

گفت‌وگویی دوستانه با کارکنان
خوب آشپزخانه مرکزی حجاج



www.ketab.ir

سرشناسه: اصفهانی، محمد مهدی، ۱۳۲۴
عنوان و نام پدیدآور: گفتگوی دوستانه با کارکنان خوب آشپزخانه مرکزی حجاج/
نویسنده محمد مهدی اصفهانی
مشخصات نشر: تهران: مؤسسه آموزش عالی علمی - کاربردی هلال ایران (وابسته به
جمعیت هلال احمر)، ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری: ۲۴ ص
شابک ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۰-۸۸-۴
وضعیت فهرست نویسی: فیا
موضوع: حج - بهداشت
موضوع: مواد غذایی - بهداشت
موضوع: مواد غذایی - نگهداری
شناسه افزوده: مؤسسه آموزش عالی علمی - کاربردی هلال ایران
رده بندی کنگره: ۷۱۳۹۱ گک ۷۷۵ الف ۸۱/۸ PB
رده بندی دیویی: ۲۹۷/۳۵۷
شماره کتابشناسی ملی: ۲۹۱۸۴۹۹

گفتگوی دوستانه با کارکنان خوب آشپزخانه مرکزی حجاج

تألیف: محمد مهدی اصفهانی
ناشر: مؤسسه آموزش عالی علمی - کاربردی هلال ایران (وابسته به جمعیت
هلال احمر)
تنظیم و صفحه آرایی: مژگان پاینده داری نژاد
شمارگان: ۳۰۰۰ جلد
تاریخ و نوبت چاپ: اول - پاییز ۱۳۹۱
رابطان

کلیه حقوق اعم از چاپ، تکثیر و نسخه برداری برای ناشر محفوظ است.
(نقل مطالب با ذکر مأخذ بلامانع است)
نشانی: تهران، میدان فلسطین، خ ایتالیا، مؤسسه آموزش عالی علمی - کاربردی هلال
ایران، شماره ۱
تلفن: ۶۰-۸۸۹۹۳۹۵۹ دورنگار: ۸۸۹۵۴۰۰۷ کدپستی: ۱۴۱۶۶۴۴۹۹۳
وب سایت: www.helal-uast.ac.ir
پست الکترونیکی: info@helal-uast.ac.ir

فهرست مطالب

۷	پیشگفتار.....
۹	گفتگو دوستانه با کارکنانِ خوبِ آشپزخانه مرکزی حجاج ...
۹	ادبیت کلاسیک.....
۱۰	بهداشت فردی.....
۱۰	بهداشت اجتماعی.....
۱۱	خدایا! به ما کمک کن.....
۱۱	غذاهای سالم و غذاهای آلوده.....
۱۲	آلودگی مواد غذایی.....
۱۳	بهداشت آشپزخانه.....
۱۳	یخچال، سردخانه، فریزر.....
۱۵	چگونه مواد یخ زده را آماده پخت کنیم؟.....
۱۵	داغ کردن روغن.....
۱۶	طبخ مرغ و جوجه کباب.....
۱۶	طبخ کباب.....
۱۷	استفاده از دست یا دست کش هنگام توزیع غذای پخته.....
۱۸	نگهداری غذای پخته.....
۱۸	پیش گیری از مسمومیت های غذایی.....
۲۰	زنجیره داغ.....
۲۰	چند سخن کوتاه درباره چند ماده خوردنی و آشامیدنی.....
۲۳	به این سؤال ها جواب بدهید!.....
۲۴	فهرست منابع.....

پیشگفتار

همه سال تعدادی از هموطنان ما برای ادای فریضه حج به کشور عربستان می‌روند. اما این به باعث می‌شود افراد بیشترین بهره را از فرائض این سفرستان، دانستن جسمی سالم و بدون ناراحتی است. این مسؤولیت، همه جانبه است و پاسداری از تندرستی این جمعیت انبوه، که در میان آنان به لحاظ دگانه، جوانان، افراد نیازمند به مراقبت‌های ویژه، همه با هم در حوز سرزمینی دور از خانه و خانواده، در دیاری با مسائل خاص اندکی اجتماعی و فرهنگی، در کنار میلیون‌ها میهمان، از شرق و غرب و شمال و جنوب این جهان پهناور حضور دارند، ضرورت توجه به مسائل خاص بهداشتی را به شدت طلب می‌کند.

همانگونه که مراقبت‌های بهداشتی و رعایت دستورالعمل‌های مربوطه می‌تواند از وقوع هر حادثه ناگوار و خطرات جانی به آسانی پیشگیری نماید. سهل‌انگاری در مسائل مربوط به تأمین تندرستی زائران نیز می‌تواند خطرات جدی بدنبال داشته باشد. تبیین و تشریح جنبه‌های مختلف بهداشتی در سفرهای زیارتی نقش مهمی در ارتقا سفر حج دارد. حفظ سلامتی

زائران برای بهره‌گیری از فضای معنوی حج از عمده‌ترین دغدغه‌های دست‌اندرکاران مرکز پزشکی حج و زیارت جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران می‌باشد.

مجموعه حاضر حاصل تلاش‌ها و تجربیات ارزنده و ارزشمند آقایان دکتر امین رضا طباطبایی و مهندس نعمت‌الله حیف می‌باشد که پس از سال‌ها کسب تجربه در این عرصه به رشته تحریر درآورده‌اند. آنچه در این کتاب ملاحظه می‌ماند کوششی در جهت آشنا ساختن عوامل اجرایی و مدیران با مهم‌ترین ابعاد و جوانب بهداشتی در سفرهای زیارتی می‌باشد. لذا سبب شده است با توجه به اهمیت مسأله، مدیران محترم کاروان‌ها به‌منوویب‌ت‌س‌گین و دشواری که پذیرفته‌اند، توجه خاصی نمایند و نسبت به رعایت اصول بیان شده در این کتاب نظارت جدی و مداوم داشته باشند. شرایط مناسبی برای زائران فراهم آورند.

همچنین از زحمات همکاران محترم معاونت پژوهش مؤسسه آموزش عالی علمی کاربردی هلال ایران که در تهیه این مجموعه تلاش بسیار نموده‌اند تشکر و قدردانی می‌نمایم.

دکتر سید علی ریاض

دکتر سید صمد آقامیری

رئیس هیأت پزشکی حج

رئیس مؤسسه آموزش عالی علمی کاربردی هلال ایران