

NUTRICION

HIGIENE DE ALIMENTOS FRESCOS Y ENVASADOS

Pasos para desinfectar los alimentos frescos como frutas y vegetales al regresar de las compras.

- 1) Lavarse las manos con agua y jabón.
- 2) Lavar los alimentos uno por uno con agua y detergente o jabón blanco y enjuagar.
- 3) Preparar una solución desinfectante en proporción de 1/2 cdita tipo té de lavandina por cada litro de agua.
- 4) Llenar la pileta de la cocina con esta solución y sumergir los alimentos por 20 minutos.
- 5) Retirar, enjuagar y escurrir en colador.
- 6) Embeber un trapo en una preparación cuya proporción sea de 2 cdas soperas de lavandina por litro de agua y aplicar en envases de fideos, botellas de vidrio o plástico, envases de cartón y latas.
- 7) Dejar actuar 10 minutos.
- 8) Proceder a la manipulación de los alimentos y productos alimenticios.

Objetivos:

- Evitar la contaminación de los alimentos frescos como frutas y vegetales como así de los alimentos envasados como salsas, leches, jugos y yogures.
- Fomentar en la familia rutinas de higiene en relación a las tareas correspondientes a la adquisición y almacenamiento de productos alimenticios.