식품 알레르기는 생명을 위협할 수 있는 심각한 질환입니다. 거의 모든 식품이 알레르기 반응을 일으킬 수 있지만, 미국에서는 9가지 주요 식품 알레르기 유발 물질이 가장 많은 식품 알레르기 반응을 일으킵니다. 요식업소 종사자는 주요 식품 알레르기 유발 물질, 알레르기 반응의 증상, 알레르기 유발 물질에 관해 손님과 소통하는 방법, 음식을 준비하거나 제공할 때 알레르기 유발 물질을 예방하는 방법 등 직무와 관련하여 식품 알레르기 유발 물질에 대한 교육을 받아야 합니다.

툴킷: 알레르기 유발 물질 인식

**참고:** 귀 업소에서 Active Managerial Control(AMC, 능동적 관리 통제)을 유지하는 데 도움을 받으시려면 본 문서를 사용하십시오. 필요에 따라 추가 정보는 지역 보건부에 꼭 문의하시기 바랍니다. ([www.doh.wa.gov/localhealthfoodcontacts](http://www.doh.wa.gov/localhealthfoodcontacts))

|  |
| --- |
| **섹션 1: 요식업소 정보** |
| **업소명**      | **전화**      |
| **거리(실제 주소)**      | **시**      | **우편번호**      | **이메일**      |
| **연락 담당자 성명**      | **직책 / 직위**      |
| **섹션 2: 메뉴 평가** |
| 식자재들을 평가하고 포장 라벨을 주의 깊게 읽어 잠재적 알레르기 유발 물질을 찾습니다. 귀 업소에서 사용되는 모든 식자재들을 선택하십시오. |
| [ ]  연어, 대구, 넙치, 틸라피아 등의 **생선** | [ ]  완두콩, 된장, 간장, 템페, 두부 등의 **콩류** |
| [ ]  게, 바닷가재, 새우 등 **조개 갑각류** | [ ]  땅콩버터, 땅콩가루, 혼합견과류 등의 **땅콩** |
| [ ]  계란, 에그노그, 머랭, 마요네즈 등의 **달걀** | [ ]  빵, 쿠스쿠스, 파스타, 밀싹 등의 **밀** |
| [ ]  버터, 치즈, 크림, 기버터, 우유 등의 **우유** | [ ]  참깨, 참기름, 타히니 등 **참깨** |
| [ ]  아몬드, 캐슈, 헤이즐넛, 마카다미아, 피칸, 잣, 피스타치오, 호두 등 **견과류** |
| **섹션 3: 식품 알레르기의 증상** |
| 서빙 종업원을 비롯한 모든 요식업소 종사자들은 식품 알레르기가 있는 손님에게서 주의해야 할 사항을 인지해야 합니다.심각한 반응이 나타나면 911에 전화하는 등 즉각적인 의학적 조치가 필요합니다. |
| * 두드러기
* 피부 화끈거림
* 입이 얼얼함
* 얼굴, 혀, 입술 부종
 | * 구토 또는 설사
* 기침 또는 쌕쌕거림
* 현기증, 의식 장애, 불안
* 목이 붓는 현상
 | * 복부 경련
* 호흡 곤란
* 의식 소실
* 다른 증상 발생 가능성
 |
| **섹션 4: 교차 접촉** |
| 식품 알레르기 유발 물질은 식품과 표면이 접촉할 때 옮겨질 수 있습니다. 알레르기 유발 식품을 준비할 때는 항상 깨끗한 주방 도구를 사용합니다. 적절히 조리해도 알레르기 유발 물질이 감소하지 않습니다. 조리 시 실수가 있었던 경우, 음식을 다시 만들어야 합니다. |
| **교차 접촉의 원인** | **예시** |
| **손(장갑을 착용한 경우에도) 및 조리기구** | * 아몬드를 만진 후 치즈 취급
* 동일한 주걱으로 생선 패티를 뒤집은 후 버거 패티 뒤집기
 |
| **도마, 냄비, 팬과 같은 표면** | * 그릴 표면 위에서 달걀 요리 후 같은 그릴 위에서 베이컨 요리
* 빵을 자른 후 도마 위에서 치즈 슬라이스하기
 |
| **증기, 튐, 부스러기** | * 조개 조리 시 발생하는 증기가 가까이 있는 음식에 뿌려짐
* 밀가루를 섞은 팬케이크 믹스를 베이컨 위에 퍼짐
 |
| **보관** | * 냉장고 안 채소에 우유가 흐름
* 게맛살이 조리된 게와 동일한 용기에 보관됨
 |
| **소스류** | * 땅콩버터를 펴 바르는 데 사용한 나이프를 젤리병에 넣음
* 홈메이드 샐러드 드레싱에 간장 추가
 |
| **조리액 및 식용유** | * 생선을 튀긴 후 채소를 볶을 때 생선 튀긴 식용유 재사용
* 빵가루를 입힌 치킨 텐더 조리 후 같은 튀김기에서 감자튀김 조리
 |
| **실수** | * 샐러드에서 크루통 빼내기
* 새로 조리하는 대신 접시에서 달걀 긁어내기
 |
| **교차 접촉을 방지하세요.** 세제와 물로 청소하면 표면에서 알레르기 유발 물질이 제거됩니다. 사용 전에 모든 조리기구와 식품 접촉 표면을 닦고, 헹구고, 살균하고 공기 중에서 건조시킵니다. 각 알레르기 유발 물질로 인해 해가 되지 않는 식사를 위해 식자재는 다음을 깨끗한 상태로 사용하십시오.* 양손
* 주걱, 숟가락, 칼, 장갑 등의 조리기구
* 도마, 냄비, 팬, 베이킹 시트 등의 표면
* 식용유와 물
 |



툴킷: 알레르기 유발 물질 인식

|  |
| --- |
| **섹션 5: 숨겨진 알레르기 유발원** |
| 조리되거나 포장된 식품에는 알레르기 유발원이 숨어있을 수 있습니다. "성분"과 "함유"를 꼼꼼히 살피세요. 다음 예는 알레르기 유발 물질의 존재를 나타낼 수 있지만 완전한 목록은 아닙니다. |
| **조개 갑각류** | 부야베스, 오징어 먹물, 어분, 액젓, 생선 육수, 글루코사민, 해산물 조미료 분말, 해산물 요리 증기, 연육 |
| **달걀** | 알부민, 결합제, 유화제, 글로불린, 리베틴, 레시틴, 라이소자임, "ova(난)" 또는 "ovo(알)"로 시작하는 단어, 난황 |
| **생선** | 샐러드 드레싱의 멸치류, 바비큐 및 우스터 소스, 어분, 피쉬 소스(누옥맘), 생선 육수, 코셔 젤라틴, 오일, 어란, 해산물 조리 증기, 해산물 향료, 상어 연골/지느러미, 연육 |
| **우유** | 인공버터향, 캐러멜색소/향료, 카세인, 기버터, 락트알부민인산, 유산균종균배양액, 유당, 천연착향료, 레넷카제인, 탈지분유, 고형분, 신유, 타가토스, 유청, 요구르트 |
| **땅콩** | 아프리카, 아시아, 멕시코 요리 및 소스; 아라키스 오일, 땅콩 오일(고도 정제 제외), 유화제, 향료, 마지팬, 땅콩 버터, 해바라기씨(공용 설비에서 처리되는 경우) |
| **참깨** | 빵, 번, 시리얼, 쿠키, 크래커, 팔라펠, 후무스, 마가린, 멜바 토스트, 프레첼, 단백질 바, 샐러드 드레싱, 참깨가루, 참기름, 볶음 요리, 스시, 타히니, 템페 |
| **콩** | 풋콩, 구아검, 가수분해 식물성 단백질(HVP), 레시틴, MSG, 단백질 증량제, 쇼유, 간장, 대두유(고도 정제 제외), 전분, 타마리, 템페, 콩고기 |
| **견과류**  | 인공 견과류, 바클라바, 잔두야, 그래놀라 바, 리치, 마카롱, 마지팬, 누가, 견과류 증류액/알코올 추출물, 견과류 추출물, 견과류 가루, 견과류 오일, 견과류 페이스트, 페스토, 잣, 프랄린, 윈터그린 향료 |
| **밀** | 빵가루, 불구르, 밀기울, 옥수수 전분, 곡식 가루, 통보리, 밀가루, 프리카, 호화 전분, 글루텐, 가수분해 식물성 단백질, 카무트, 마차, 변성 전분, MSG, 단백질, 세몰리나, 스펠트밀, 전분, 라이밀, 천연 검, 식물성 전분, 활성글루텐, 밀배아유, 밀싹 |
| **섹션 6: 고지 및 교육** |
| **종사자 교육:** 종사자는 다음에 대해 적절한 교육을 받아야 합니다. |
| * 9가지 주요 식품 알레르기 유발 물질 파악
* 알레르기 반응의 증상
* 알레르기 반응이 있는 경우 대처 방법
 | * 손님, PIC(업무 담당자), 지정 직원 간의 소통
* 교차 접촉 예방을 위한 청소 및 소독
* 알레르기 유발 물질 예방을 위한 음식 준비 또는 대체 방법
 |
| [ ]  | 알레르기 유발 물질로 인해 해가 되지 않는 친화적 식사를 준비하거나 다른 식사 옵션이 필요한지 결정하기 위한 교육을 받을 담당자[ ]  전 종사자 [ ]  담당자/매니저 [ ]  메인 셰프/요리사 [ ]  기타:       |
| [ ]  | 프론트 담당 직원이 알레르기 유발 물질이 없는 식사 요청을 매니저나 주방 직원에게 알리는 방법[ ]  구두 [ ]  서면 [ ]  두 가지 – 서면 및 구두 [ ]  기타:       |
| [ ]  | 종사자 교육 실시 빈도[ ]  채용 시 [ ]  매년 [ ]  오류가 관찰된 경우 [ ]  기타:       |
| [ ]  | 종사자 교육 실시 방식[ ]  문서 읽기 및 서명 [ ]  안내문 게시 [ ]  온라인/강의실 알레르기 유발 물질 교육 [ ]  기타:       |
| [ ]  | 알레르기 유발 물질로 인해 해가 되지 않는 친화적 옵션에 대해 서면으로 손님에게 알리는 방식[ ]  메뉴판 [ ]  입구에 게시된 안내문 [ ]  판매 시 [ ]  기타:       |
| **섹션 7: 업소별 추가 정보** |
|       |
| **섹션 8: 서명** |
| 계획 준비자:       |
|                    |
| 서명 날짜 | 성명 정자체 전화번호 |