

Zalecenia dla konsumentów

w zakresie bezpiecznego spożycia owoców i warzyw



Przyczyną zaburzeń żołądkowo - jelitowych lub innych chorób np. żółtaczkę pokarmową może być spożycie świeżych lub mrożonych owoców i warzyw (spożywanych po rozmrożeniu w stanie surowym) zanieczyszczonych drobnoustrojami chorobotwórczymi.

Celem uniknięcia ww. zachorowań konieczne jest zachowanie podstawowych zasad bezpiecznego spożywania surowych owoców i warzyw:

JAKOŚĆ KUPOWANEJ ŻYWNOŚCI

☞ Kupuj żywność wiadomego pochodzenia.

JAKOŚĆ STOSOWANEJ WODY

☞ Do przygotowywania posiłków (w tym mycia owoców i warzyw) używaj wody zdatnej do picia. Jeśli masz wątpliwości co do jej jakości - używaj wody przegotowanej.

HIGIENA W CZASIE PRZYGOTOWYWANIA POSIŁKÓW

- ☞ Zawsze myj ręce po wyjściu z toalety oraz przed przystąpieniem do przygotowywania posiłków.
- ☞ Jeśli odczuwasz takie objawy jak np.: biegunka, wymioty, zachowaj szczególną ostrożność przy przygotowywaniu potraw!
- ☞ Myj dokładnie pod bieżącą wodą owoce i warzywa, szczególnie jeśli będziesz je spożywać na surowo.
- ☞ Dbaj o czystość naczyń i sprzętu kuchennego.
- ☞ Używaj oddzielnych noży i desek do przygotowywania surowej żywności.
- ☞ Oddzielaj produkty surowe od gotowych do spożycia.



Kupuj świadomie !



Myj przed jedzeniem !



Często myj ręce !