

BUENA HIGIENE PARA ALIMENTOS SANOS

- Siempre lávese las manos con jabón antes de cocinar o comer.
- Enjuague las frutas y vegetales con agua antes de comerlos.
- Mantenga la carne sin cocinar y el pescado lejos de otros alimentos.
- Almacene los productos lácteos, la carne y el pescado en el refrigerador.
- Después de preparar alimentos, limpie el mostrador y las tablas de cortar con jabón y agua.
- No deje alimentos preparados afuera por más de 2 horas.
- Almacene sobras de alimentos en contenedores cerrados en la nevera o en el congelador.
- **La buena higiene en la preparación de los alimentos mantiene a su familia libre de enfermedades debidas a comida dañada.**
- **El almacenar alimentos de la forma adecuada ayuda a mantenerlo a Ud. y su familia libre de enfermedades causadas por alimentos dañados.**

