

# П'ять кроків для безпечного харчування



## Зберігайте чистоту

- ✓ Мийте руки перед обробкою та приготуванням їжі.
- ✓ Мийте руки після виходу з туалету.



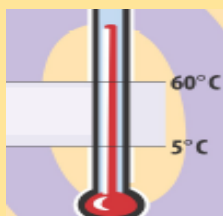
## Відокремлюйте сирі їжу від вареної

- ✓ Відокремте сире м'ясо, птицю, морепродукти від інших продуктів.
- ✓ Для приготування сирої їжі використовуйте окремий посуд і предмети, такі як ножі та обробні дошки.



## Варіть ретельно

- ✓ Дотримуйтесь правил варіння, особливо м'яса, птиці, яєць та морепродуктів.
- ✓ Підігріту їжу перед вживанням треба повторно підігріти до температури вище 70°C



## Зберігайте їжу в правильній температурі

- ✓ Не залишайте приготовлену (зварену) їжу при кімнатній температурі більше ніж на дві години.
- ✓ Не зберігайте їжу занадто довго, навіть якщо ви зберігаєте її в холодильнику.



## Використовуйте безпечну воду та продукти харчування

- ✓ Вибирай для споживання тільки свіжі та здорові продукти.
- ✓ Вибирай для споживання тільки свіжі та здорові продукти.



Підготовано спираючись на матеріали

