



## **5 ПРАВИЛ** профилактики острых кишечных инфекций и сальмонеллеза



### **Поддерживайте чистоту**

- Обязательно мойте руки после туалета, перед едой и после ухода за животными.
- Мойте фрукты, ягоды и овощи чистой проточной водой.

### **Отделяйте сырое от готового**

- Храните сырое мясо, птицу и морепродукты отдельно от других пищевых продуктов.
- Для обработки и разделки сырых продуктов пользуйтесь отдельными ножами и разделочными досками.

### **Храните продукты в холодильнике**

- Не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более 2-х часов

### **Выбирайте свежие, качественные продукты**

- Не употребляйте продукты с истекшим сроком годности.  
Для питья используйте только кипяченую или бутилированную воду.
- Покупайте продукты в местах санкционированной торговли.

### **Хорошо прожаривайте и проваривайте продукты**

- Тщательно прожаривайте и проваривайте продукты (тепловая обработка не ниже 70 градусов, не менее 1 часа).
- Готовность мяса или птицы определяют по цвету сока (он должен быть прозрачным, а не розовым).

Не употребляйте сырые яйца, варите их не менее 15 минут после закипания.



**СОБЛЮДАЙТЕ ЭТИ ПРАВИЛА  
И БУДЕТЕ ЗДОРОВЫ!**