



5x Veilig eten in woonvormen!

Door veilig om te gaan met het eten, voorkom je dat er mensen ziek van worden. Hoe je dat doet? Let goed op bij het kopen, koken en bewaren van voedsel. Lees deze tips om het risico op een voedselinfectie te beperken. Meer informatie kun je vinden in de Hygiëncode voor woonvormen: www.voedingscentrum.nl/hygiencode.

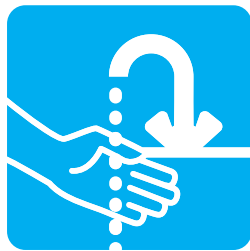
1 Kopen



Let op de houdbaarheidsdatum. Voor bederfelijke producten is het belangrijk dat ze worden opgegeten uiterlijk op de TGT-datum (Te Gebruiken Tot).

Koop bederfelijke en diepvriesproducten als laatste. Berg de producten zo snel mogelijk op in de koelkast of in de vriezer. Gekoelde producten die aan huis worden afgeleverd, horen kouder te zijn dan 7 °C.

2 Wassen



Was je handen vaak en goed met vloeibare zeep. Was ze altijd voor het eten en voor het bereiden van voedsel. Maar ook na het aanraken van rauw vlees, na toiletbezoek en na het verzorgen van bewoners. Laat ook de bewoners hun handen wassen voor het eten en voor het koken.

Was groente en fruit grondig onder stromend water, zeker als ze rauw worden gegeten.

3 Scheiden



Zorg dat klaargemaakt eten niet in contact komt met producten die nog rauw zijn, zoals vlees en vis.

Gebruik keukengerei (zoals snijplanken, messen of spatels), dat in aanraking is geweest met rauw vlees of vis, niet meer voor andere producten. Of was het keukengerei tussendoor af met heet water en afwasmiddel.

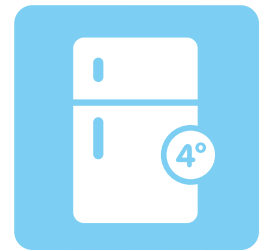
4 Verhitten



Verhit warm eten goed. Vooral vlees, kip, eieren, vis en schaal- en schelpdieren.

Verhit aangeleverde of in de winkel gekochte kant-en-klaar maaltijden door en door tot stomend heet. Schep het goed om tijdens het verhitten, ook bij opwarmen in de magnetron.

5 Koelen



Bewaar bederfelijke producten in de koelkast op 4 °C. Ontdooi ingevroren voedsel in de koelkast of in de magnetron met de ontdooistand.

Gooi bederfelijke producten weg als deze langer dan 2 uur buiten de koeling hebben gestaan.

Meer info over het bewaren van producten nadat de verpakking is aangebroken: www.voedingscentrum.nl/bewaarwijzer.

Let op!

Mensen die ouder zijn dan 65 en mensen met een verminderde weerstand wordt afgeraden om bepaalde producten te eten. Bijvoorbeeld rauw vlees, rauwe vleeswaren, rauwmelkse kaas, gerookte vis en rauwe kiemgroenten zijn risicovolle producten. Als deze producten door en door verhit zijn, kunnen ze veilig gegeten worden. Kijk voor meer uitleg op www.voedingscentrum.nl/kwetsbaregroepen.

www.voedingscentrum.nl/eetveilig

eerlijk over eten
Voedingscentrum