

ΚΟΥΖΙΝΑ

ΚΑΝΟΝΕΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ & ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ



ΠΛΕΝΩ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΜΟΥ

- πριν ξεκινήσω το μαγείρεμα
- μετά το μαγείρεμα
- πριν και μετά το φαγητό
- μετά την τουαλέτα
- μετά το άγγιγμα ωμού κρέατος
- αν βήξω, φτερνιστώ, αγγίξω το κινητό μου

ΔΕΝ ΠΛΕΝΩ ΩΜΟ ΚΡΕΑΣ ΣΤΟΝ ΝΕΡΟΧΥΤΗ

- Δεν πλένω το ωμό κρέας στον νεροχύτη γιατί τα μικρόβια και η σαλμονέλα πετάγονται παντού
- Το κρέας καθαρίζεται με υψηλή θερμοκρασία και σωστό μαγείρεμα.
- ΔΕΝ δοκιμάζω το ωμό κρέας.



ΜΑΓΕΙΡΕΥΩ ΜΕ ΜΑΖΕΜΕΝΑ ΜΑΛΛΙΑ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΑ ΡΟΥΧΑ & ΠΟΔΙΑ

- Για να μην πέφτουν τρίχες μέσα στο φαγητό
- Για να αποφεύγω τα μικρόβια

ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΕΠΙΦΑΝΕΙΕΣ ΓΙΑ ΩΜΟ ΚΡΕΑΣ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ

- Χρησιμοποιώ διαφορετικό μαχαίρι και επιφάνεια κοπής για να μη μεταφέρονται μικρόβια.



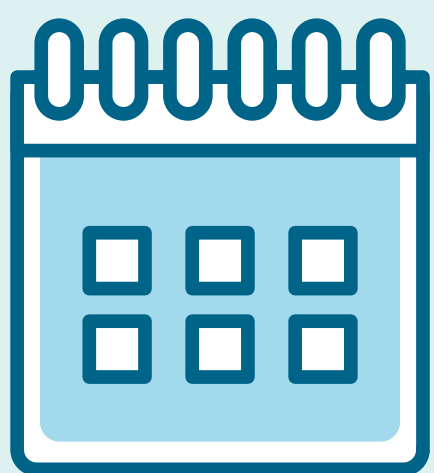
ΚΑΘΑΡΙΖΩ ΤΟΝ ΠΑΓΚΟ ΠΡΙΝ & ΜΕΤΑ ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ

- Με υγρό πανί/πετσέτα. Ο χώρος μου πρέπει να είναι πάντα οργανωμένος και καθαρός.



ΔΕΝ ΑΓΓΙΖΩ ΗΛΕΚΤΡΙΚΕΣ ΣΥΣΚΕΥΕΣ ΜΕ ΒΡΕΓΜΕΝΑ ΧΕΡΙΑ

- Ποτέ δεν χρησιμοποιώ ηλεκτρικές συσκευές και καλώδια με βρεγμένα χέρια
- Πάντα κρατάω ηλεκτρικές συσκευές και καλώδια μακριά από νερό
- Κίνδυνος ηλεκτροπληξίας!



ΕΛΕΓΧΩ ΛΗΓΜΕΝΑ ΤΡΟΦΙΜΑ

- Πάντα ελέγχω την ημερομηνία λήξης πριν χρησιμοποιήσω τα τρόφιμα. Η ημ/νία λήξης βρίσκεται πάνω στην συσκευασία.

ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΩ ΧΑΛΑΣΜΕΝΑ ΚΑΛΩΔΙΑ ΚΑΙ ΣΥΣΚΕΥΕΣ

- Αν μια ηλεκτρική συσκευή είναι χαλασμένη ΔΕΝ την χρησιμοποιώ
- Ζητώ βοήθεια από έναν ενήλικα



ΠΛΕΝΩ ΚΑΛΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ & ΦΡΟΥΤΑ

- Με άφθονο νερό, ακόμη και αν πρόκειται να τα ξεφλουδίσω. Ξεπλένω πάντα το χώμα και τα μικρόβια.



ΔΕΝ ΞΕΧΝΩ ΤΟ ΜΑΤΙ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ ΑΝΟΙΧΤΟ - ΜΑΓΕΙΡΕΥΩ ΜΕ ΕΠΙΒΛΕΨΗ ΕΝΗΛΙΚΑ

- Κλείνω το μάτι της κουζίνας και τις ηλεκτρικές συσκευές μετά την χρήση
- Μαγειρεύω με άδεια και επίβλεψη ενήλικα
- Προσέχω πολύ!

