

Пять ключевых правил по профилактике пищевых инфекций

1. Поддерживайте чистоту:



чаще мойте руки перед тем, как брать продукты;



вымойте и продезинфицируйте все поверхности и кухонные принадлежности, используемые для приготовления пищи;



предохраняйте кухню от проникновения насекомых, грызунов и других животных.

2. Отделяйте сырое и приготовленное:



храните продукты в закрытой посуде;



используйте для различных продуктов отдельные кухонные принадлежности, ножи и разделочные доски.

3. Хорошо прожаривайте или проваривайте продукты:



доводите супы и жаркое до кипения, соки мяса или птицы должны быть прозрачными, а не розовыми;



хорошо прогревайте приготовленные продукты.

4. Храните продукты при безопасной температуре:



не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа;



охлаждайте без задержки все приготовленные и скоропортящиеся пищевые продукты до 5° C и ниже;



держите приготовленные блюда горячими (выше 60° C) вплоть до сервировки;



не храните пищу долго, даже в холодильнике;



размораживайте продукты в холодильнике или быстро при помощи СВЧ-печей.

5. Используйте безопасную воду и безопасные сырые продукты:



для питья - бутилированную или кипяченую воду;



выбирайте продукты, подвергнутые обработке, например, пастеризованное молоко;



тщательно мойте или ошпаривайте фрукты и овощи;



не употребляйте продукты с истекшим сроком годности.