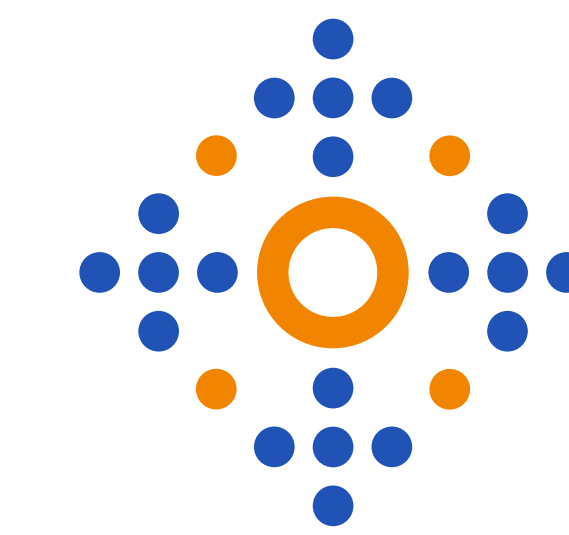




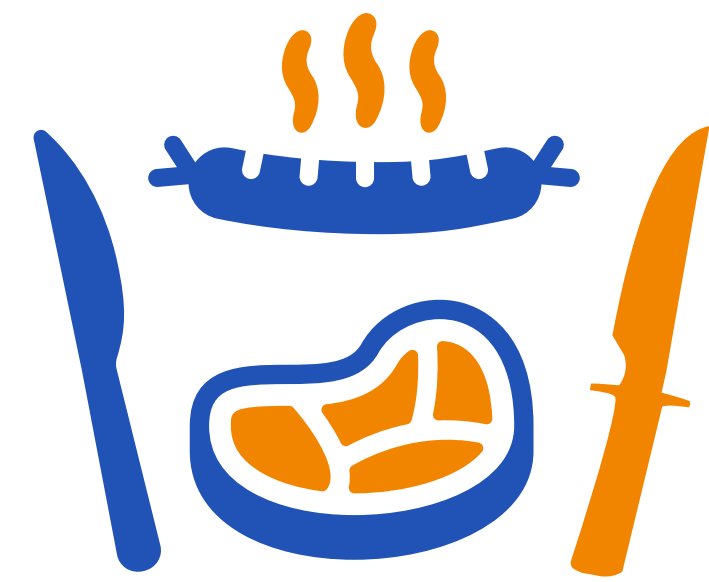
ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я

ПРОСТІ ПРАВИЛА, ЩОБ УНИКНУТИ ХАРЧОВИХ ОТРУЄНЬ

1 ГІГІЄНА



мийте руки з милом
перед їдою та після вулиці

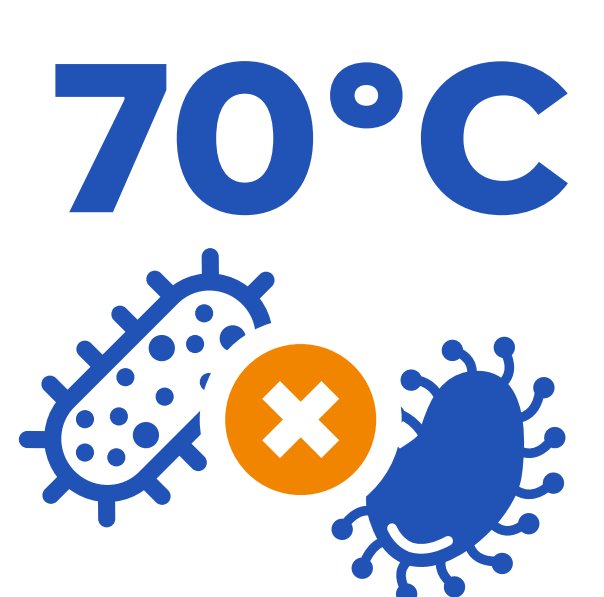


окремі ножі/дошки
для сирого й готового



ретельно вимивайте
овочі та фрукти

3 ТЕРМІЧНА ОБРОБКА



за температури **+70°C** гинуть
майже всі небезпечні
мікроорганізми



ретельно **проварюйте / просма-
жуйте** м'ясо, фарш, рибу, птицю



не вживайте продукти, які мають
підозрілий запах, смак або вигляд

2 ЗБЕРІГАННЯ



швидкопсувні продукти одразу
кладіть у холодильник (до +5°C)



не зберігайте готову їжу за
кімнатної температури довше
ніж 2 години



зберігайте продукти
у закритому посуді,
окремо сирі та готові

4 БЕЗПЕЧНА ВОДА



намагайтеся вживати
бутильовану воду



кип'ятіть воду з колодязів/бюветів



**не використовуйте воду з
відкритих водойм** для миття
овочів чи посуду