

Новый год - это пора больших покупок, изобилия еды и кулинарных шедевров, но для того чтобы встретить праздники в здравии, а не на больничной койке, необходимо знать, что наиболее опасными для возникновения инфекции являются многокомпонентные салаты (в первую очередь заправленные майонезом и сметаной), кондитерские изделия с кремом, шаурма, изделия из рубленого мяса (котлеты, рулеты, паштеты), студень и др. На поверхности плохо промытых овощей могут оставаться возбудители кишечных инфекций.

Если вы приобретаете готовую пищу в магазине, обратите внимание на время изготовления продукта и срок его реализации. Полуфабрикаты, изделия из мяса обязательно подвергайте повторной термической обработке, а пирожные с кремом, торты храните только в холодильнике и не забывайте о том, что это — скоропортящиеся продукты.

Во время приготовления пищи в домашних условиях необходимо придерживаться следующих рекомендаций:

- соблюдайте правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящиеся
- тщательно промывать (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты
- салаты, изделия из рубленого мяса, студень готовьте в домашних условиях в небольшом количестве, чтобы не хранить остатки блюд более суток
- не смешивайте свежеприготовленную пищу с остатками от предыдущего дня, если готовая пища остается на другой день, то перед употреблением ее необходимо прокипятить или прожарить
- пирожные, торты с кремом необходимо хранить в холодильнике, не забывая о том, что это скоропортящиеся продукты
- не храните скоропортящиеся продукты и готовые салаты при комнатной температуре более двух часов
- ни в коем случае не заниматься приготовлением пищи для семьи и гостей, если чувствуете себя не здоровым (особенно при расстройстве стула, тошноте, боли в животе)!