

BEZPIECZENSTWO W PRZYGOTOWYWANIU LUNCHU



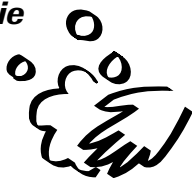
Następujące produkty...	musza być utrzymywane w zimnie	bezpieczne w temperaturze pokojowej
Mięso, Drożdż, Ryby, Sucha Fasola, Jajka i Orzechy	<ul style="list-style-type: none"> Mięso, ryby, drożdż, jajka, przygotowana fasola, kanapki; sałatki i inne potrawy z tych produktów Wyroby mięsne (kielbasa bologna, hot dogs, itp.) Tofu, inne produkty z soi, inne substytuty mięsne 	<ul style="list-style-type: none"> Orzechy i masła orzechowe Suchoe zupki
Mleko, Jogurt, Wyroby z Sera	<ul style="list-style-type: none"> Mleko i płynne napoje Sprey i kisiele Wszystkie produkty zawierające ser (tj. pizza i casseroles (buleczki z pizzy)) Jogurt 	<ul style="list-style-type: none"> Nie otwarte mleko w proszku i nie otwarte kisiele
Grupa Warzyw	<ul style="list-style-type: none"> Wszystkie przygotowane warzywa Kielki (sprouts) 	<ul style="list-style-type: none"> Wszystkie nie przygotowane warzywa Nie otwarte soki warzywne
Grupa Owocow	<ul style="list-style-type: none"> Kawalki melona 	<ul style="list-style-type: none"> Wszystkie owoce Nie otwarte soki owocowe
Chleb, Płatki Mleczne, Ryz i Makaron	<ul style="list-style-type: none"> Ugotowany makaron, ryz, inne przygotowane ziarna oraz płatki mleczne Saladki, zupy i potrawy z przygotowanych ziaren 	<ul style="list-style-type: none"> Chleb i krakersy Ciastka Suchoe płatki mleczne
Tłuszcze, Oleje i Słodcyce	<ul style="list-style-type: none"> Sos do pieczenia (gravy) i inne sosy Majonez Masło 	<ul style="list-style-type: none"> Cukierki Ketchup i musztarda Margaryna, olej Ciasta owocowe

1. Przechowuj wyroby bezpiecznie.

Zapoznaj się z wyżej podaną tabelką, która opisuje, jakie produkty muszą być utrzymywane w zimnie.

2. Utrzymuj czystość w trakcie przygotowywania lunchu

- Myj ręce przed kontaktem z żywnością.
- Myj owoce i warzywa.
- Dokładnie myj sztuczki i pojemniki na żywność używając mydła i ciepłej wody, wysusz po każdym umyciu.



3. Utrzymuj wyroby w zimnie, aby nie rozprzestrzeniły się bakterie.

Włóż posiłki do lodówki jak tylko wejdiesz do pracy lub do szkoły. Jeżeli nie ma tam lodówki, użyj torby na lunch z izolacją i włóż do niej lod lub zamrożony napój owocowy. Połóż produkty, które muszą być utrzymywane w zimnie, jak najbliżej paczki z lodem.



4. Dokładnie odgrzewaj posiłki.

Jeśli używasz pozostałości, upewnij się, że są dobrze zapakowane i utrzymywane w zimnie. Dokładnie gotuj jedzenie. Jeśli używasz kuchenki mikrofalowej, używaj pojemniki, które są bezpieczne w kuchenke mikrofalowej.



PO DODATKOWE INFORMACJE O BEZPIECZENSTWIE ŻYWNOSCI:

- w internecie wejdź na stronę: www.foodsafety.gov
- zadzwoń pod numer USDA Meat and Poultry Hotline (Linia Bezpieczeństwa Żywności): 1-800-535-4555