debe recalentar frijoles refritos que fueron enfriados correctamente la noche anterior?

- a. 135° F.
- b. 145° F.
- c. 155° F.
- d. 165° F.

12. ¿Cuál de los siguientes ejemplos probablemente NO causan enfermedades que se originan en las comidas?

- a. Cebollas crudas que quedaron en la "Zona de Peligro" por 5 horas.
- b. Un pedido de pescados que llegaron a 65° F.
- c. Papas que tomaron 8 horas en enfriarse hasta 41° F.
- d. Pollo cocinado hasta 155° F.
- e. Todos los ejemplos van a causar enfermedades que se originan en las comidas.

13. Un método seguro y aceptable para descongelar alimentos es:

- a. Dejarlos sobre el mostrador o lavadero toda la noche.
- b. Ponerlos en el refrigerador.
- c. Sumergirlos en la solución desinfectante.
- d. Todas las respuestas son correctas.

14. La contaminación cruzada es cuando los gérmenes pasan de un lugar a otro. ¿Cuál de los siguientes ejemplos probablemente causa contaminación cruzada?

- a. Limpiar y desinfectar la tabla de cortar después de usarla con carne cruda.
- b. Usar la misma tabla de cortar para carne cruda y pan sin desinfectarla.
- c. Lavarse las manos después de tocar carne cruda.
- d. Lavarse las manos después de tocar la basura.

15. ¿En qué parte del refrigerador debe guardar el pollo crudo?

- a. En el piso del cuarto frío separado de otros alimentos.
- b. En los estantes más bajos del refrigerador.
- c. El pollo puede guardarse en los estantes de arriba.
- d. En cualquier estante donde los pueda encontrar rápidamente.

16. ¿Cuál es la manera correcta de lavar platos, utensilios y equipo de cocina?

- a. Quitar el exceso de comida, lavar, enjuagar, desinfectar y secar al aire libre.
- b. Quitar el exceso de comida, lavar, enjuagar, y secar bien con toalla de trapo.
- c. Quitar el exceso de comida, lavar, desinfectar, enjuagar y secar con toalla de papel.
- d. Quitar el exceso de comida, lavar, enjuagar y secar al aire libre.

17. La manera correcta de descongelar carne cruda es:

- a. Dejarlo descongelar a temperatura ambiente sobre el mostrador.
- b. Descongelarlo en el lavadero a temperatura ambiente.
- c. Descongelarlo en el refrigerador.

- d. Dejarlo descongelar en un lavadero con agua caliente.
- e. Todas las respuestas son incorrectas.

18. Arroz cocido se quedó en la Zona de Peligro toda la noche. ¿Qué debe hacer con el arroz?

- a. Desechar el arroz, pudo haber creado muchos gérmenes.
- b. Recalentar el arroz hasta 165° F antes de servirlo.
- c. Poner el arroz en el refrigerador para usarlo mas tarde.
- d. Oler el arroz para estar seguro que es saludable.

19. La mejor manera de controlar las cucarachas, ratones, moscas, hormigas y otras pestes es:

- a. Poner insecticida todos los días.
- b. Barrer el piso.
- c. Eche cloro en el sumidero del lavadero.
- d. Mantener el establecimiento y el área del basurero limpio, eliminar los lugares donde se puedan esconder y sellar los agujeros por donde puedan entrar.
- e. Todas las respuestas son correctas.

20. ¿Qué es lo primero que debe hacer cuando llega a la cocina para empezar a trabajar?

- a. Empezar a preparar la comida.
- b. Lavarse bien las manos con agua tibia y jabón por lo menos por 20 segundos.
- c. Enjuagarse las manos rápidamente.
- d. Revisar que llevo el pedido de ayer.

21. ¿Cuál es generalmente el paso más riesgoso de la preparación de alimentos?

- a. El enfriarse.
- b. Tenencia fría.
- c. El deshelar.
- d. Tenencia caliente.
- e. El Recalentar.

22. Usted nota que su guante está rasgado:

- a. Substituya el guante.
- b. Substituya ambos guantes.
- c. Usted aclara su mano en el fregadero del tres-compartimiento y pone encendido guantes nuevos.
- d. Colada las manos con el jabón y agua en la mano lavan el fregadero y substituyen los guantes.

23. ¿Cuál del siguiente se debe cocinar por lo menos a 155° F?

- a. Aves de corral.
- b. Carnes de tierra.
- c. carnes de la No-tierra.
- d. Mariscos.
- e. Las respuestas C y D son correctas.

24. ¿Quién es responsable de asegurar que los alimentos sean seguro y sano?

- a. Encargado de servicio de alimento
- b. Empleado
- c. Cambie de puesto a encargado
- d. Todo el antedicho

25. Si usted tiene un corte en su mano, usted debe:

- a. Llamada en enfermo.
- b. Muévase a un trabajo que no requiera la dirección de alimento o el lavado de las mercancías.
- c. Cúbralo con un vendaje y use un guante disponible del no-látex.
- d. Mano de la subsistencia lejos del área de trabajo.

26. Siendo un trabajador de alimentos, ¿qué debe hacer Ud; si alguien tenga una reacción alérgica de alimentos en su establecimiento?

- a. Avisar al gerente y llamar a 911.
- b. Llamar al Departamento de Salud, porque ellos saben que hacer.
- c. Pedir una propina más grande.
- d. Preguntar si hay un abogado en el restaurante.

27. La contaminación cruzada:

- a. Es cuando los gérmenes se desparraman de un lugar a otro.
- b. No es importante y no hay porque preocuparse.
- c. Es cuando el bote de la basura afuera del negocio se sobrellena.

28. Alimentos de alta proteínas promueven el crecimiento de bacteria. Los alimentos 'potencialmente peligrosos' (tiempo/temperatura usado para controlar la eguridad alimentaria) son:

- a. Alimentos secos, alto en proteínas que promueven el crecimiento rápido de la bacteria.
- b. Alimentos secos, alto en grasas que promueven el crecimiento rápido de la bacteria.
- c. Alimentos húmedos, alto en grasas que promueven el crecimiento de bacteria.
- d. Alimentos húmedos, alto en proteínas que promueven el crecimiento rápido de la bacteria.

29. ¿Cuál de los siguientes alimentos debe cocinarse mínimo hasta 145° F?

- a. Aves y rellenos ('stuffing').
- b. Carne molida y huevos que no se sirven inmediatamente.
- c. Mariscos, carne de res y puerco que no sean molidas.
- d. Todos los ejemplos anteriores se deben cocinar y mantener a 135° F

30. ¿Qué debe usar para desinfectar el equipo de cocina, las mesas y todas las superficies que entren en contacto directo con alimentos?

- a. Debe usar un trapo húmedo que estuvo sumergido en una mezcla de agua y un desinfectante aprobado a concentración adecuada.
- b. Debe usar un trapo húmedo que estuvo mojado en una solución de agua, jabón y cloro.
- c. No es necesario desinfectar las cosas que no entran en el lavadero.
- d. Al final del día, cuando se guardó la comida, debe limpiar con puro cloro todo el equipo de cocina.

31. ¿Cuál es la manera correcta de lavarse las manos?

- a. Enjuagar las manos en agua caliente y después secar con toallas desechables.
- b. Lavar las manos en agua tibia y jabón por lo menos por 60 segundos y secar con un trapo seco.
- c. Lavar las manos por lo menos por 20 segundos, fregando con jabón y agua tibia, enjuagar y secar con toalla de papel desechable.
- d. Fregar las manos en la cubeta con desinfectante y secar con un trapo.

32. ¿Por qué se requiere que los trabajadores al servicio de alimentos entiendan y apliquen las reglas de salubridad?

- a. Para reducir los accidentes de trabajo como las cortaduras o quemaduras.
- b. Para reducir la cantidad de comida que se tira porque se echa a perder.
- c. Para prevenir pasar enfermedades por medio de los alimentos.
- d. Para reducir las quejas de los clientes.

33. ¿Qué son los alimentos potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria)?

- a. Alimentos húmedos, de muchas proteínas que soportan el crecimiento de bacteria.
- b. Alimentos húmedos, con mucha grasa que soportan el crecimiento de bacteria.
- c. Alimentos que no se van a cocinar o calentar más para destruir la bacteria.
- d. Alimentos con los que se puede atragantar.

34. ¿Cuál es la manera correcta de lavarse las manos?

- a. Usar agua tibia y jabón, fregando las manos por 15-20 segundos, enjuagar sus manos y secarlas con toallas de papel y luego cerrar la llave usando la toalla de papel.
- b. Usar agua fría y jabón, fregando sus manos por 1 minuto, enjuagar sus manos y secarlas con un trapo limpio.
- c. Enjuagar sus manos bajo agua tibia por 20 segundos y secarlas con toallas de papel.
- d. Sumergir sus manos en una solución de agua y cloro por 30 segundos y secarlas con toalla de papel.

35. Un trabajador al servicio de alimentos puede transmitir los gérmenes aunque aparente estar bien de salud. ¿Qué es lo mejor que puede hacer para evitar el desparramo de gérmenes?

- a. Mantener los pisos y paredes limpios.
- b. Enfriar rápido las comidas calientes.
- c. Lavarse las manos frecuentemente y no tocar alimentos listos para comer sin guantes.
- d. Mantener los alimentos calientes; calientes y los fríos; fríos.

36. El lavabo de manos debe estar bien equipado para que el trabajador al servicio de alimentos pueda lavarse las manos. ¿Qué debe haber en el lavabo de manos?

- a. Agua corriente caliente y fría, jabón y toallas de papel desechables.
- b. Agua corriente caliente, cepillo de unas, toallas de papel y desinfectante para las manos.
- c. Agua corriente caliente y fría, cepillo de unas y toallas de papel desechables.
- d. Agua corriente caliente, jabón y desinfectante para las manos.

37. ¿Cuál del siguiente se debe cocinar a 165° F?

- a. Aves de corral.
- b. Carnes de tierra.
- c. carnes de la No-tierra
- d. Mariscos
- e. Las respuestas C y D están correctas.

38. El contacto directo con las manos no se permite con:

- a. La basura
- b. Cajones del alimento
- c. Alimentos preparados
- d. Alimentos estropeados

39. ¿Los huevos crudos para el servicio inmediato deben ser cocinados a qué temperatura?

- a. arriba de 135° F.
- b. arriba de 145° F.
- c. arriba de 155° F.
- d. arriba de 165° F.

40. ¿Qué orden se debe utilizar para lavar manualmente los platos?

- a. Enjuagar, lavar, desinfectar, y secar al aire.
- b. Desinfectar, pre-lavar, lávese, enjuagar, y secar con toalla.
- c. Lávese, desinfectar, secar con toalla y enjuagar.
- d. Pre-raspe los platos, lávese, enjuagar, desinfectar y séquelos al aire libre.

41. Si usted ve cucarachas en su negocio del alimento, usted debe:

- a. Rociar el "asesino del escarcho" alrededor de las áreas y del interior de la basura la cocina para evitar que se vuelvan.
- b. Aplaste los que usted puede ver y esperar que no se volverán más.
- c. Avisar su jefe, así que él puede llamar un aplicador licenciado del control de pesticidas.
- d. El equipo profesional así que usted del pesticida de la compra pueden matar a cucarachas tan pronto como usted las vea.

42. Lo mejor que un trabajador al servicio de alimentos puede hacer para mantener los gérmenes fuera de la comida es lavarse las manos seguido.

¿Cuándo se tiene que uno; lavar las manos?

- a. Después de usar el baño o tirar la basura.
- b. Después de fumar, comer o toser.
- c. Después de tocar huevos crudos o carne cruda.
- d. Después de tocar cualquier parte de su cuerpo o uniforme.
- e. Todas las respuestas son correctas.

43. Alimentos listos para comer que se mantienen a 41° F después de abrir o preparar, deben ser desechados:

- a. Al día siguiente.
- b. En 7 días.
- c. En dos días.
- d. En dos semanas
- e. El tiempo no es importante si se cocinaron hasta la temperatura correcta.

44. Si transfiere un químico como cloro a una botella de plástico para rosear o recipiente:

- a. Debe tener cuidado que no se tire sobre el piso.

- b. La botella o recipiente debe llenarse solo hasta la mitad para que no se tire.
- c. Debe medir la cantidad que pone en la botella para mantener el inventario.
- d. Debe etiquetar la botella o recipiente con el nombre de lo que contiene.
- e. Tiene que notificar al patrón.

45. Se requiere termómetros en las cocinas para:

- a. Controlar y verificar la temperatura de los alimentos que serán cocinados, saber que es la temperatura en el refrigerador y congelador, y controlar la temperatura de los alimentos en las mesas de vapor.
- b. Controlar la solución de desinfectante.
- c. Controlar si la temperatura de la cocina está debajo de los 41° F. o sobre 135° F.
- d. Todas las respuestas son correctas.

46. ¿Alimentos potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria) que fueron enfriados, deben ser recalentados hasta qué temperatura?

- a. Hasta los 135° F.
- b. Por lo menos hasta 145° F.
- c. En el horno hasta 155° F.
- d. Por lo menos hasta 165° F.
- e. La temperatura de recalentamiento no importa.

47. Es muy importante enfriar los alimentos rápidamente. La mejor manera es:

- a. Apilar los alimentos en recipientes tapados en el refrigerador.
- b. Usar un ventilador.
- c. Mantener los alimentos en la misma olla en que se cocinaron, revolviendo cada 20-30 minutos hasta que se enfríen.
- d. Poner los alimentos en recipientes de poca profundidad y destapados en el refrigerador.

48. ¿Cuál es la manera correcta de descongelar los alimentos?

- a. En el refrigerador o bajo agua corriente y fría.
- b. En un recipient, a temperatura ambiente.
- c. En el lavadero con agua corriente caliente.
- d. Si está en el paquete original; sobre el mostrador en temperatura ambiente.

49. ¿Cuál de los siguientes ejemplos son alimentos potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria)?

- a. Leche, carne, arroz cocido y huevos.

- b. Alimentos dulces como pasteles y golosinas.
- c. Alimentos que no requieren refrigeración.
- d. Todas las respuestas son correctas.

50. Si un cliente le dice que tiene alergia de alimentos, ¿qué debe hacer?

- a. Remitir
- b. Repasar
- c. Recordar
- d. Responder
- e. Todo lo antes mencionado

51. ¿Cuál es la manera correcta de lavarse las manos?

- a. Enjuague las manos con agua caliente y séquelas con toallas de papel.
- b. Lave las manos por lo menos 15-20 segundos; fregando con jabón y agua tibia. Enjuague y séquelas con toallas de papel.
- c. Lave las manos con jabón y agua tibia por lo menos 60 segundos y séquelas con toallas de papel.
- d. Friegue las manos en la cubeta con desinfectante y séquelas con un trapo.

52. ¿Hasta qué temperatura debe cocinar la carne molida como hamburguesas y chorizos?

- a. 145° F.
- b. 155° F.
- c. 135° F.
- d. 165° F.

53. ¿Qué debe hacer cuando usa guantes?

- a. Cambiarse los guantes cada hora.
- b. Aun lavarse las manos.
- c. Lavar los guantes a diario para remover restos de comida.
- d. Limpiarse las uñas diariamente.

54. ¿Cuál de los siguientes ejemplos son TODOS alimentos 'listos para comer'?

- a. Carne cruda, arroz no cocinado y frijoles no cocinados.
- b. Sándwiches, melón rebanado, pan, ensaladas frías y hielo.
- c. Camarones crudos, masa y cebolla.
- d. Pollo crudo, pizza congelada y papas congeladas.

55. ¿Qué es lo mejor que puede hacer si le moquea la nariz y tiene dolor de garganta?

- a. Tomar medicina antes de ir a trabajar.
- b. Ir a trabajar pero solo tocar alimentos con guantes.
- c. Ir a trabajar no hay riesgo alguno.
- d. Quedarse en casa porque puede enfermar a otras personas.

56. ¿Dónde y cuándo puede fumar y comer en un negocio de comida?

- a. Puede fumar y comer en cualquier área de su establecimiento pero solo cuando los alimentos están cubiertos o guardados.
- b. Nunca puede fumar o comer en la cocina o en áreas donde se prepara o guarda la comida.
- c. Puede comer en la cocina pero no puede fumar.
- d. Puede comer en la cocina pero solo durante un descanso o el almuerzo.

57. ¿Cómo debe lavar los trastes a mano?

- a. Quitar los restos de comida, lavar con jabón y agua caliente, enjuagar en agua caliente, desinfectar por 30 segundos y secar al aire libre.
- b. Quitar los restos de comida, enjuagar con agua caliente, lavar con jabón y agua caliente, desinfectar por 30 segundos y secar al aire libre.
- c. Quitar los restos de comida, lavar con jabón y agua caliente, desinfectar por 30 segundos y secar al aire libre.
- d. Quitar los restos de comida, lavar con jabón y agua caliente, enjuagar con agua caliente, secar al aire libre y desinfectar por 30 segundos.
- e. Todas las respuestas están equivocadas.

58. La manera más segura de deshelar (descongelar) los alimentos:

- a. Deshielo en la temperatura ambiente por 4 horas.
- b. Deshielo en la temperatura ambiente por 24 horas.
- c. Lugar en horno en 200° F, por 4 horas.
- d. Deshielo en refrigerador.

59. ¿Cuáles son alimentos potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria)?

- a. Alimentos húmedos, abundantes en proteínas que apoyan el crecimiento rápido de bacterias.
- b. Alimentos húmedos, ricos en grasas que apoyan el crecimiento rápido de bacterias.
- c. Sequésese, los alimentos abundantes en proteínas que apoyan el crecimiento rápido de bacterias.
- d. Sequésese, los alimentos ricos en grasas que apoyan el crecimiento rápido de bacterias.

60. Los alimentos fríos se deben sostener en:

- a. 32° F.
- b. 41° F

- c. 55° F.
- d. 65° F.
- e. Ninguno de arriba.

- 61.** Si usted está enfermo con fiebre y diarrea, usted debe:
- a. Lavarse las manos extralargas cuando usted consigue trabajar.
 - b. Tomar medicina y continuar trabajando.
 - c. Permanecer casero y aconsejar a su patrón de su enfermedad.
 - d. Hacer los viajes al baño más frecuentemente.

- 62.** Mientras que trabajaba en la cocina, usted notó una botella del aerosol del limpiador y del desengrasador de cristal en un estante sobre la tabla de la preparación de alimento. ¿Qué debe usted hacer?
- a. Preguntar; ¿Quién puso los productos químicos allí?
 - b. Quitar los productos químicos y avisar al supervisor.
 - c. Tener cuidado al preparar el alimento; para evitar derramamiento de químico en el.
 - d. Dejar los productos químicos donde están, y continuar el manejar del alimento.
 - e. Ninguno de arriba.

- 63.** ¿Cuál es la concentración correcta para una solución de agua con cloro que sea usada para desinfectar las superficies que tienen contacto con los alimentos?
- a. Debe usar una tapa de cloro por cada 4 galones de agua.
 - b. La concentración de cloro no es importante.
 - c. La concentración de la solución de agua con cloro debe ser entre 50 y 100 partes por millón y la debe verificar con las tiritas de prueba.
 - d. La concentración debe ser 200 partes por millón, y la debe verificar con las tiritas de prueba.

- 64.** ¿Cuál es la diferencia entre lavar y desinfectar?
- a. No hay diferencia.
 - b. Lavar hace que las cosas se vean limpias, desinfectar las hace oler bien.
 - c. Lavar remueve la contaminación y desinfectar blanquea.
 - d. Lavar remueve la contaminación y desinfectar destruye los microorganismos.

- 65.** ¿Hasta qué temperatura mínima deben cocinarse los mariscos?
- a. 135° F.
 - b. 140° F.
 - c. 145° F.
 - d. 155° F.

e. 165° F.

66. ¿Cuál es el método correcto de recalentar la comida?

- a. Se debe recalentar rápidamente hasta un mínimo de 165° F antes de ponerla en la mesa de vapor.
- b. Primero la comida debe llegar a temperatura ambiente y luego debe ser recalentada hasta 165° F en menos de 2 horas.
- c. Si la comida va a estar en la mesa de vapor, se puede recalentar a cualquier temperatura.
- d. El método de calentamiento no importante si la comida se manejó bien de antemano.

67. ¿Cuál de los siguientes ejemplos es una manera de prevenir la contaminación cruzada?

- a. Desinfectar los utensilios y el equipo de cocina semanalmente.
- b. Cambiarse los guantes cada media hora.
- c. Guardar los químicos a 6 pulgadas del piso.
- d. Guardar la carne cruda, pescados, aves y huevos separados y en los estantes más bajos del refrigerador.

68. El desinfectante debe hacerse y usarse correctamente para que funcione bien. ¿Cuál es la manera correcta de hacer y usar el desinfectante?

- a. Usar tiritas de prueba para asegurarse que el desinfectante no este muy fuerte o débil.
- b. Mezclar la cantidad correcta de desinfectante con la cantidad correcta de agua.
- c. Cambiar el desinfectante frecuentemente para que se mantenga limpio y fresco.
- d. Todas las respuestas son correctas.

69. ¿Cuáles son algunas de las superficies que tienen que ser constantemente lavadas y desinfectadas porque tienen contacto con los alimentos?

- a. Baños, pisos y paredes de la cocina.
- b. El salón de descanso, la superficie de la plancha y las mesas del comedor.
- c. Tablas de cortar, cuchillos, utensilios y otro equipo de cocina.
- d. El piso del área de servicio, la superficie de afuera del equipo de cocina y los mostradores.

70. ¿Cuál es la mejor manera de controlar las cucarachas, ratones, moscas y pestes?

- a. Manteniendo el negocio y el área de la basura limpios, y sellar los lugares por donde entran o se esconden.
- b. Usando gatos.

- c. Poniendo insecticidas seguido.
- d. Manteniendo los alimentos sobre los mostradores y no en el piso.

71. ¿Por qué es tan importante el control de temperatura?

- a. Se usa para matar los gérmenes con calor durante la cocción y parar eliminar su reproducción manteniendo los alimentos calientes o fríos.
- b. Se usa para que la comida tenga buen gusto.
- c. Se usa para evitar que los clientes no quemem la boca al comer comida muy caliente.
- d. Se usa para mantener la temperatura ambiente en el negocio a un nivel confortable para los empleados y clientes.

72. ¿Los gérmenes no crecen o reproducen a qué temperatura?

- a. Mas frío de los 41° F y más caliente de los 135° F.
- b. Más caliente de los 41° F y más frío de los 135° F.
- c. Mas frío de los 45° F y más caliente de los 165° F.
- d. Más caliente de los 45° F y más frío de los 165° F.

73. Los trabajadores al servicio de alimentos enfermos pueden tener gérmenes que pueden enfermar a sus clientes. ¿Qué debe hacer un trabajador si está enfermo con diarrea o vómito?

- a. Preparar la comida en la parte de atrás de la cocina lejos de los clientes.
- b. Quedarse en casa. Alguien que esta enfermo no debe trabajar con alimentos o estar en áreas de servicio de alimentos.
- c. Trabajar con alimentos pero lavarse las manos seguido y usar guantes.
- d. Solamente lavar los trastes o limpiar el equipo de cocina.

74. ¿Cuál es la mejor manera de prevenir las cucarachas?

- a. Aplastarlas con el pie o un objeto pesado.
- b. Usar un insecticida en polvo en lugar de aerosol.
- c. Dejar las luces prendidas todo el tiempo, aun cuando el negocio está cerrado.
- d. Sellar las áreas donde se pueden esconder y mantener el establecimiento limpio.

75. ¿Hasta qué temperatura mínima deben cocinarse las hamburguesas?

- a. Por lo menos hasta 135° F.
- b. Por lo menos hasta 145° F.
- c. Por lo menos hasta 155° F.
- d. Por lo menos hasta 165° F.

76. ¿Cuál de los siguientes NO es uno de los mayores alérgenos de alimentos?

- a. Leche
- b. Huevos
- c. Pescado
- d. Fresas

77. ¿En cuántas horas debe enfriarse la comida de 135° F a 70° F?

- a. 1 hora.
- b. 2 horas.
- c. 4 horas.
- d. 6 horas.
- e. Durante toda la noche.

78. ¿Cuál es el procedimiento correcto para descongelar alimentos?

- a. A temperatura ambiente por 2 horas, y en horno bajo por otras 2 horas más.
- b. En un baño de agua caliente.
- c. En el refrigerador, horno de microondas o bajo agua fría corriendo.
- d. A temperatura ambiente si todavía está en el paquete original.

79. ¿Cómo debe cocinar los alimentos en el horno de microondas?

- a. Debe revolver la comida para asegurar que todo esté caliente por lo menos una vez durante la cocción y dejarla cubierta por lo menos 2 minutos. Antes de servir debe revisar con un termómetro de aguja de metal que la comida alcanzó 165° F.
- b. Debe revolver la comida por lo menos dos veces durante la cocción y dejar destapada por lo menos 1 minuto. Antes de servir debe revisar con un termómetro y que la comida alcanzó por lo menos 135° F.
- c. Cocinar en el horno de microondas es lo mismo que en el horno o la estufa.
- d. NUNCA debe cocinar en el horno de microondas. Se usa solo para recalentar comida.

80. Los alimentos listos para comer NO se deben tocar usando:

- a. Utensilios.
- b. Tenazas.
- c. Cucharas.
- d. Espátulas.
- e. Manos sin guantes.

81. Si debe enfriar algún caldo o sopa como "menudo" o "birria" usando el método de charolas de poca profundidad, ¿qué debe hacer?

- a. Poner en charolas no mas de 4 pulgadas de grueso, y colocar en el

refrigerador destapada.

- b. Poner la comida en el refrigerador bien tapados para evitar la contaminación.
- c. Enfriar en el mostrador a temperatura ambiental por unas horas para que no calienten el refrigerador y después refrigerar.
- d. Cubrir la comida con plástico y refrigerar.

82. ¿En cuántas horas debe enfriarse la comida de 70° F a 41° F?

- a. 1 hora.
- b. 2 horas.
- c. 4 horas.
- d. 6 horas.

83. ¿Por qué debe mantener caliente los alimentos potencialmente peligrosos como los vegetales cocinados, carne asada o el pollo frito?

- a. Para que se terminen de cocinar bien.
- b. Para que sepan más buenos.
- c. Para que no se sequen.
- d. Para que no se enfríen.
- e. Para que las bacterias no se reproduzcan rápidamente.

84. ¿Dónde debe lavarse las manos?

- a. En cualquier lavabo que esté vacío y accesible.
- b. Solamente en un lavabo reservado y diseñado para el lavado de manos.
- c. En el lavabo de manos o el lavadero de trastes si el lavabo de manos no está disponible o está ocupado.
- d. En la cubeta de desinfectante.

85. ¿A qué temperatura deben mantenerse los alimentos fríos potencialmente peligrosos?

- a. Siempre por debajo de los 41° F.
- b. Siempre entre 41° F. y 135° F.
- c. Siempre arriba de los 41° F.
- d. A o debajo de 135° F.
- e. A cualquier temperatura que la comida esté empaquetada y es de una fuente aprobada.

86. ¿Cuánto tiempo puede guardar en el refrigerador la comida potencialmente peligrosa una vez que fue abierta o preparada?

- a. Por siete días, si la mantuvo todo el tiempo debajo de los 41° F.
- b. Por 10 días pero solo si parece, huele y sabe bien.
- c. Por 14 días si la mantuvo todo el tiempo debajo de los 41° F.
- d. Todo el tiempo que quiera si sigue la regla de "llega primero, sale primero".

87. ¿Cuál es la mejor manera de eliminar las cucarachas?

- a. Usar insecticida en polvo en vez de aerosol.
- b. Dejar las luces encendidas todo el tiempo, aun cuando el negocio esté cerrado.
- c. Sellar las áreas donde se escondan y mantener el establecimiento limpio.
- d. Aplastarlas con el pie o un objeto pesado.

88. ¿Cuál de los siguientes ejemplos NO es la manera correcta de manejar alimentos listos para comer?

- a. Usar utensilios.
- b. Usar tenazas.
- c. Usar papel encerado.
- d. Usar las manos sin guantes.

89. Usted puede prevenir enfermedad producida por los alimentos cerca:

- a. Alimentos de la porción que son deliciosos y nutritivos.
- b. Lavándose las manos, usando guantes y guardar los alimentos en la temperatura derecha.
- c. Lavarse las manos al principio y al extremo de su cambio.
- d. Los pesticidas de rociadura en el piso de la cocina así que los parásitos no conseguirían en los alimentos.

90. ¿Dónde deben la carne, los mariscos y las aves de corral crudos ser almacenados, así que no contaminan a otros alimentos en el refrigerador?

- a. Sobre las frutas y las verduras.
- b. Debajo y lejos de otros alimentos
- c. El estante superior del refrigerador
- d. En las toallas de papel en caso de goteos de la carne.

91. ¿Usted debe recalentar los alimentos a qué temperatura?

- a. 135° F.
- b. 145° F.
- c. 165° F.
- d. 212° F.

92. ¿Dónde debe usted almacenar los productos químicos, tales como limpiadores y desinfectadores (sanitizers)?

- a. Lejos de cualquier alimento o limpie el equipo y los utensilios.
- b. Por lo menos 6 pulgadas sobre el piso.
- c. Con el equipo y limpie los utensilios.
- d. En el estante sobre el alimento y los utensilios.

93. Se requiere lavarse las manos:

- a. Cuando usted llega para trabajar.
- b. Después de usted toque su cara o boca.
- c. Después de estornudar o de toser.
- d. Todo el antedicho.

94. ¿Cuál de los siguientes mata los gérmenes?

- a. Lavar.
- b. Desinfectar.
- c. Enjuagar.
- d. Secar al aire libre.
- e. Ninguna de las respuestas son correctas.

95. ¿A qué temperatura deben mantenerse fríos los alimentos potencialmente Peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria)?

- a. Arriba 41° F.
- b. A 41° F o menos.
- c. A 50° F o menos.
- d. A 70° F.
- e. A menos de 135° F.

96. Se usan diferentes equipos para mantener los alimentos calientes, como mesas de vapor y calentadores de sopa. ¿Cuál es la única manera de asegurarse que el equipo mantenga los alimentos a la temperatura adecuada?

- a. Ver que hay vapor saliendo de la comida.
- b. Poner el control de temperatura en "alto".
- c. Mantener los alimentos cubiertos.
- d. Usar un termómetro calibrado para revisar la temperatura de los alimentos.

97. ¿Cuál de los siguientes alimentos sería aprobado para uso en su establecimiento?

- a. Comida hecha en casa.
- b. Alimentos potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria) que llego a su negocio a temperatura ambiente.
- c. Cualquier alimento que venga de una fuente aprobada, tenga etiqueta, esté en buena condición y a buena temperatura.
- d. Cualquier carne que esté empaquetada y etiquetada pero no tenga marca de inspección.

98. ¿Hasta qué temperatura debe recalentar un arroz y frijoles?

- a. Mínimo 135° F.
- b. Mínimo 145° F.

- c. Mínimo 155° F.
- d. Mínimo 165° F.

99. Las etiquetas de los ostiones y almejas se deben guardar por:

- a. 1 semana
- b. 30 días
- c. 90 días
- d. Hasta salud los inspectores los ven.

100. Alérgenos de alimentos pueden causar reacciones graves, aun hasta la muerte. ¿Cuál de los siguientes son alérgenos de alimentos?

- a. Pan, sandía, y carne roja
- b. Trigo, huevos, y cacahuates
- c. Crustáceos, soja, y nueces de árbol
- d. Todo lo antes mencionado
- e. Respuestas B y C son correctas

101. Al enfriar los alimentos potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria), usted debe:

- a. Dejar el alimento frío a la temperatura ambiental por unas 4 horas.
- b. Poner los alimentos en los envases y cubrir las firmament con tapas grandes.
- c. Utilizar las cacerolas de poca profundidad y destapadas; luego enfriar el alimento en el refrigerador.
- d. Utilizar un baño de hielo y revolver el producto para enfriarse rápidamente.
- e. Las respuestas C y D son correctas.

102. ¿Cuál es el tiempo máximo en que las comidas potencialmente peligrosas pueden estar en la "Zona de Peligro"?

- a. 2 horas.
- b. 4 horas.
- c. 6 horas.
- d. 8 horas.

103. Cuando alimentos abiertos sean dejados en una mesa pública:

- a. Usted puede reutilizarlo, a menos que el cliente lo tomara una mordedura de ella.
- b. Usted no debe servirlo a un cliente pero los empleados pueden comerlo.
- c. Usted debe donarlo a un abrigo.
- d. Usted debe tirarlo.
- e. Las respuestas B y C están correctas.

104. ¿Cuál es la cosa más importante que usted puede hacer para guardar los gérmenes dañinos fuera de los alimentos que usted se prepara?

- a. Lávese las manos a fondo y con frecuencia.
- b. Niños de la subsistencia fuera de la cocina.
- c. Utilice los guantes.
- d. Cubra su boca cuando usted tose.

105. Usted es responsable de verificar las órdenes que llegan al negocio. Parte de la orden fue pollo crudo que no llegó refrigerado. ¿Qué debe hacer?

- a. Poner el pollo en el cuarto frío inmediatamente.
- b. Poner el pollo en el congelador.
- c. Rechazar el pollo y devolvérselo al repartidor.
- d. Guardar todos los alimentos y decidir más tarde que hacer con el pollo.

106. ¿Qué es lo más importante que puede hacer para mantener sanos y seguros los alimentos potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria)?

- a. Mantener los alimentos fuera de la "Zona de Peligro".
- b. Mantener los alimentos a temperatura ambiental.
- c. Guardar los alimentos calientes en recipientes cubiertos en el refrigerador.
- d. Lavar los alimentos en agua con jabón.

107. ¿Hasta qué temperatura deben cocinar las hamburguesa y chorizo?

- a. Por lo menos hasta 135° F.
- b. Por lo menos hasta 145° F.
- c. Por lo menos hasta 155° F.
- d. Por lo menos hasta 125° F.

108. ¿Cuál de los siguientes alimentos sería aprobado para el uso en su establecimiento?

- a. Cualquier comida casera.
- b. Alimentos potencialmente peligrosos que llegan a su establecimiento a temperatura ambiente.
- c. Cualquier alimento que viene de una fuente aprobada, etiquetado y en buena condición.
- d. Cualquier carne que está empaquetada y etiquetada pero no tiene marca de inspección.

109. ¿Los alimentos cocinados, y potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria) se deben mantener a una temperatura arriba de?

- a. Por lo menos a 135° F.
- b. Por lo menos a 145° F.
- c. Por lo menos a 155° F.
- d. Por lo menos a 165° F.

110. Los trabajadores al servicio de alimentos que están enfermos pueden tener gérmenes que enferman a sus clientes. ¿Qué debe hacer el trabajador si está enfermo con diarrea o vómito?

- a. Preparar la comida en la parte de atrás de la cocina lejos de los clientes.
- b. Trabajar con comida, pero lavarse las manos seguidas y usar guantes.
- c. Irse a casa o no tocar alimentos ni superficies que tienen contacto con alimentos.
- d. Lavarse las manos frecuente.

111. La mejor manera de destruir los gérmenes que pueden estar en los alimentos es:

- a. Agregando sal a los alimentos
- b. Guardando los alimentos a temperatura ambiente.
- c. Cocinando los alimentos hasta la temperatura correcta.
- d. Manteniendo los alimentos todo el tiempo por debajo de los 41° F.

112. ¿Arriba de qué temperatura debe mantener los alimentos calientes potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria)?

- a. Siempre arriba de 135° F.
- b. Siempre entre 41° F y 135° F.
- c. Siempre arriba de 41° F.
- d. A cualquier temperatura si fueron completamente cocinados.

113. Los alimentos potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria) no pueden estar en la "Zona de Peligro" por más de:

- a. 2 horas
- b. 4 horas
- c. 8 horas
- d. 12 horas

114. ¿Por qué debe mantener los alimentos potencialmente peligrosos fuera de la "Zona de Peligro?"

- a. Para no cambiar el olor ni el color de los alimentos.
- b. Para prevenir el crecimiento y reproducción de bacteria.
- c. Par que los alimentos congelados no se descongelen.
- d. Porque a los clientes les gusta la comida que está o muy caliente o muy fría.

115. ¿Cuál de los siguientes alimentos debe cocinarse por lo menos hasta 165°F?

- a. Vegetales.
- b. Pollo.

- c. Carnes molidas.
- d. Chuletas de puerco.

116. ¿El pollo crudo debe cocinarse hasta qué temperatura mínima?

- a. 135° F.
- b. 145° F.
- c. 155° F.
- d. 165° F.

117. ¿Cuál de los siguientes alimentos debe cocinarse por lo menos hasta 155°F?

- a. Vegetales.
- b. Aves.
- c. Hamburguesas y chorizos.
- d. Chuletas de puerco.

118. Cuando usa hielo para mantener los alimentos fríos, los recipientes con los alimentos deben estar sumergidos hasta el nivel de la comida. ¿Cuál es la mejor manera de verificar que los alimentos estén suficientemente fríos?

- a. Levantar los recipientes para ver si el hielo se ha derretido.
- b. Tapar los recipientes con comida.
- c. Usar un termómetro para verificar la temperatura del hielo.
- d. Usar un termómetro para verificar la temperatura de la comida.

119. ¿Cuál es la manera correcta de enfriar los alimentos?

- a. Dejarlos a temperatura ambiente por 2 horas y guardarlos en el refrigerador.
- b. Siempre enfriar los alimentos en la misma olla en que se cocinaron.
- c. Puede usar cualquier método para enfriar los alimentos siempre y cuando los recaliente a 165° F.
- d. Deben ser enfriados en recipientes de poca profundidad y destapados en el refrigerador.

120. ¿Cuando enfría alimentos, deben enfriarse hasta ____, en menos de 2 horas y 41° F en otras 4 horas?

- a. 70° F
- b. 90° F
- c. 100° F
- d. 110° F

121. ¿Cuando use guantes, qué tan seguido debe cambiarse los guantes y/o lavarse las manos?

- a. Debe cambiarse los guantes seguido pero no necesita lavarse las manos porque los guantes las protegen.
- b. No necesita cambiarse los guantes a menos que se rompan.

- c. Debe lavarse las manos y ponerse guantes nuevos cada vez que los guantes se rompan o contaminen.
- d. Debe usar desinfectante de manos y ponerse guantes nuevos cada vez que los guantes se rompan o contaminen.

122. ¿Qué tipo de alimentos causan el crecimiento rápido de bacteria?

- a. Limonada o jugo de naranja congelado.
- b. Alimentos húmedos alto en proteínas.
- c. Cereales secos.
- d. Cualquier alimento hecho un martes.

123. ¿Por qué debe cocinar los alimentos potencialmente peligrosos (tiempo/temperatura usado para controlar la seguridad alimentaria) hasta la temperatura correcta?

- a. Para que huelan y se vean bien y tengan buen gusto.
- b. Para bajar la acidez de la comida.
- c. Para que no se sequen.
- d. Para matar y destruir los gérmenes que pueden causar enfermedades.
- e. Todas las respuestas son correctas.

124. Usted no debe ir a trabajar si tiene cual de las siguientes síntomas:

- a. Vómito
- b. Fiebre
- c. Diarrea
- d. Todas las respuestas son correctas.

125. Para que los alimentos sean seguros y saludables, se requiere que pasen rápidamente por lo Zona de Peligro. ¿Porqué es importante enfriar los alimentos rápidamente?

- a. Para que los alimentos no pierdan nutrientes.
- b. Para evitar que la bacteria se reproduzca rápidamente en los alimentos.
- c. Para que los alimentos calientes no afecten la temperatura del refrigerador.
- d. Para que los alimentos sean fácil de recalentar.

126. ¿Cuál de los siguientes alimentos debe cocinarse hasta 165° F?

- a. Las aves.
- b. Carne molida.
- c. Carne de res.
- d. Los mariscos.
- e. Huevos que se van a servir inmediatamente.

127. Alimentos "listos para comer" son:

- a. Alimentos recién llegados de una fuente aprobada.
- b. Alimentos que deben ser recalentados hasta 165° F antes de servir.
- c. Alimentos húmedos, de muchas proteínas que permiten el crecimiento rápido de bacteria.
- d. Alimentos que no se cocinaron ni recalentaron antes de servirse al cliente.

128. ¿Cuál es el tiempo mínimo que debe desinfectar los platos y utensilios de cocina?

- a. 10 segundos
- b. 30 segundos
- c. 1 minuto
- d. 10 minutos

129. Si un cliente le avise que él tiene una alergia a algún alimento, ¿qué pasos debe tomar para evitar problemas?

- a. Remitir, Avisar, Re-hacer, y Aplicar
- b. Recalentar, Responder, Re-hacer, y Repasar
- c. Remitir, Repasar, Recordar y Responder
- d. Avisar, Reconocer, Aplicar, y Tomar acción

130. ¿El pescado debe cocinarse hasta qué temperatura?

- a. 145° F.
- b. 155° F.
- c. 165° F.
- d. 180° F.

- 1. d
- 2. a
- 3. e
- 4. b
- 5. b
- 6. b
- 7. d
- 8. c
- 9. c
- 10. a
- 11. d
- 12. a
- 13. b
- 14. b
- 15. b
- 16. a

17. c
18. a
19. d
20. b
21. a
22. d
23. b
24. d
25. c
26. a
27. a
28. d
29. c
30. a
31. c
32. c
33. a
34. a
35. c
36. a
37. a
38. c
39. b
40. d
41. c
42. e
43. b
44. d
45. a
46. d
47. d
48. a
49. a
50. e
51. b
52. b
53. b
54. b
55. d
56. b
57. a
58. d
59. a
60. b

- 61. c
- 62. b
- 63. c
- 64. d
- 65. c
- 66. a
- 67. d
- 68. d
- 69. c
- 70. a
- 71. a
- 72. a
- 73. b
- 74. d
- 75. c
- 76. d
- 77. b
- 78. c
- 79. a
- 80. e
- 81. a
- 82. c
- 83. e
- 84. b
- 85. a
- 86. a
- 87. c
- 88. d
- 89. b
- 90. b
- 91. c
- 92. a
- 93. d
- 94. b
- 95. b
- 96. d
- 97. c
- 98. d
- 99. c
- 100. e
- 101. e
- 102. b
- 103. d
- 104. a

105. c
106. a
107. c
108. c
109. a
110. c
111. c
112. a
113. b
114. b
115. b
116. d
117. c
118. d
119. d
120. a
121. c
122. b
123. d
124. d
125. b
126. a
127. a
128. b
129. c
130. a