

# Zasady przechowywania żywności



## **Chłodzenie i mrożenie:**

- Umieszczaj w lodówce lub zamrażarce produkty szybko psujące się natychmiast po zakupie.
- Produkty wymagających chłodzenia pozostawiaj w temperaturze pokojowej nie dłużej niż 2 godziny (transport zakupów / stygnięcie potraw).
- Ustaw temperaturę w lodówce na 4°C lub niżej, a w zamrażarce na -18°C. Sprawdzaj temperatury regularnie.

## **Zachowanie świeżości żywności:**

- Zużywaj produkty przygotowane do spożycia jak najszybciej.
- Zwracaj uwagę na zepsutą żywność; jeśli coś wygląda lub pachnie podejrzanie, wyrzuć to.

## **Higiena i bezpieczeństwo w trakcie przechowywania żywności:**

- Regularnie czyść lodówkę i natychmiast usuwaj rozlane płyny.
- Przechowuj żywność w przykrytych pojemnikach lub szczelnych torebkach.
- Sprawdzaj daty ważności i zwracaj uwagę na instrukcje przechowywania na etykietach.

## **Mrożenie:**

- Żywność prawidłowo zamrożona jest bezpieczna do spożycia. Zamrażanie nie zmniejsza wartości odżywczych, ale może wpłynąć na jej jakość.
- W przypadku utraty energii elektrycznej: szczelnie zamknij drzwi lodówki i zamrażarki. Po przywróceniu zasilania, sprawdź bezpieczeństwo przechowywanej żywności, zwracając uwagę na temperaturę i stan produktów.

## **Produkty suche, niewymagające przechowywania chłodniczego:**

- Sprawdzaj stan opakowań, na bieżąco kontroluj datę ważności
- Przechowuj żywność z dala od środków chemicznych i produktów do czyszczenia.
- Nie stosuj opakowań zastępczych np. nie przelewaj środków chemicznych do butelek po napojach lub słoików po żywności.

## **Правила зберігання харчових продуктів:**

### **Охолодження та заморожування:**

- Поміщайте швидкопсувні продукти в холодильник або морозильну камеру відразу після покупки.
- Продукти, які потребують охолодження, можна залишати при кімнатній температурі не більш 2 годин (транспортування покупок/охолодження їжі).
- Встановіть температуру у холодильнику на 4°C або нижче, а в морозильній камері на -18°C. Регулярно перевіряйте температуру.

### **Збереження їжі свіжою:**

- Вживайте готові до споживання продукти якомога швидше.
- Звертайте увагу на зіпсовані продукти харчування: якщо щось виглядає або пахне підозріло, викиньте це.

### **Гігієна та безпека при збереженні харчових продуктів:**

- Регулярно мийте холодильник і одразу усувайте розлиті речовини.
- Зберігайте їжу в закритих контейнерах або герметичних пакетах.
- Перевірте терміни придатності та звертайте увагу на інструкцію щодо зберігання на етикетках

### **Замороження:**

- Правильно заморожені продукти безпечні для споживання. Заморожування не знижує харчову цінність, але може вплинути на його якість.
- У разі зникнення електроенергії: щільно закрийте двері холодильника та морозильника. Після відновлення електроживлення перевірте безпеку продуктів, що зберігаються, звертаючи увагу на температуру та стан продуктів.

### **Сухі продукти, які не вимагають зберігання в холодильнику:**

- Перевірте стан упаковки та перевірте термін придатності.
- Зберігайте їжу подалі від хімікатів і засобів для чищення.
- Уникайте повторного використання упаковки, наприклад, не наливайте хімікати в пляшки з-під напоїв або банки з-під їжі.