

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ВЫБОРЕ БЕЗОПАСНЫХ ПРОДУКТОВ К МАСЛЕНИЦЕ



В 2023 году Масленичная неделя длится с 20 февраля по 26 февраля. Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Челябинской области в городе Катав-Ивановске» в этот период рекомендует особенно внимательно относиться к выбору продуктов для приготовления традиционных блюд, к их приготовлению и хранению в домашних условиях.

Масленица – это, прежде все-

го, обильная и сытная пища, среди которой блины являются основным угощением и символом праздника. Чтобы обезопасить себя от возможных пищевых отравлений при покупке пищевых продуктов, рекомендуем воспользоваться несколькими советами:

1. Во избежание покупки некачественных продуктов внимательно изучите маркировку, срок годности, состав продуктов, температуру хранения и по возможности запах.

2. Удостоверьтесь в целостности упаковки приобретаемого продукта, а также в том, что условия хранения товара соответствуют требованиям производителя. Не берите много продуктов, а закупайте только те продукты, которые вам понадобятся для приготовления праздничных блюд и которые точно будут использованы до конца указанного производителем срока.

3. Покупая муку, следует отдать предпочтение фасовке в бумажные пакеты, чтобы она могла "дышать" и дольше сохранять свои свойства. Муку в полиэтиленовом пакете необходимо периодически встряхивать, а если она хранится больше двух-трех месяцев, то даже просеивать. Качественная мука должна быть без посторонних включений.

4. При выборе молока и молочных продуктов, кроме изучения внешнего вида упаковки, следует изучить информацию на ней: Молочные продукты следует покупать только в местах, предназначенных для их реализации, в которых созданы температурные и влажностные условия для хранения данной продукции, подготовки к реализации и реализации. При покупке молочной продукции потребитель может оценить продукт только визуально. Поэтому запомните следующие несложные правила: Первое, на что необходимо обратить внимание - это на дату выработки продукта, срок годности и условия хранения. Чем меньше срок годности, тем лучше и полезнее продукт, тем меньше в нем консервантов и других пищевых добавок. Далее, если продукт расфасован в прозрачную стеклянную или полимерную упаковку, можно посмотреть, нет ли роста колоний плесени непосредственно на самом продукте, что нередко встречается, например, с сырами. Упаковка не должна быть вздута, нарушена, она должна быть сухой и чистой. Уже после приобретения продукта в домашних условиях необходимо удостовериться, что продукт безопасен для потребления: имеет свойственный ему запах, консистенцию, не должно быть затхлого, плесневелого, резкого запаха, изменения цвета и консистенции, ослизнения, роста колоний плесени. Показатель жирности продукции совершенно не влияет на полезность молочных продуктов. Однако, слишком жирные продукты хуже усваиваются организмом, поэтому стоит отдать предпочтение тем, у которых степень жирности не более 2,5%.

5. При покупке яйца куриного необходимо помнить о том, что не допускается продажа яиц в отделах (секциях) организаций торговли, реализующих нефасованные продукты, готовые к употребле-

нию; запрещена реализация яиц с истекшим сроком годности, а также с загрязненной скорлупой, с пороками, с насечкой, «тек», «бой». Не забывайте проверять качество яиц в местах их продажи на овоскопе.

6. Масло растительное после покупки следует хранить в стеклянной емкости, обязательно закрытой, в темном месте, поскольку на свету разрушается ценный витамин Е – природный антиоксидант, содержащийся в масле.

7. При покупке готовых замороженных блинов, в первую очередь следует обращать внимание на внешний вид продукции, условия хранения и сроки годности. На каждой упаковке должна быть этикетка, содержащая следующие сведения: наименование продукции, состав, дату изготовления, срок годности, условия хранения, наименование и место нахождения изготовителя, показатели пищевой ценности, сведения о наличии в пищевой продукции компонентов, полученных с применением генномодифицированных организмов (ГМО), единый знак обращения продукции на рынке государств - членов Таможенного союза.

Блины могут быть упакованы в полиэтиленовую или картонную упаковку. Конечно, полиэтиленовая значительно упрощает выбор, ведь есть возможность рассмотреть продукт. Все блинчики должны быть примерно одинакового размера, плотно свернутыми, цвет их может колебаться от кремового до слегка коричневого. Блины не должны быть слипшимися. Если вы увидели или поняли при встряхивании, что блины слиплись, это свидетельствует о неправильном их хранении и повторном замораживании. Еще одним признаком повторной заморозки является потемневшее тесто блинчиков. Блины должны храниться при температуре, установленной изготовителем и указанной на этикетке продукции. Внимательно изучите состав блинов. В идеале они должны быть изготовлены из муки, молока и куриных яиц. Обращайте внимание на срок годности продукции. «Просроченная» продукция может оказаться не только некачественной, но и опасной для здоровья и вызвать пищевое отравление.

Если вы купили некачественный продукт, то вы вправе вернуть товар ненадлежащего качества и потребовать возврата уплаченной за него суммы. Отсутствие у потребителя кассового или товарного чека либо иного документа, удостоверяющего факт покупки, не является основанием для отказа в удовлетворении его требований.

Напоминаем также о простых правилах и принципах рационального питания: главным образом, не переедать и не увлекаться алкогольными напитками. Чтобы застолье прошло без проблем, чередуйте потребление жирных и жареных блюд с потреблением овощей — они помогают переваривать пищу.

Если вы решили перекусить в местах, где проводятся уличные гуляния или другие культмассовые мероприятия, то присмотритесь к условиям реализации продукции: соблюдаются ли правила гигиены продавцом, содержит ли он в чистоте свое рабочее место, соблюдает ли условия хранения начинок и прочих ингредиентов. Избегайте покупки в торговых точках, где элементарно пренебрегают правилами гигиены. Не забывайте о личной гигиене – лучше всего перед употреблением пищи на улице обработать руки гигиеническими салфетками.