**Как правильно выбрать безопасные продукты к Масленице**

  Приближается Масленица – главный праздник, символизирующий конец календарной зимы и начало наступления весеннего периода года. Традиционным угощением на Масленицу являются блины: все их любят, но далеко не все их пекут, предпочитая покупать готовые изделия. Расскажем о том, как правильно выбрать безопасные блины и продукты на их основе, чтобы избежать пищевых отравлений в период Масленичной недели.

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 товара соответствуют установленным требованиям производителя.

Итак, основные продукты, которые хозяйки закупают **к Масленице**, чтобы сделать хороший праздничный стол.

Покупая **муку**, хозяйки часто обращают внимание на ее сорт. Самый нежный сорт муки — это высший, потому что мучные частички (0,1-0,2 мм) мельче, чем в остальных сортах. Лучше покупать муку в бумажных пакетах, чтобы она могла «дышать» и дольше сохранять свои свойства. Муку в полиэтиленовом пакете необходимо периодически встряхивать, а если она хранится больше двух-трех месяцев, то даже просеивать. Качественная мука должна быть без посторонних включений.

При выборе **молока** необходимо обращать внимание на целостность упаковки: если она нарушена, то товар покупать нельзя. Внимательно изучайте информацию о продукте, так как состав продукта не всегда соответствует его наименованию. Учитывайте, что молоко и молокосодержащий продукт – это разная по качеству и составу продукция.

Первое, на что следует обращать внимание при выборе **сливочного масла**, это состав. Самое главное правило: в настоящем сливочном масле вообще не должно быть растительных жиров. Там должны фигурировать только сливки и цельное молоко, иногда соль. Если в составе присутствует пальмовое, арахисовое, кокосовое масло или просто ингредиент под названием «заменитель молочных жиров», вы держите в руках маргарин или спред, что бы там ни обещала упаковка. Это уже не настоящее масло, а смесь из растительных и животных жиров.  Покупая **сметану**, обратите внимание на наименование – должно быть четко прописано название «сметана», под уменьшительно-ласкательными «сметания», «сметанка» часто скрывается сметанный продукт на основе растительных жиров. Состав должен содержать ингредиенты, разрешенные государственным стандартом: сливки, закваску, молоко или молочные продукты. Еще раз обращаем внимание на то, что никаких растительных жиров, ароматизаторов, загустителей, консервантов в традиционной сметане быть не должно.

При покупке **яйца куриного** необходимо помнить о том, что не допускается продажа яиц в отделах (секциях) организаций торговли, реализующих нефасованные продукты, готовые к употреблению, запрещена реализация яиц с истекшим сроком годности, а также с загрязненной скорлупой, с пороками, с насечкой, «тек», «бой». Не забывайте проверять качество яиц в местах их продажи на овоскопе.

Что касается **масла растительного**, то тут можно дать рекомендации по хранению продукта после покупки. Совершенно неправильно хранить масло в открытой емкости. После покупки можно перелить масло в стеклянную емкость, но обязательно закрытую. Хранить емкость с маслом нужно в темном месте: закрытой полке или холодильнике, поскольку на свету разрушается ценный витамин Е – природный антиоксидант, содержащийся в масле.

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 продуктов в торговых точках, где элементарно пренебрегают правилами гигиены. Не забывайте о личной гигиене – лучше всего перед употреблением пищи на улице обработать руки гигиеническими салфетками.

Согласовано:

И. о. Начальника территориального отдела

Управления Роспотребнадзора по Свердловской

области в Чкаловском районе г. Екатеринбурга,

в г. Полевской и в Сысертском районе. Н.В. Шатова

статья подготовлена врачом по гигиене питания

Корниловой Е.Ю. тел.269-16-26