

## **Пищевая безопасность. Советы по безопасному хранению продуктов.**

Нарушение условий хранения и сроков годности продуктов становится основной причиной их порчи. Именно этот фактор провоцирует до 80% пищевых отравлений. Источник возникновения в продуктах токсичных веществ - оказавшиеся в благоприятных условиях микроорганизмы. Для размножения им нужны питательные вещества, достаточное количество влаги, тепло и время. Активный рост большинства патогенных бактерий происходит при благоприятной для них температуре - выше 20 градусов.

Некоторым видам бактерий достаточно всего получаса, чтобы их популяция достигла размера, способного серьёзно навредить человеку. Например, золотистые стафилококки очень любят селиться в тортах, пирожных, мясных салатах и продуктах из мясного фарша. Когда эти микробы активно размножаются в пищевых продуктах, в них одновременно накапливается энтеротоксин. Это ядовитое вещество при попадании в желудочно-кишечный тракт человека вызывает гастроэнтерит с резкой интоксикацией. Основные симптомы: головная боль, тошнота, многократная рвота, иногда температура и диарея. Другие микроорганизмы размножаются дольше, но бывают не менее опасными.

Микробы обычно попадают в пищу с рук и носоглотки того, кто её готовил. Особенно, если у «повара» на пальцах есть повреждения кожи, нарывы. Если он болен ангиной или фарингитом, то стафилококки попадают в еду при кашле и чихании.

### Как хранить продукты питания

Скоропортящиеся продукты нельзя оставлять при комнатной температуре более 2 часов. Если вы их не использовали в пищу сразу, храните при температуре не выше +6 градусов, поместив в контейнер с плотно закрывающейся крышкой.

Строго соблюдайте указанные на этикетке продукта сроки и температуру хранения.

Изучите инструкцию к холодильнику и всегда помещайте продукты на нужные полки и отделения, чтобы обеспечить им оптимальную температуру.

Приготовленные дома продукты можно хранить в холодильнике, используя правила для продукции общественного питания.

Все продукты из мяса, птицы и рыбы могут пролежать в закрытом контейнере и оставаться безопасными не более суток, исключение до 48 часов можно сделать только для тщательно термически обработанных продуктов.

Многокомпонентные салаты и блюда из овощей без заправок хранятся 24 часа. С добавлением сметаны, майонеза или растительного масла - всего несколько часов.

Первые блюда могут постоять дольше. При правильном разогревании продукта (доведение до кипения) микроорганизмы в них разрушаются.

Для безопасного хранения продукты после приготовления необходимо поместить в холодильник с температурой от 4 до 6 градусов. При этом процессы жизнедеятельности микроорганизмов резко замедляются. Эта мера способна в значительной степени обезопасить от угрозы пищевого отравления. Однако сроки хранения продуктов в холоде не бесконечны, поскольку среди патогенных для человека микробов есть те, которые размножаются и в холодильнике.

Материал составлен на основе открытых Интернет источников.