

## **Рекомендации по выбору безопасных продуктов к Масленице.**

Роспотребнадзор предупреждает об основных мерах профилактики пищевых отравлений в период Масленицы.

При выборе готовых к употреблению блинов и блинчиков с различными начинками (творог, мясной фарш, овощные начинки), либо без начинки в предприятиях торговли необходимо обращать внимание на внешний вид продукции, условия хранения и сроки годности. На упаковке должна быть этикетка, содержащая следующие сведения: наименование продукции, состав, дату изготовления, срок годности, условия хранения, наименование и место нахождения изготовителя, показатели пищевой ценности, сведения о наличии в пищевой продукции компонентов, полученных с применением ГМО, единый знак обращения продукции на рынке государств - членов Евразийского экономического союза.

Упаковка должна быть целостной с отсутствием дефектов, вызванных неправильным хранением и транспортировкой. Все блинчики должны быть примерно одинакового размера, плотно свернутыми, цвет их может колебаться от кремового до слегка коричневого. Блины должны храниться при температуре, установленной изготовителем и указанной на этикетке продукции. Внимательно изучите состав готовых блинов. В идеале они должны быть изготовлены из муки, молока и куриных яиц. Однако, использование в составе блинов сухого молока, яичного порошка и растительного белка не запрещено.

При приобретении ингредиентов для домашнего изготовления блинов – яиц, муки, молока – необходимо обратить внимание на наличие информации об изготовителе (производителе) пищевой продукции, дату и сроки годности продукта, условия хранения и их соблюдение в торговой точке, наличие документов, подтверждающих качество и безопасность.

Не следует приобретать продукты питания в местах несанкционированной торговли и с рук.

Если вы решили отведать блинов в местах, где проводятся уличные гуляния или другие 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.

Помните о принципах рационального питания: не пере едайте и не увлекайтесь алкогольными напитками. Чтобы застолье прошло без проблем, чередуйте потребление жирных и жареных блюд с потреблением сырых овощей — они способствуют нормализации пищеварения. Надеемся, что эти несложные правила, помогут вам сориентироваться в выборе безопасных для здоровья продуктов к праздничному столу.

Не забывайте о личной гигиене — лучше всего перед употреблением пищи на улице обработать руки гигиеническими салфетками. Будьте здоровы!