

## Как правильно хранить продукты в жару?



Некоторая пища может превратиться в опасную для здоровья человека всего за пару часов, постояв на жаре. Вместе с жарой приходят бытовые сложности, связанные с хранением продуктов.

Готовые гарниры, мясо, птицу или рыбу можно хранить вне холодильника не более часа. В течение этого же времени должны быть съедены овощи и фрукты, порезанные для салата.

Мясо следует хранить в холодильнике в стеклянной посудине с плотно закрытой крышкой.

Разместить мясо следует на полках холодильника, где имеется наиболее холодный воздух, ближе всего к задней стенке.

Рыбу хранить в холодильнике нужно так же, как и мясо. Важно! Размороженную рыбу в холодильнике можно хранить максимум 1-1,5 дня. Яйца необходимо хранить в холодильнике на специальных полках, подальше от мяса, рыбы и других сырых продуктов, чтобы избежать риска сальмонеллеза.

Молочную продукцию, конечно же, следует хранить исключительно в холодильнике, большое внимание уделяя сроку хранения.

Овощи и фрукты являются неотъемлемой частью летнего рациона. Чтобы они долго оставались свежими, рекомендуется хранить их в сухом месте при комнатной температуре, подальше от солнечных лучей.

На улице в жару лучше вообще не покупать продукты в небольших киосках и передвижных будках. Самые опасные — чебуреки, пирожки с овощной и сырной начинкой, хачапури, беляши и прочее.

Летом насекомые становятся особенно активными, и они могут стать причиной загрязнения продуктов. Чтобы спасти продукты от вредителей, храните их в герметичных контейнерах или используйте специальные сетки для защиты пищи от мошек и других мелких насекомых.



Хранение продуктов в жаркую погоду требует особого внимания. Использование холодильника — самый эффективный способ продлить свежесть продуктов.

**Будьте здоровы!**

Помощник врача-гигиениста СЭО Луня О.И.

Помощник врача-гигиениста СЭО Радиевская О.Ю