**Безопасность плодовоовощной продукции**

Свежие плоды и овощи должны занимать одно из первых мест в повседневном рационе человека. В плодах и овощах содержится особо много витаминов C, P, А, Е, К, В9 и другие. Плодовоовощная продукция также богата минеральными веществами, органическими кислотами, углеводами, пектиновыми веществами и активной клетчаткой.

Биологическая ценность плодов и овощей невелика из-за низкого содержания белков. Однако белки многих видов плодов и овощей относятся к полноценным (картофель, капустные овощи, орехи, зернобобовые, грибы) и служат дополнением к животным белкам суточного рациона.

При оценке качества свежих плодов и овощей особое внимание необходимо обращать на внешний вид и величину плодов и овощей.

Внешний вид включает в себя следующие свойства: форму, окраску, зрелость, свежесть, целость, загрязненность, поврежденность механическую и сельскохозяйственными вредителями. Форма должна быть типичной для каждого сорта. Не допускаются плоды и овощи уродливой формы. Окраска обуславливает достоинства внешнего вида и зрелость плодов и овощей. Различают основную и покровную окраску.

Основная окраска может быть зеленой, желтой, оранжевой, а покровная окраска красной и фиолетовой. Наиболее высоко ценится ярко окрашенные плоды и овощи.

Все плоды должны быть свежими, сочными. Слабое увядание допускается в ограниченном количестве у некоторых плодов (у яблок поздних 1-го сорта).

Плодоовощная продукция, находящаяся в обращении, должна отвечать обязательным требованиям ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции» по показателям безопасности и сопровождаться декларацией о соответствии и товаросопроводительной документацией, обеспечивающей прослеживаемость данной продукции. Чтобы убедиться в безопасности продукции, потребитель вправе потребовать продавца ознакомить его с товарно-сопроводительной документацией на товар, содержащей по каждому наименованию сведения об обязательном подтверждении соответствия (декларацию о соответствии,  либо   сведения о декларации соответствия с указанием органа, выдавшего документ, его номер и срока действия).

  При хранении плодоовощной продукции должны соблюдаться условия хранения и срок годности, установленные изготовителем. Склады и помещения для хранения свежей плодовоовощной продукции должны быть чистыми, сухими, хорошо проветренными, темными и соответствовать карантинным санитарным требованиям. Оптимальным режимом хранения для большинства видов овощей является: температура - 0°С (±1°С), относительная влажность воздуха - 90-95%. Исключение составляют: арбузы - при 3-4°С и относительной влажности воздуха 85-90%; картофель при температуре 4-12°С и относительной влажности воздуха 85-90 %; тыквы - 8-10°С и относительной влажности воздуха 80-85%: лук и чеснок- температура -1-3°С и относительная влажность воздуха 70-80%.

Плодоовощная продукция, находящаяся на хранении и в реализации, должна сопровождаться информацией об условиях хранения и сроке годности. В случае, если осуществляется реализация пищевой продукции, неупакованной в потребительскую упаковку, или часть информации о которой размещена на листах-вкладышах, прилагаемых к упаковке, продавец обязан довести информацию о такой продукции до потребителя.

Покупая овощи и фрукты необходимо обращать внимание на их внешний вид, запах, цвет и консистенцию продукта, на условия их хранения. Окрас плодов должен быть свойственный данному виду, не иметь признаков порчи и гниения, без поврежденной кожуры. Спелые плоды отличает сильный приятный запах.  
Обратите внимание, что продажа загнивших, испорченных, с нарушением целостности кожуры овощей и фруктов запрещена.  
Помните, что перед употреблением овощи и фрукты следует тщательно промыть под проточной водой руками или при помощи щетки. Не рекомендуется использовать для мытья плодоовощной продукции бытовые средства для мытья посуды или мыло.

Химик-эксперт Филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Чувашской Республике – Чувашии в городе Канаш»

Орлянкова Т.И.