*Домашняя работа.*

1. *Прочитать правила.*
2. *Нарисовать одно из правил.*

*1. Самое важное правило гигиены: мойте руки до и после еды*

Мытье рук является основой гигиены на кухне. Бактерии очень легко переносятся, так что мойте руки во время приготовления пищи. Убедитесь, что все члены семьи знают, как правильно это делать, особенно дети.

*2.Тщательно готовьте еду*

Одной из самых важных процедур является правильное приготовление пищи. Если еда не полностью готова, опасные микроорганизмы могут вызвать отравление\*. Разрезайте все блюда, чтобы проверить, готовы ли они, и убедитесь, что разогретая еда достаточно горячая.

*3. Правильно храните продукты*

Правильное приготовление еды – это не единственное необходимое правило гигиены. Одним из самых важных правил гигиены на кухне является безопасное хранение пищи. Убедитесь, что оставшаяся еда накрыта пленкой. Не кладите теплую еду в холодильник и избавляйтесь от всех продуктов с истекшим сроком годности.

*4. Протирайте все поверхности*

Протирание поверхностей кухонных шкафов и столов после каждого использования – это одно из самых простых (и эффективных!) правил гигиены. Вы не только будете поддерживать свой дом в чистоте и порядке, но и предотвратите распространение бактерий.

Санитарные нормы на кухне легко поддерживать, если убирать любые загрязнения, как только они появляются. Держите под рукой бумажные полотенца [Zewa Premium](https://www.zewa.net/ru/produkty/bumazhnye-polotenca/decor/) - прочные и отлично впитывающие, они станут вашим незаменимым помощником в доме.

*5. Храните и нарезайте продукты раздельно*

Чтобы избежать отравлений, обязательно храните продукты раздельно. Это одно из основных правил для чистой работы кухни. Используйте разные разделочные доски для рыбы, мяса, овощей, молочных продуктов и хлеба (используйте разноцветные доски, чтобы не запутаться) и никогда не оставляйте еду рядом с сырым мясом. Эти простые правила гигиены помогут вам избежать распространения бактерий.

*6. Мойте разделочные доски после каждого использования*

Кусочки еды, оставленные на разделочных досках, быстро начинают плодить бактерии - чтобы избежать этого, нужно мыть разделочные доски после каждого использования.

*7. Регулярно выносите мусор*

Регулярный вынос мусора крайне важен для чистоты на кухне. Кухня становится средой для распространения бактерий, если продукты начинают гнить. Выносите мусор каждый день, чтобы избежать неприятных запахов и поддерживать гигиену на кухне.

*8. Тщательно удаляйте жирные пятна*

Случалось ли с вами когда-нибудь, что вы протерли текстильным полотенцем жирное пятно, а затем перенесли его на каждую поверхность на кухне? Попробуйте использовать прочные и отлично впитывающие бумажные полотенца [Zewa Premium,](https://www.zewa.net/ru/produkty/bumazhnye-polotenca/decor/" \o "Zewa Premium Decor) чтобы не переносить жир и загрязнения на другие поверхности.

*9. Поддерживайте холодильник в чистоте*

Здоровье напрямую зависит от чистоты в холодильнике. Если не проводить уборку, загрязнения и гниющая еда могут распространить бактерии на другие продукты. Поэтому используйте бумажные полотенца [Premium](https://www.zewa.net/ru/produkty/bumazhnye-polotenca/decor/" \o "ZEWA Premium Decor) для ежедневной мини-уборки в холодильнике.

*10. Ежедневно мойте раковину*

Раковина используется каждый день, и, если ее не поддерживать в чистоте, она быстро загрязняется и становится источником бактерий. Это еще одно важное правило, которое не отнимет у вас много времени: просто мойте раковину жесткой щеткой с моющим средством один раз в день. Протирайте любую разлитую жидкость или загрязнения вокруг раковины с помощью прочных и хорошо впитывающих бумажных полотенец *[Zewa Premium](https://www.zewa.net/ru/produkty/bumazhnye-polotenca/decor/" \o "ZEWA Premium Decor).*