

Değerli Veliler,

Bazı gıdalar yetersiz ısıtma, yüksek yaz sıcaklıkları ya da yetersiz soğutma gibi şartlar altında değişime uğrar ve insan sağlığı zararlı hale gelir.

Özellikle çocuk bedeni henüz bir yetişkin kadar dayanıklı olmadığından "bozuk" gıdalara karşı özellikle hassastır.

İşte bu nedenle çocuklarınıza kreş veya okul için beslenme çantası hazırlarken bazı gıdalardan vazgeçmeli ve hijyen kurallarına dikkat etmelisiniz.

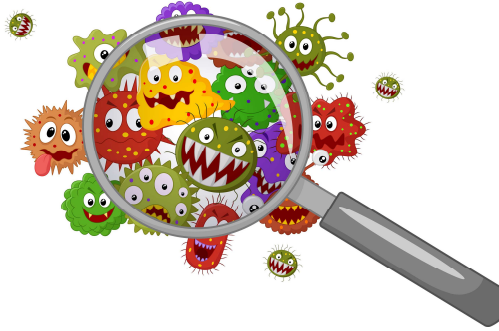
Bu broşürde sizler için en önemli noktaları derledik. Böylece herkes sizin hazırladığınız kahvaltılar, atıştırmalıklar veya pastalar ile mutlu olacaktır.

Sizlere iyi eğlenceler ve afiyet olsun dileklerinizi sunarız

Sağlık ve Veterinerlik Ofisi

Yiyecekler bakteri ve küf gibi istenmeyen mikroplar içerebilir. Ayrıca Norovirus gibi virüsler insandan insana gıda yoluyla bulaşabilir.

Bu mikroplar her yerde bulunabilir 10 ° ve 60 °C arasında sıcaklıklarda gıda maddeleri üzerinde hızlı bir şekilde çoğalırlar.



Burada dikkat çeken unsur bunların sıklıkla ne gözle görülebilmesi ne de koku veya lezzet ile algılanamamasıdır.

Bazı mikroplar ishal ve kısmen ciddi komplikasyonlara neden olabilen hastalıklara yol açabilmektedir. İşte bu yüzden hastalığa yol açan bu mikropların gıdalarımıza bulaşmasını önlemeliyiz.

Gesundheits- und Veterinäramt

Nieberdingstraße 30a

48155 Münster

Telefon: 02 51/4 92-54 61

E-Mail veterinaeramt@stadt-muenster.de

Dieses Informationsblatt finden Sie in der jeweils aktuellen Fassung auf der Internetseite der Stadt Münster: <http://www.stadt-muenster.de/verbraucherschutz/merkblaetter>

Fotoğraf kaynağı: ©shutterstock.com

Mercek altında mikroplar: Teguh Mujiono 235604623

El ele çocuklar: SusIO 178077320

Mikroplardan kaçınmak

Eğer okula veya kreşe yemek getiriyorsanız bunlara dikkat etmelisiniz.



Kreş ve okul yemekleri
Münster'de sağlıklı ve lezzetlidir

Gıdaları hijyenik olarak kullanmak

Bu gıdalar okula getirilmemelidir

- ⊗ Çiğ kıyma (çeşitli çiğ kıymalı yiyecekler, Tartar gibi)
- ⊗ Sürülebilir çiğ sosis (Örneğin soğanlı sürülebilir sosis çeşitleri)
- ⊗ İşlenmemiş çiğ süt
- ⊗ Olgunlaşmamış yumuşak peynir ve diğer taze çiğ süt ürünleri
- ⊗ Yeterince pişmiş et
- ⊗ Çiğ balık ürünleri (Örneğin, somon füme, grav somon, Suşi)
- ⊗ Çiğ yumurta ile hazırlanmış gıdalar (ev yapımı mayonez, çiğ yumurta ile yapılan tatlılar)
- ⊗ Birkaç defa çözülüp dondurulmuş dondurma
- ⊗ Isıtılmamış derin dondurulmuş çilekler ile yapılmış gıdalar

Gıdaları soğukta saklayın

Et, balık, yumurta, süt gibi çabuk bozulabilir gıdalar ve bu gıdalar ile hazırlanan yemekler, buzdolabında en fazla 7°C'de saklanmaktadır. Gıdalar kreş ve okula soğutucu çanta, buz paketleri, vs. Kullanarak taşınmalıdır.

Çocuklarınız öğleden sonra atıştırılabilir olarak yiyeceği şeyleri çabuk bozulmayan gıdalardan seçmeye özen gösterin, (Ör. Meyve, sebze, ekmek), çünkü gün boyu bu gıdalar okulda soğutucu dışında beklemek zorundadır.

Gıdaları yıkayın

Pişirmeden tüketilen gıdaları (Ör. Meyve, sebze, Salata) iyi biçimde yıkayın. (Almanya'da musluk suyu içilebilir kalitededir.)

Saklama süresine dikkat edin

Ambalajın üzerinde belirtilen tüketim ve son kullanım tarihine dikkat edin. Bu süre dolduktan sonra bu gıdaların toplu tüketim yapılan yerlerde kullanılması uygun değildir.

Çiğ ve buğulanmış gıdaları kullanmak

Çiğ veya buğulanmış gıdaları hazırlarken bunları iyice yıkamadan önce asla aynı tencere ve tavada bulundurmayın.

Hızlıca hazırlayın

Çabuk bozulmuş gıdaları hızlıca hazırlayın. Bu gıdalar uzun süre ısıtılırsa mikrop oluşumuna ortam sağlarlar

Kişisel temizlik

Yeterince iyi ve kapsamlı olarak kişisel temizliğinize dikkat edin(Ör: Gıdalara dokunmadan önce ellerinizi yıkayın)

Gıdaların buzunu tamamen çözün

Ambalaj olmadan dondurulmuş eti damlatma tezgâhı üzerinde pişirmeden önce tamamen çözün. Çözülen buzun suyunu dökün çünkü bu suda ciddi miktarda bakteri bulunur. Ayrıca bununla temas eden herşeyi özenle temizleyin

Gıdaları yeterince ısıtın

Çabuk bozulmuş gıdaları en az 70°C'de ısıtın, bakteri ve mikropları ancak böyle öldürebilirsiniz. (**Kümes hayvanı** etinde pembe kısım kalmamalı, kemikler kolayca ayrılabilir. **Yumurta** en az 10 dakika sarısı katı hale gelene dek kaynatılmalı. **Kıyma** pişirilirken içi tamamen gri renge bürünmelidir)

Soğutma

Sıcak gıdalar yaygın kaplarda soğutulmalı. Salatada kullanılacak pişmiş gıdaları soğumadan salata ile karıştırmayın.

Tadına bakmak

Yemeğin tadına bakarken hijyen kurallarına uyun. Bunun için temiz bir kaşık-çatal kullanın.

Fırında pişirme

Pastalar, waffle ve çiğ yumurta içeren tüm hamurlar fırında tam olarak pişirilmelidir.

Gıdaların üstünü kapamak

Hazırlanmış yiyecekleri buzdolabında tamamen kapalı bir şekilde muhafaza edin.

