**Жаркая пора. Где скрывается опасность?**

Летняя жара существенно увеличивает риск пищевых отравлений, поскольку высокая температура способствует активному размножению вредоносных микроорганизмов, для которых продукты питания служат идеальной питательной средой. Чтобы избежать проблем со здоровьем, рекомендуется покупать продукты в небольших количествах, рассчитывая на ближайшее употребление, и строго следить за сроками годности, особенно для мяса, молочной продукции, рыбы, яиц, кондитерских изделий с кремом, готовых салатов и кулинарии.

После приобретения продукты следует сразу же доставить их домой и поместить в холодильник, обеспечив раздельное хранение сырых и готовых продуктов, а также немытых овощей и фруктов, чтобы избежать перекрестного загрязнения бактериями. Чтобы спасти продукты от жары, можно воспользоваться термопакетом. Он сохранит температуру охлажденных продуктов в течение двух часов.

**Чтобы не заработать пищевое отравление, помни следующие правила:**

* Крайне важно избегать покупки продуктов на прилавках без холодильного оборудования, так как жара негативно сказывается на их качестве и безопасности. Если сомневаетесь в качестве продукции или эффективной работе холодильного оборудования, то лучше отложить покупку.
* При выборе продуктов обращайте внимание на сроки годности и условия хранения в магазине.
* Приобретайте скоропортящиеся продукты только в магазинах с работающими холодильниками.
* Учитывайте, что на упаковке молочных и кисломолочных продуктов, соков, салатов промышленного производства и иной подобной продукции указан срок годности, рассчитанный на неповрежденную упаковку и правильное хранение. После вскрытия упаковки срок хранения значительно сокращается.
* Не покупайте замороженные продукты с деформированной упаковкой или признаками размораживания.
* В летний период лучше отказаться от фастфуда и сладостей, таких как чебуреки, беляши, выпечка с начинками и кремом, так как они могут быть опасны даже при хранении в холодильнике.