

**Бережіть себе та своїх
близьких!**



**Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності
Кіровоградської області**

**ЯК ВБЕРЕГТИСЯ ВІД
ХАРЧОВИХ ОТРУЄНЬ, ЯКЩО
ХОЛОДИЛЬНИК НЕ ПРАЦЮЄ
ПО ДЕКІЛЬКА ГОДИН**



м. Кропивницький

Наша адреса:

Україна, 25009, Кіровоградська область,
місто Кропивницький,
вул. Княгині Ольги, будинок 2
тел. 0522 330 015
e-mail: nmc.kirovohrad@dsns.gov.ua
ми на сайті: nmc.dsns.gov.ua/kr



ми у Facebook:



В умовах аварійних та стабілізаційних відключень електроенергії важливо вміти правильно зберігати продукти, щоб уникнути харчових отруєнь та зменшити втрати харчів.

Нагадуємо ключові поради, як організувати харчування та зберігання їжі, коли холодильник вимкнений по декілька годин.

Зробіть запас харчових продуктів, що не потребують особливих умов зберігання (хлібобулочні вироби, консерви, сезонні фрукти та овочі, сухофрукти тощо).

Віддавайте перевагу продуктам з малим вмістом солі та цукру: солі має бути менше ніж 1 г, а цукру менше ніж 10 г на 100 г продукту.

КРІМ ТОГО:

- ✔ готуйте порціями на один-два рази, щоб не зберігати страви тривалий час;
- ✔ купуючи харчі, віддавайте перевагу тим, що найменше втрачають якість без холодильника (яйця, молоко тривалого зберігання в тетрапаках тощо);
- ✔ за морозної погоди охолоджені продукти також можна зберігати на балконі чи веранді;
- ✔ регулярно перевіряйте, чи не сплив термін придатності харчових продуктів, особливо тих, що мають короткий строк зберігання. Простроченого краще не вживати, навіть якщо воно пахне й виглядає нормально, оскільки в таких продуктах уже можуть непомітно розмножуватися небезпечні мікроорганізми.

ПАМ'ЯТАЙТЕ!

У холодильній камері продукти залишаються безпечними до 4 годин, у повній морозилці — 48 годин, у напівпорожній морозилці — 24 години.

ЩОБ ЗБЕРЕГТИ ПРОДУКТИ ДОВШЕ НІЖ 4 ГОДИНИ:

- ◆ помістіть у холодильну камеру акумулятори холоду, пляшки з замороженою водою, підготовані заздалегідь, — не забудьте перезаморозити їх, коли відновиться електропостачання;
- ◆ не відчиняйте холодильник зайвий раз — для якісного зберігання продуктів температура в холодильнику має бути +4°C або нижче, у морозильній камері — не вище -4°C.

Якщо маєте сумніви щодо свіжості їжі, просто викиньте її. Ніколи не куштуйте сумнівні страви, щоби перевірити їхню безпечність. Також дотримуйтесь таких порад:

- ◆ викидайте будь-яку їжу з незвичним запахом, кольором чи текстурою;
- ◆ якщо на продуктах у морозилці все ще є кристали льоду, їх можна продовжувати зберігати в замороженому вигляді, коли відновиться електропостачання;
- ◆ якщо в холодильнику продукти мають температуру +4°C або нижче, їх можна споживати.