

Основні правила профілактики гострих кишкових інфекцій



Правило №1. Чистота – понад усе

Обов'язково мийте руки після відвідування туалету
Обов'язково мийте руки перед приготуванням їжі
Ретельно мийте всі поверхні і кухонне приладдя
Боріться з гризунами і комахами



Правило №2. Сире – окремо від готового

Зберігайте сире м'ясо, птицю і морепродукти окремо від інших харчових продуктів
Використовуйте для сирих продуктів окремі ножі і розробні дошки
Зберігайте продукти в закритому посуді, нарізно сирі і готові



Правило №3. Прожарювати і проварювати – як належить

Ретельно прожарюйте і проварюйте продукти
Розігриваючи супи і борщі, доводьте їх до кипіння
Готовність м'яса або птиці визначаєте за кольором соків (вони мають бути прозорими)



Правило 4. Зберігати продукти в холодильнику

Не залишайте приготовлену їжу при кімнатній температурі понад 2 години
Зберігайте всі приготовлені і швидкопсувні страви в холодильнику
Не зберігайте їжу довго, навіть у холодильнику



Правило 5. Вживати лише свіжі і якісні продукти

Вибирайте свіжі продукти, без ознак псування
Мийте фрукти і овочі чистою проточною водою
Не вживайте продукти, термін придатності яких минув
Не готуйте страви у великих кількостях, з запасом
Для пиття використовуйте лише кип'ячену або бутильовану воду