



Συστηματικούς ελέγχους στους βρεφονηπιακούς-παι-δικούς σταθμούς και στα κέντρα προσχολικής αγωγής ολόκληρης της χώρας ξεκινά, μαζί με τις...

συναρμόδιες υπηρεσίες, ο Ενιαίος Φορέας Ελέγχου Τροφίμων (ΕΦΕΤ), στο πλαίσιο της νέας σχολικής χρονιάς.

Παράλληλα, ενημερώνει για τα μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται κατά την παροχή γευμάτων στα βρέφη, τα νήπια και τα μικρά παιδιά. Επίσης, στο πλαίσιο των αρμοδιοτήτων του, αξιολόγησε και ενέκρινε τον «Οδηγό Υγιεινής για τους ιδιωτικούς βρεφονηπιακούς-παιδικούς σταθμούς και τα Κέντρα Προσχολικής Αγωγής», ο οποίος περιλαμβάνει όλες τις οδηγίες για τα μέτρα που πρέπει να λαμβάνονται κατά την παροχή γευμάτων σε βρέφη και μικρά παιδιά.

Σύμφωνα με τον Φορέα, η παράθεση ασφαλών τροφίμων και η προστασία της υγείας των βρεφών, των νηπίων και των μικρών παιδιών αποτελεί υποχρέωση όλων των απασχολούμενων σε βρεφονηπιακούς-παιδικούς σταθμούς και Κέντρα Προσχολικής Αγωγής.

Στην κατεύθυνση αυτή, ο ΕΦΕΤ συστήνει:

Οδηγίες για την υγιεινή προετοιμασία των τροφίμων:

Προετοιμάζετε τα νωπά τρόφιμα και τα τρόφιμα υψηλού κινδύνου σε ξεχωριστούς χώρους, με ξεχωριστές επιφάνειες κοπής και καθαρό εξοπλισμό, σκεύη και εργαλεία.

Χρησιμοποιείτε πάντα κατάλληλα καθαρά σκεύη και αποφεύγετε να προετοιμάζετε και να μεταφέρετε τα τρόφιμα με γυμνά χέρια.

Αποσυσκευάζετε τις πρώτες ύλες σε ειδικούς χώρους. Μην αδειάζετε συσκευασμένες πρώτες ύλες σε χαρτοσακούλες απευθείας σε δοχεία ανάμιξης.

Μην καθυστερείτε. Ο χειρισμός των τροφίμων κατά την προετοιμασία, ιδίως των ευπαθών,

πρέπει να είναι προσεκτικός και σύντομος.

Μην αφήνετε τα τρόφιμα για μεγάλο διάστημα σε θερμοκρασία περιβάλλοντος. Η ελάχιστη ποσότητα τροφίμων που προετοιμάζεται πρέπει να σκεπάζεται, να μεταφέρεται αμέσως στο ψυγείο ή να επεξεργάζεται περαιτέρω με μαγείρεμα.

Πλένετε τα χέρια σας και τις επιφάνειες εργασίας τακτικά και ιδιαίτερα όταν αλλάζετε τρόφιμα.

Καθαρίζετε τους δίσκους κοπής, τα σκεύη, τα εργαλεία και τους πάγκους εργασίας στα ενδιάμεσα στάδια της προετοιμασίας των διαφόρων τροφίμων.

Αντικαθιστάτε τον εξοπλισμό και τα εργαλεία που έχουν φθαρεί ή δεν μπορούν να καθαριστούν.

Τα εργαλεία θα πρέπει να είναι από υλικά κατάλληλα για τρόφιμα, να διατηρούνται σε καλή κατάσταση και να καθαρίζονται αποτελεσματικά. Το ξύλο αποτελεί εστία μικροβίων, ο καθαρισμός του δεν καθίσταται αποτελεσματικός και η φθορά του συνιστά φυσική επιμόλυνση.

Καθαρίζετε ό,τι χυθεί αμέσως και απομακρύνετε τα σκουπίδια και τα υπολείμματα τροφίμων τακτικά.

Οδηγίες για το σωστό πλύσιμο των τροφίμων:

Συνιστώνται διαφορετικοί νεροχύτες για το πλύσιμο τροφίμων και λάντζας. Καλό θα ήταν να υπάρχει πρόβλεψη και για ξεχωριστό νεροχύτη για το πλύσιμο του κοτόπουλου.

Καθαρίζετε και απολυμαίνετε σχολαστικά τον νεροχύτη μετά από κάθε διαφορετική χρήση του.

Πλένετε σχολαστικά τα φρούτα και τα λαχανικά, χρησιμοποιώντας ξύδι και άφθονο τρεχούμενο νερό, πριν τα καθαρίσετε και τα κόψετε. Στα φυλλώδη λαχανικά, όπως το μαρούλι και το σπανάκι, τα εξωτερικά φύλλα απομακρύνονται πριν το πλύσιμο.

Μην χρησιμοποιείτε τους νεροχύτες που έχουν σχεδιαστεί για το πλύσιμο των τροφίμων ή για τη λάντζα για άλλες χρήσεις.

Οδηγίες για τη σωστή απόψυξη των τροφίμων:

Οργανώνετε σωστά την εργασία σας ώστε να υπάρχει αρκετός χρόνος για την απόψυξη των υλικών που χρειάζεστε.

Κατεψυγμένα κρέατα, κοτόπουλα και ψάρια αποψύχονται στο ψυγείο, αρκετές ώρες πριν, συνήθως από το απόγευμα της προηγούμενης ημέρας ή με χρήση άφθονου κρύου τρεχούμενου νερού ή στο φούρνο μικροκυμάτων, ακολουθώντας τις οδηγίες στο βιβλίο χρήσης του.

Κατεψυγμένα λαχανικά, πίτες και ζύμες διατηρούνται στην κατάψυξη και αποψύχονται / μαγειρεύονται / ψήνονται σύμφωνα με τις αναγραφόμενες στη συσκευασία οδηγίες του παρασκευαστή.

Μην μαγειρεύετε απευθείας μεγάλα τεμάχια κρέατος τα οποία δεν έχουν αποψυχθεί πλήρως. Τροφικές δηλητηριάσεις από *Salmonella* προκαλούνται συχνά από κοτόπουλο το οποίο δεν έχει αποψυχθεί σωστά.

Ποτέ μην καταψύχετε ξανά τρόφιμα τα οποία έχουν αποψυχθεί.

Προσοχή στις επιμολύνσεις. Όταν αποψύχετε τις καταψυγμένες πρώτες ύλες στο ψυγείο, τοποθετείστε τις σε κατάλληλα δοχεία. Ξεπαγώνετε τα τρόφιμα μέσα σε περιέκτες, τους οποίους τοποθετείτε στα κάτω ράφια, ώστε τα υγρά τους να μην στάζουν και να μην μολύνουν τα άλλα τρόφιμα.

Καθαρίζετε και απολυμαίνετε τακτικά τους χώρους, τις επιφάνειες και τα μέσα απόψυξης.

Οδηγίες για το σωστό τεμαχισμό των τροφίμων:

Προσοχή στις διασταυρούμενες επιμολύνσεις. Χρησιμοποιείτε διαφορετικές επιφάνειες κοπής από τεφλόν ή άλλο ενδεδειγμένο για τρόφιμα υλικό και όχι από ξύλο, διαφορετικά εργαλεία και σκεύη για τα ωμά και για τα έτοιμα προς κατανάλωση τρόφιμα.

Οδηγίες για τη σωστή θερμική επεξεργασία των τροφίμων:

Μαγειρεύετε τα τρόφιμα στη σωστή θερμοκρασία. Η θερμοκρασία στο κέντρο του τροφίμου πρέπει να φθάσει στους 75 °C.

Ελέγχετε τη θερμοκρασία με καθαρά και απολυμασμένα θερμόμετρα.

Ανακατεύετε το φαγητό τακτικά κατά το μαγείρεμα ώστε το ψήσιμο να είναι ομοιόμορφο.

Ελέγχετε την ασφάλεια και την ποιότητα του φαγητού πριν το σερβίρισμα.

Σκεπάζετε τα σκεύη με καθαρά καπάκια. Πρέπει να παραμένουν σκεπασμένα όταν το φαγητό δεν ανακατεύεται.

Χρησιμοποιείτε πάντα καθαρά σκεύη και καθαρά εργαλεία.

Χρησιμοποιείτε αποκλειστικά ελαιόλαδο, το οποίο συστήνεται να προστίθεται στο τέλος του μαγειρέματος.

Το τηγάνισμα αντενδείκνυται ως τρόπος θερμικής επεξεργασίας.

Μην δοκιμάζετε το φαγητό με λερωμένα κουτάλια ή με τα δάκτυλα.

Μαγειρεύετε τα τρόφιμα λίγο πριν το σερβίρισμα. Μετά το μαγείρεμα, το φαγητό πρέπει να καταναλωθεί άμεσα.

Μην αφήνετε τα μαγειρεμένα τρόφιμα στην επικίνδυνη θερμοκρασιακή ζώνη ($5^{\circ}\text{C} < \theta^{\circ}\text{C} < 60^{\circ}\text{C}$) για περισσότερες από 4 ώρες, διαφορετικά απορρίπτονται.

Για περισσότερες οδηγίες και πληροφορίες, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να ανατρέξουν στο συγκεκριμένο οδηγό, ο οποίος έχει αναρτηθεί στην επίσημη ιστοσελίδα του ΕΦΕΤ.