**Выбор качественных продуктов к Масленице**



Как правильно купить продукты для приготовления блинов к Масленице и обезопасить себя и своих близких от пищевых отравлений

В 2022 году пасху отмечают 24 апреля, и соответственно Масленичная неделя будет длиться с 28 февраля по 6 марта.

         На масленицу принято проводить пиры, печь блины. Блины это необходимый продукт, так как являются частью этого праздника, его духом и традицией.

         В преддверии традиционного народного праздника Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в г. Канаш» рекомендует жителям особенно внимательно отнестись к выбору продуктов для приготовления блюд.

Масленица - это, прежде всего, обильная и сытная пища, среди которой блины являются основным угощением и символом праздника. Чтобы обезопасить себя от возможных пищевых отравлений при покупке пищевых продуктов, мы рекомендуем:

- Мука. Для того, чтобы блины были нежные и пористые мука должна быть высшего или экстра сорта. Хранить ее лучше в упаковке из плотной бумаги, цвет ее должен быть белым или кремовым. Если вдруг вы видите, что мука темного цвета, значит, она отсырела и перестала быть полезной. Теряет она свои качества и после того, как истекает ее срок годности. Также мука должна быть приятной на вкус, немного сладковатой, сухой, слегка поскрипывающей между пальцев, она не должна становиться клейкой после того, как ее смешают с молоком, водой или кефиром.

  - Яйца. По стандартам, на каждом из яиц должна быть маркировка. "Д" означает диетическое, "С" - столовое. Разница только в сроке хранения. "Д" - до семи дней с момента его появления, "С" - больше семи. На скорлупе не должны присутствовать трещины, сколы, перья, следы помета. А на упаковке должны быть обозначены сроки производства и хранения, а также производитель. Чем ближе фабрика-изготовитель к магазину, тем лучше. Хранить яйца лучше при температуре от нуля градусов до плюс двадцати. Тогда их срок годности до 25 дней. А если вы кладете в холодильник мытые яйца, то хранить их можно вдвое меньше - 12 суток.  Кстати, маркировка "био", "эко", "органические" - это просто рекламный трюк, ведь в России яйца не сертифицируются. Если скорлупа яиц шероховатая, они ничем не хуже остальных.

-  Масло. Рафинированное дезодорированное. Выбирая растительное масло, стоит обратить внимание на срок годности (если он подходит к концу, масло может горчить), на цвет оно, чем светлее, тем лучше. А если выпал осадок, то оно испорчено.

Портится масло и теряет полезные свойства при воздействии света, так что лучше его брать из глубины магазинной полки. Надписи на этикетках, типа "без консервантов и красителей", "без холестерина", "с витамином Е" - это тоже рекламный ход, поскольку холестерин в принципе отсутствует в любом растительном масле. Так же как в любом есть витамин Е. Да и красители с консервантами добавить в него невозможно, поэтому никакое масло их не содержит.

 - Сливочное масло. Самое популярное и универсальное - с жирностью 82,5 процента. Оно должно быть сделано только из молочных жиров - например, молока, сливок. Если в его составе есть растительные масла - пальмовое, кокосовое, арахисовое, то это уже маргарин или спред, это должно быть указано на упаковке.

Лучше, если масло упаковано в фольгу, тогда оно лучше сохраняется. Хранить его лучше всего при температуре плюс два - плюс шесть градусов. Если вдруг оно начало портиться - вкус стал кисловатым, цвет неравномерным, его следует выбросить, даже выпекать из него что-то нежелательно.

- Молоко и молочные продукты, кроме изучения внешнего вида упаковки, следует изучить информацию на ней:

- массовая доля жира указывается в процентах. Исключение составляют обезжиренные продукты переработки молока, сыра, сырных продуктов, плавленых сыров, плавленых сырных продуктов. Также на упаковке для сыра, сырных продуктов, плавленых сыров, плавленых сырных продуктов должна быть указана массовая доля жира в сухом веществе (в процентах);

- массовая доля молочного жира (в процентах к жировой фазе) указывается на упаковке молокосодержащих продуктов;

- содержание в готовом кисломолочном или сквашенном продукте микроорганизмов (молочнокислых, бифидобактерий и других пробиотических микроорганизмов, а также дрожжей - колониеобразующих единиц (КОЕ) в 1 г продукта);

- содержание в готовом обогащенном продукте микро- и макроэлементов, витаминов и других используемых для обогащения продукта веществ. Также должно быть указание отношения количества добавленных в продукт веществ к суточной дозе их потребления и особенностей употребления продукта;

- срок годности продукции. Срок годности указывается после слов "годен до", "употребить до", "использовать до";

- условия хранения продукта. Обязательно должны быть указаны условия хранения после вскрытия упаковки, если качество и безопасность продукта при этом меняются;

- обозначение стандарта или технического документа изготовителя, в соответствии с которым произведен продукт;

Внимательно изучайте информацию о продукте, так как его состав не всегда соответствует его наименованию. Учитывайте, что йогурт и йогуртный продукт, творог и творожный продукт, сыр и сырный продукт - это разная по качеству и составу молочная продукция.

Не покупайте молоко, творог, сыры, если они хранились без охлаждения.

При покупке готовых замороженных блинов следует обращать внимание на внешний вид продукции, условия хранения и сроки годности. На каждой 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 генно-модифицированных организмов (ГМО), единый знак обращения продукции на рынке государств - членов Таможенного союза.

Блины могут быть упакованы в полиэтиленовую или картонную упаковку. Конечно, полиэтиленовая упрощает выбор, ведь есть возможность рассмотреть продукт. Все блинчики должны быть примерно одинакового размера, плотно свернутыми, цвет их может колебаться от кремового до слегка коричневого. Блины не должны быть слипшимися. Если вы увидели или поняли при встряхивании, что блины слиплись, это свидетельствует о неправильном их хранении и повторном замораживании. Еще одним признаком повторной заморозки является потемневшее тесто блинчиков. Блины должны храниться при температуре, установленной изготовителем и указанной на этикетке продукции. Внимательно изучите состав блинов. В идеале они должны быть изготовлены из муки, молока и куриных яиц. Обращайте внимание на срок годности продукции. "Просроченная" продукция может оказаться не только некачественной, но и опасной для здоровья и вызвать пищевое отравление.

Во избежание покупки некачественных продуктов внимательно изучите маркировку, срок годности, состав продуктов, температуру хранения и по возможности запах и внешний вид продукта, удостоверьтесь в целостности упаковки приобретаемого продукта, а также в том, что условия хранения соответствуют требованиям производителя.

Если у вас возникли сомнения в качестве и безопасности продукции, вы вправе потребовать у продавца документы, подтверждающие соответствие товара заявленным требованиям. Таким документом является декларация о соответствии товара.

Если вы купили некачественный продукт, то вы вправе возвратить товар ненадлежащего качества и потребовать возврата уплаченной за него суммы. Отсутствие у потребителя кассового или товарного чека либо иного документа, удостоверяющего факт покупки, не является основанием для отказа в удовлетворении его требований.

Чтобы застолье прошло без проблем, чередуйте жирные и жареные блюда с овощами — они помогают переваривать пищу, не переедайте и воздержитесь от употребления алкогольных напитков.

Если вы решили перекусить в местах, где проводятся уличные гуляния или другие культмассовые 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 элементарными правилами гигиены. Не забывайте о личной гигиене - лучше всего перед употреблением пищи на улице обработать руки гигиеническими салфетками.

Приятных вам праздников, будьте здоровы!

Филиал ФБУЗ « Центр гигиены и эпидемиологии в

Чувашской Республике- Чувашии в г. Канаш»