



REGRAS BÁSICAS

SEGURANÇA ALIMENTAR

- O vestuário deverá ser apropriado às funções a desempenhar (bata, touca, calçado).
- Não utilizar adornos (relógio, brincos, anéis...) durante o exercício de funções.
- Lavar as mãos antes de iniciar a manipulação de alimentos e sempre que mude de tarefa.
- Proteger feridas e cortes das mãos e antebraços.
- Manter as diversas áreas da cozinha limpas.
- Manter os utensílios e equipamentos devidamente higienizados.
- Controlar a recepção de matérias-primas qualitativa e quantitativamente.
- Armazenar os produtos alimentares por famílias.
- Separar bens alimentares de bens não alimentares.
- Não congelar produtos frescos em arcas de manutenção de congelados.
- Não preparar alimentos com demasiada antecedência.
- Utilizar tábuas de corte distintas para diferentes grupos de alimentos.
- Evitar contacto entre alimentos crus e cozinhados.
- Nunca manipular alimentos confeccionados directamente com as mãos.
- Conservar alimentos confeccionados abaixo dos 5°C ou acima dos 65°C.

FAÇA DA COZINHA UM EXEMPLO EM HIGIENE E SEGURANÇA ALIMENTAR!

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, ALIMENTAÇÃO SEGURA!