**О мытье фруктов, овощей и зелени в летний период. Профилактика инфекционных заболеваний.**

Тщательная мойка овощей и фруктов – это одно из необходимых условий правильной переработки фруктов, овощей, ягод и зелени. Она позволяет удалить с них землю, песокличинки насекомых и частично микроорганизмыи химические вещества, которые остались на них после обработки. Мыть необходимо даже те фрукты, которые собираетесь чистить перед едой. Грязь с поверхности может попасть на мякоть через ваши руки.

Следует помнить несколько простых правил:

**Сортировка**

• Перед мытьем необходимо обратить внимание на внешний вид, запах, цвет и консистенцию фруктов, овощей и ягод;

• Удалить плоды с признаками порчи, гниения, с поврежденной кожурой, недозрелых экземпляров;

• Зелень перебрать, удалить корни, пожелтевшие и поврежденные листья.

**Обработка**

• После сортировки овощи, зелень и фрукты следует тщательно промыть под проточной водой руками или при помощи щётки;

• Не рекомендуется использовать для мытья плодоовощной продукции бытовые средства для мытья посуды;

• Ягоды лучше выложить на дуршлаг (сито) в один слой и промывать под проточной водой в течении 5 минут;

• Листовую зелень лучше замочить в прохладной воде на 15 минут, меняя воду и разбирая зелень по отдельным веточкам, пока вода не станет чистой, затем тщательно ополоснуть;

• Для лучшего очищения зелени от патогенных бактерий и микробов можно подержать ее в течение получаса в солевом - уксусном растворе (по 1 столовой ложке соли и уксуса на 1 литр воды).

Фрукты, овощи и ягоды следует мыть исключительно перед тем, как съесть. Чистые и мокрые продукты не будут долго храниться. После мытья водопроводной водой продукты рекомендуется ополоснуть кипячёной или бутилированной водой. После того, как помоете, необходимо подсушить овощи и фрукты чистым полотенцем или салфеткой.

**Памятка по выбору фруктов, овощей, ягод**

* Приобретать продукцию в санкционированных местах торговли, магазинах, павильонах;
* Отдавать предпочтение местной сезонной продукции;
* Приобретать продукцию без повреждений, имеющую однородный цвет, свойственную виду окраску;
* Требуйте документы, подтверждающие происхождение, качество и безопасность продукции;
* Не приобретать плоды без запаха или с выраженным не характерным запахом;
* Не приобретать плоды неестественно ярких цветов, крупных размеров;
* Не приобретать плоды с поврежденной оболочкой (кожурой), с липкой поверхностью, с темными пятнами;
* Не приобретать продукцию в несанкционированных местах торговли, у дорог, на тротуарах, «с рук» и без документов о качестве и безопасности;