

Рекомендации для населения по выбору кондитерских и хлебобулочных изделий



Согласно рекомендациям нутрициологии о здоровом и безопасном питании населения и нормам потребительской корзины, хлебобулочные изделия занимают ведущее место в рационе питания практически всех социально-демографических групп населения России.

Хлеб является одним из наиболее важных продуктов нашего ежедневного рациона. Он содержит многие необходимые организму вещества – клетчатка, белки, жиры, углеводы, аминокислоты и витамины. Любые булочные и кондитерские изделия вкусные и полезные только пока они свежие. Даже немного залежавшиеся они производят уже совсем не то впечатление.

О чем необходимо знать при покупке хлебобулочных и кондитерских изделий:

- Хлеб и хлебобулочные изделия должны перевозиться в лотках, в специальных закрытых автомашинах или фургонах, оборудованных полками. Не допускается перевозить хлеб навалом.
- Кремовые кондитерские изделия должны быть уложены в контейнеры или лотки с крышками, торты должны поставляться в стандартной таре изготовителя. Транспортировка кремовых кондитерских изделий на открытых листах или лотках не допускается.
- Хлеб и хлебобулочные изделия хранят в чистых, сухих, хорошо проветриваемых помещениях. Хранение хлеба и хлебобулочных изделий навалом, вплотную со стенами помещений, без подтоварников, а также на стеллажах, расположенных на расстоянии менее 35 см от пола, не допускается.
- При приемке кондитерских изделий с кремом не проводится переукладывание их из лотков поставщика, а также реализация их в неупакованном виде по методу самообслуживания. В организациях торговли не допускается прием тортов, не упакованных поштучно в потребительскую тару, а также пирожных, не упакованных в лотки с плотно прилегающими крышками. Перевозка или перенос тортов и пирожных на открытых листах или лотках не допускается.
- Покупать хлебобулочные и кондитерские изделия стоит только в стационарных предприятиях торговли, где созданы условия для хранения данной продукции (проветриваемые складские помещения, торговые залы с кондиционированием воздуха, специально оборудованные полки или витрины);
- форма хлеба должна быть правильной – без вмятин, трещин, боковых наплывов. Хлеб должен быть хорошо пропечен, поэтому в мякише не должно быть комков или пустот, он должен быть эластичным и равномерно пористым;
- если вы взяли хлеб в руки, то попробуйте сжать его, булка должна приобрести первоначальный вид. Если вы заметили, что мякиш неестественно липкий и тянется, это может быть признаком того, что хлеб заражен грибком или картофельной палочкой;
- при выборе изделий, лучше всего выбирать продукцию, которая изготавливается на местных фабриках, ведь импортный товар слишком долго транспортируется и поэтому производители, за счет использования консервантов, специально увеличивают срок годности продукции;
- мучные изделия не должны быть слишком хрупкими и рассыпаться при первой же возможности. Если в упаковке слишком много ломаных пряников и печений, то тогда следует отказаться от покупки такой продукции;
- перед покупкой торта прочитайте его состав. Если в нем указаны меланж, растительные сливки, загустители и эмульгаторы, значит, производитель решил сэкономить и заменил натуральные компоненты на искусственные. Стоит ли покупать такой торт, решайте сами;
- покупая продукцию, внимательно читайте этикетку, особенно то, что написано мелким шрифтом. На упаковке обязательно должны быть указаны дата изготовления и срок реализации хлеба. Хлебобулочные изделия из пшеничной муки (белый хлеб) сохраняют свои полезные свойства до 24 часов с момента выпекания. Ржаной и ржано-пшеничный хлеб – считается свежим на протяжении 36 часов с момента выпекания. Хлебобулочные изделия весом меньше 200г хранятся до 16 часов. Если хлеб завернуть в пищевую полимерную пленку. Он сохранит свежесть до 3-х суток.

Напоминаем, что если на корке появились малейшие признаки заплесневения, не употребляйте такой хлеб. Внешние проявления - это лишь указание на то, что процессы порчи теста внутри уже давно набирают обороты.

Еще один совет тем, кто хочет покупать только качественные продукты питания: приобретая любые булочные и кондитерские изделия, обратите внимания не только на сроки их хранения, но и на требования к температурному режиму, уровню влажности и оцените: соблюдаются ли они там, где Вы эту продукцию приобретаете.

Если Вас что-то смущает, лучше откажитесь от покупки.