

Рекомендации по профилактике ОКИ.

- 1) организуйте раздельное хранение мяса и рыбы от готовых блюд в холодильнике;
- 2) обязательно промывайте фрукты, овощи и ягоды перед употреблением или приготовлением;
- 3) зелень замачивайте на 5-7 минут в воде, а потом промывайте проточной водой;
- 4) салаты храните не более 2-3 часов даже в холодильнике;
- 5) перед употреблением сухофрукты следует промывать и обдавать кипятком или делать из них компоты;
- 6) замачивайте орехи на 10 минут в кипятке;
- 7) обязательно проверяйте сроки годности и не употребляйте продукты по истечению срока годности;
- 8) уберегайте пищу от насекомых и грызунов;



Желаем здоровья Вам и Вашим детям!!!