**Правила покупки продуктов питания в жару**

В сильную жару даже поход в супермаркет становится сложной задачей. Ведь некоторые продукты могут испортиться еще по дороге домой, они не выдерживают пребывания на жаре, поездок в общественном транспорте. Любые белковые продукты очень быстро портятся.  При соблюдении условий хранения производитель гарантирует качество и безопасность при употреблении этого продукта, но если температура повышается, то болезнетворные микроорганизмы начинают размножаться.

Колбаса

         Опасны поездки в душном общественном транспорте для различных колбас, особенно вареных. Они впоследствии будут употребляться без термической обработки, нарезаться на окрошку, например. Да и в процессе нарезания колбасы будут длительное время находится без холодильника и в них могут начать развиваться микроорганизмы.

Молочные продукты

        Также могут начать быстро портиться сметана и творог, другие молочные продукты. Мы их будем употреблять тоже без термической обработки.

Рыба

         Один из самых опасных продуктов, вне зависимости от того, в какой она продается упаковке — даже если в герметичной, все равно она очень быстро начинает портиться без сохранения правильной температуры.

Особенность рыбы и морепродуктов — рыхлая, насыщенная водой мышечная ткань. В такой ткани температура поднимается очень быстро, и начинаются процессы микробиологической порчи.

Пресервы рыбные

       Их пребывание на жаре — вообще катастрофа. Это продукты, которые не обработаны термически, они хранятся в рассоле, закрыты герметично. И все это создает отличные условия для размножения и роста микроорганизмов. Так что с пресервами нужно быть очень осторожными.

Мороженое

        Процессы порчи в жару очень быстро начинаются даже в мороженом. Стоит температуре внутри него подняться до минус 13 градусов, уже идет развитие микроорганизмов. Поэтому подтаявшее мороженое есть опасно.

Доставка

        Отдельно надо сказать про доставку готовых блюд. Те же суши, салаты, — эти блюда мы едим в холодном виде, не осуществляем их термическую обработку. Поэтому привозить все из ресторанов вам должны обязательно в сумке холодильнике.

**Будьте внимательны при приобретении продуктов в летнее время, не приобретайте продукты в неорганизованных для торговли местах.**

**Следуя данным правилам профилактики, вы можете предупредить кишечные заболевания и пищевые отравления**.

**Врач- эпидемиолог ГУ «Толочинский районный центр гигиены и эпидемиологии»**

**А.А.Лукьяненко**