

Красноуфимский отдел Управления Роспотребнадзора по Свердловской области: рекомендации по выбору безопасных продуктов к Масленице

Масленица - традиционный русский праздник, богатый, прежде всего, обильной и сытной пищей, где символом и основным угощением являются блины. В 2019 г. масленичная неделя будет проходить с 4 по 10 марта.

Рецептов приготовления блинов достаточно много. Но основными ингредиентами во все времена остаются мука, молочные продукты (сметана, молоко), куриные яйца.

В преддверии праздника, Красноуфимский отдел Управления Роспотребнадзора по Свердловской области напоминает жителям региона о том, как правильно выбирать безопасные продукты, традиционно используемые при приготовлении блинов. Во избежание покупки некачественных продуктов внимательно изучите маркировку, срок годности, состав продуктов, температуру хранения и по возможности запах и внешний вид продукта. Удостоверьтесь в целостности упаковки приобретаемого продукта, а также в том, что условия хранения товара соответствуют требованиям производителя.

При выборе **муки** следует, в первую очередь, обращать внимание на упаковку и маркировку продукта. Идеальный цвет пшеничной муки — белый или кремовый, а если мука вдруг потемнела, значит, она отсырела и для блинов не годится. Конечно, следует смотреть и на срок годности.

В последние годы все большей популярностью пользуется блинная мука — своеобразный полуфабрикат, который достаточно развести водой или молоком, чтобы испечь блины. В состав блинной смеси для приготовления классических блинов, обычно входит пшеничная мука, яичный порошок, сахар, соль, сухое молоко и разрыхлитель теста. При выборе данного полуфабриката тоже следует обращать внимание на дату изготовления и срок годности продукта, а также на целостность упаковки. Потребительская упаковка не должна быть нарушена и деформирована.

Молочная продукция очень быстро портится. Для ее хранения необходимы определенные температурные условия. Поэтому приобретать эти продукты можно только в местах, где обеспечивается их правильное хранение. Это могут быть магазины, супермаркеты. Но ни в коем случае не с рук или в необорудованных для торговли продуктами питания местах (на улице, с лотков). Состояние холодильного оборудования и температура в нем — это то, на что в первую очередь обязательно должен обращать внимание потребитель при выборе молочных продуктов.

В молоке, при несоблюдении условий хранения, ускоренными темпами размножаются различные микробы, включая кишечные палочки, стафилококки, способные вызвать острые кишечные инфекции и интоксикацию.

При выборе **яиц** необходимо помнить, что яйца могут быть источником сальмонеллеза, поэтому следует соблюдать несколько простых правил: нельзя покупать яйца на стихийных рынках или с рук, яйца должны быть свежими (дата на магазинных яйцах ставится прямо на скорлупе или упаковке, нельзя покупать яйца с нарушенной скорлупой, с насечками, а также с загрязненной кровяными пятнами и следами помета скорлупой).

Перепелиные яйца в этом плане не опасны, поскольку температура тела перепелок +42 °С, сальмонелла при такой температуре не выживает.

Чтобы избежать пищевого отравления, тем самым не омрачив праздник, следует придерживаться следующих советов:

- любые сомнения в качестве пищевых продуктов следует решать в интересах собственного здоровья и отказываться от их употребления;
- соблюдение правил личной гигиены перед приемом и приготовлением пищи позволит значительно снизить риск возникновения пищевой токсикоинфекции;

- хранить продукты следует в холодильнике, не допуская близкого соседства сырья и готовой к употреблению пищи;
- не приобретать продукты неизвестного происхождения в местах несанкционированной торговли;
- вся продукция должна сопровождаться документами, подтверждающими качество и безопасность пищевых продуктов;
- соблюдать сроки годности пищевых продуктов;
- не переедать, соблюдать принципы здорового питания.

Если вы решили перекусить в местах, где проводятся уличные гуляния или другие культурно-массовые 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 пренебрегают правилами гигиены. Не забывайте о личной гигиене – лучше всего перед употреблением пищи на улице обработать руки гигиеническими салфетками.

Чтобы застолье прошло без проблем, чередуйте потребление жирных и жареных блюд с потреблением овощей — они помогают переваривать пищу.

Соблюдение следующих несложных правил поможет провести праздники без тяжелых последствий для здоровья.

При появлении первых признаков заболевания необходимо обращаться за медицинской помощью.

И.О. Начальника Красноуфимского отдела
Управления Роспотребнадзора
по Свердловской области

Забнев А.А.