**Пять ключевых правил по профилактике пищевых инфекций**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |
| --- |
| ***1. Поддерживайте чистоту:***   * мойте руки, перед тем как брать продукты и приготовить пищу; * мойте руки после туалета; * вымойте и продезинфицируйте все поверхности и кухонные принадлежности, используемые для приготовления пищи; * предохраняйте кухню и продукты от насекомых, грызунов и других животных.   ***2. Отделяйте сырое и приготовленное:***   * отделяйте сырое мясо, птицу и морские продукты от других пищевых продуктов; * для обработки сырых продуктов пользуйтесь отдельными кухонными приборами и принадлежностями, такими как ножи и разделочные доски; * храните продукты в закрытой посуде, для предотвращения контакта между сырыми и готовыми продуктами.   ***3. Хорошо прожаривайте или проваривайте продукты:***   * тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты; * доводите такие блюда, как супы и жаркое, до кипения, чтобы быть уверенными, что они достигли 70°С При готовке мяса или птицы, их соки должны быть прозрачными, а не розовыми. Рекомендуется использование термометра; * тщательно подогревайте приготовленные продукты.   ***4. Храните продукты при безопасной температуре:***   * не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа; * охлаждайте без задержки все приготовленные и скоропортящиеся пищевые продукты (желательно ниже 5° С); * держите приготовленные блюда горячими (выше 60° С) вплоть до сервировки; * не храните пищу долго, даже в холодильнике; * не размораживайте продукты при комнатной температуре.   ***5. Используйте безопасную воду и безопасные сырые продукты:***   * используйте безопасную воду или обеспечьте ее безопасность в результате обработки; * выбирайте продукты, подвергнутые обработке в целях повышения их безопасности, например, пастеризованное молоко; * мойте фрукты и овощи, особенно когда они подаются в сыром виде; * не употребляйте продукты с истекшим сроком годности.   **Рекомендации Министерства здравоохранения Республики Беларусь** |