

Санитарно-гигиенические требования к реализации фруктов, овощей и бахчевых культур.

В настоящее время в разгаре лето - период отпусков, когда каждый человек стремится отдохнуть, набраться положительных эмоций, побаловать себя сезонными продуктами. Свежие плоды являются основными поставщиками витаминов, пектиновых волокон и клетчатки, минеральных элементов, органических кислот и углеводов, способствуют укреплению иммунитета и являются отличной профилактикой различных заболеваний.



ВОЗ разработала универсальные рекомендации по количеству употребляемых овощей, фруктов, ягод для каждого человека. За основу взято количество в 400 грамм ежедневно.

Требования к безопасности плодовоовощной продукции установлены в ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции». Реализация плодовоовощной продукции осуществляется в соответствии с требованиями СП2.3.6.1066-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям торговли и обороту в них продовольственного сырья и пищевых продуктов».

Выбирая овощи, фрукты, обращайте внимание:

- на торговое место, оно должно быть санкционированным (желательно покупать продукты в магазинах, сельскохозяйственных рынках) и содержаться в чистоте;
- на соблюдение продавцом правил личной гигиены, его внешний вид (чистая санитарная одежда, головной убор);
- на наличие документов, свидетельствующих о качестве и безопасности продукции;
- на целостность кожуры и свежесть плодов.

Отдавайте предпочтение сезонным овощам и фруктам, поскольку при выращивании в теплицах применяется больше удобрений, способствующих ускоренному росту и созреванию плодов, но вредных для здоровья. Старайтесь выбирать плодовоовощную продукцию местного производства, так как привозные плоды часто собирают недозрелыми, их обрабатывают не самыми безвредными методами для того, чтобы ускорить созревание и предотвратить их раннюю порчу.

В сезон массовой реализации населению бахчевых культур в соответствии с действующими санитарными правилами реализация бахчевых культур должна осуществляться из крытых (огороженных) торговых площадках.

- Торговые места для хранения дынь и арбузов должны быть оборудованы поддонами, контейнерами, подтоварниками и содержаться в чистоте.
- Продажа бахчевых культур навалом, с земли, частями и с надрезами не допускается.
- Опасно приобретать плодовоовощную



продукцию в местах несанкционированной торговли: на остановках транспорта, вдоль автодорог, автотрасс, во дворах жилых домов, так как такая торговля нередко осуществляется лицами, не прошедшими медицинский осмотр и гигиеническое обучение, зачастую на реализуемую продукцию отсутствуют документы, подтверждающие ее происхождение, качество и безопасность.

С целью профилактики отравлений острыми кишечными инфекциями при покупке и употреблении плодоовощной продукции необходимо:

- соблюдать правила личной гигиены (мойте руки перед едой, после возвращения с улицы, посещения туалета, контакта с больными людьми и т.д.);
- следует выполнять определенные правила по качественной первичной обработке овощей и фруктов: надо тщательно промыть под проточной водой руками или при помощи щётки; нельзя проводить мойку плодоовощной продукции средствами для мытья посуды;
- для лучшего очищения зелени от гельминтов и микробов надо подержать ее в течение 10 минут в 10%-м растворе поваренной соли или 3%-м растворе уксусной кислоты;
- ягоды перед мойкой сначала следует перебрать, удалив повреждённые, мятые, перезревшие, загнившие экземпляры.

Для снижения содержания нитратов и пестицидов надо проводить:

- очистку овощей (обрезку кожуры, удаление кочерыжки перед готовкой);
- замачивание зелени и очищенных овощей в воде в течение 30 минут-2 часов;
- отваривание (через 15 минут после закипания воду сливают, наливают чистую и варят до готовности).

Придерживайтесь наших рекомендаций, чтобы быть уверенными в происхождении, качестве приобретаемых овощей и фруктов и употреблять их с наибольшей пользой для здоровья.