

БОРИТЕСЬ С БАКТЕРИЯМИ! ЧЕТЫРЕ ШАГА ПО БЕЗОПАСНОМУ ОБРАЩЕНИЮ С ПРОДУКТАМИ.

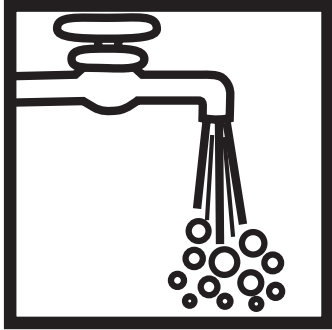
В продуктах могут быть враги без запаха и вкуса, которых нельзя ни увидеть, ни почувствовать. Они могут заставить Вас заболеть. Они называются бактериями.

Вы можете уберечь свои продукты от бактерий. Боритесь с ними следующими четырьмя способами:



1. ЧИСТОТА:

Часто мойте руки и посуду



Микробы могут распространяться по кухне. Они могут обитать в кухонных принадлежностях, а также на столе. Вы можете бороться с ними при помощи:

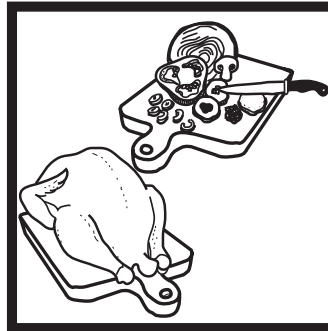
- ◆ Мытья рук горячей водой и мылом перед тем, как прикасаться к еде.

◆ Мытья доски для резания продуктов, посуды, кухонных принадлежностей и верхней части кухонного стола горячей водой и мылом после приготовления мяса, цыплят и рыбы, а также перед новым использованием.

◆ Частого стирания тряпок для мытья посуды в горячей воде в стиральной машине.

2. ХРАНИТЕ РАЗНЫЕ ПРОДУКТЫ ОТДЕЛЬНО:

Не допускайте заражения пищи от других продуктов.



Микробы могут распространяться от одних продуктов к другим. Вы можете бороться с ними при помощи:

◆ Хранения рыбы и сырого мяса отдельно от других продуктов при их покупке.

◆ Хранения рыбы, птицы и сырого мяса под другими видами продуктов в холодильнике.

◆ Использования чистой тарелки для мяса и рыбы после их приготовления

3. ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Готовьте пищу при безопасной температуре.



Тепло убивает микробы, живущие в продуктах. Вы можете бороться с ними при помощи:

- ◆ Тщательного приготовления пищи.
- ◆ Пользуясь термометром для проверки годности приготовленной пищи.

◆ Приготовления яиц до тех пор, пока желток и белок не затвердеют.

◆ При приготовлении пищи в микроволновой печи мешайте и вращайте еду. Прогрейте её со всех сторон.

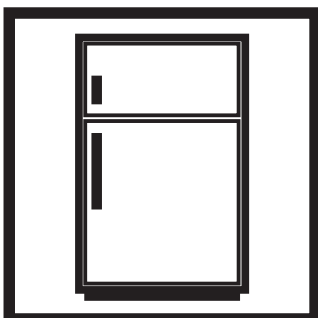
Сырые продукты

Температура, при которой они портятся (по Фаренгейту)

Говядина, свинина, телятина, жаркое из баранины и бифштекс:	
средне прожаренные	160
хорошо прожаренные	170
Цыплёнок - целый и кусочками	180
Молотая говядина, свинина, баранина и телятина	160
Молотый цыплёнок, индюк	165
Свежая ветчина и колбаса	160
Отдельно приготовленная начинка	165
Целый индюк, без начинки	180
Индюк из чёрного мяса	180
Индюк из белого мяса	170

4. ХРАНЕНИЕ

Немедленно поместите продукты в холодильник.



Холод замедляет размножение вредных бактерий. Установите в Вашем холодильнике температуру 40 градусов по Фаренгейту либо ниже, а в морозильнике - 0 градусов по Фаренгейту. Вы можете бороться с бактериями при помощи:

- ◆ Разделения остатков пищи на маленькие кусочки и помещения её в холодильник на два часа для охлаждения.
- ◆ Маринования продуктов, хранящихся в холодильнике.
- ◆ Размораживания продуктов в холодильнике (не при комнатной температуре). Вы можете также размораживать продукты под струёй холодной воды либо в микроволновой печи. Немедленно готовьте размороженные продукты.

БОРИТЕСЬ ЛИ ВЫ С БАКТЕРИЯМИ? ПРОВЕРЬТЕ СЕБЯ!

ПРИМИТЕ ВЫЗОВ БОРЬБЫ С БАКТЕРИЯМИ

(ответы приведены ниже)

ПРОВЕРЬТЕ, ПРИДЕРЖИВАЕТЕСЬ ЛИ ВЫ ПРАВИЛ БЕЗОПАСНОГО ОБРАЩЕНИЯ С ЕДОЙ? ПОСТАВЬТЕ СООТВЕТСТВУЮЩУЮ ЦИФРУ НАПРОТИВ КАЖДОГО УТВЕРЖДЕНИЯ.

- а. Количество секунд, на протяжении которых Вы моете руки _____
- б. Температура в Вашем холодильнике _____
- в. Вы готовите цыпленка при температуре _____
- г. Температура пищи, находящейся в холодильнике на протяжении 2 часов _____

НАЙДИТЕ НА РИСУНКЕ ОШИБКИ, ДОПУЩЕННЫЕ ПРИ ОБРАЩЕНИИ С ЕДОЙ (ответы приведены ниже)



БОРИТЕСЬ ЛИ ВЫ С БАКТЕРИЯМИ?

Отметьте ответ, который лучше всего характеризует насколько часто Вы:			
	Никогда	Иногда	Всегда
1. Моете руки с водой и с мылом после работы с сырым мясом и птицей			
2. Моете доску для резанья продуктов, посуду, и верх ухонного стола после пользования ними			
3. Используете отдельную, чистую тарелку для мяса, птицы и рыбы после их приготовления			
4. Размораживаете пищу в холодильнике			
5. Пользуетесь термометром для проверки годности приготовленной пищи			
6. Кладёте остатки пищи в холодильник или морозильник на 2 часа			
7. Делите пищу на маленькие порции для охлаждения			
8. Пользуетесь отдельными ложками для приготовления пищи и её употребления			

Если Вы ответили “Всегда” семь или больше раз, Вы отлично боретесь с бактериями! Наши поздравления! Если Вы ответили “Всегда” пять или шесть раз, Вы могли бы бороться с бактериями ещё лучше. Если Вы ответили “Всегда” четыре раза, либо меньше, бактерии могут победить Вас!

Насколько хорошо Вы боретесь с бактериями?

Сравните свои показатели с требованиями безопасного обращения с пищей с данными, приведёнными ниже:

- а. Чистота - мыть руки в течение 20 секунд.
- б. Содержать пищу в холодильнике при температуре 40 градусов по Фаренгейту.
- в. Готовить цыплёнка и другую птицу при температуре 180 градусов по Фаренгейту.
- г. Содержать остатки еды в холодильнике при температуре по меньшей мере 70 градусов по Фаренгейту по истечении двух часов (40 градусов по Фаренгейту в течении четырёх часов).

9/ 98 Adapted from *Fight BAC!*™ Four Simple Steps to Food Safety by UMass Extension Nutrition Education Program with support from U. S. Food & Drug Administration and the Northeast Food and Drug Officials Association in cooperation with the Massachusetts Partnership for Food Safety Education

United States Department of Agriculture cooperating. UMass Extension provides equal opportunity in programs and employment. NU-0096:4/99(Russian)

Ответы на вопросы относительно ошибок, допущенных при обращении с продуктами!

- Женщина не пользуется отдельными ложками для приготовления пищи и её употребления.
- Волосы женщины не зачёсаны назад при приготовлении пищи.
- На консервной банке супа имеется вмятина, что может быть небезопасно для здоровья.
- Пакеты с едой являются открытыми, что может привести к попаданию в них насекомых и грызунов.
- Мальчик загрязняет цыплёнка своим чиханием.
- Из цыплёнка течёт жидкость, которая загрязняет вещи, находящиеся в ящике стола.
- Цыплёнок не содержится в холодильнике.
- Молоко не содержится в холодильнике.
- Ребёнок не помыл руки после того, как дотрагивался (дотрагивалась) до кошки перед тем, как есть.
- Чашку, из которой пролилось молоко, необходимо помыть перед тем, как давать ребёнку пить из неё.
- Пачка хлопьев, находящаяся под раковиной, не хранится в сухом месте.
- Корзина для мусора является открытой. Мусор не был выброшен до того, как на него слетелись мухи.

Find the Food Safety Mistakes from Keeping Food Safe, University of Wisconsin Extension 1993, Hawley Wright illustrator