

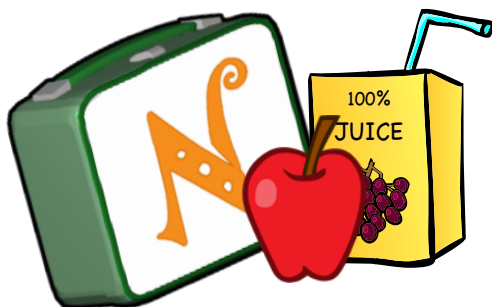
La Seguridad de Alimentos del Chef Solus Para el Regreso a la Escuela



Es el tiempo para sacar las mochilas y limpiar las loncheras ya que los niños regresan a la escuela este mes. Es sumamente importante preparar almuerzos seguros para la escuela y el trabajo.

Consejos Rápidos:

- ★ Lave las frutas y vegetales en agua corriente, incluyendo los que tienen cáscaras que no se comen. Seque con una toalla de papel.
- ★ Si los almuerzos se preparan en casa la noche anterior, póngalos en el refrigerador hasta la hora de irse.
- ★ (Asegúrese de que el refrigerador esté a 40° F 40 o menos y use un termómetro de electrodoméstico para verificar la temperatura).
- ★ El almuerzo de su niño puede incluir artículos perecederos (sándwiches, fruta fresca) y artículos estables (galletas, pudín envasado). Los artículos perecederos se tienen que mantener fríos para reducir el riesgo de enfermedades transmitidas por los alimentos.
- ★ Use una lonchera térmica con una botella térmica para alimentos calientes o un paquete de gel congelado o una caja de jugo congelada para mantener fríos los alimentos perecederos.
- ★ Lave las loncheras térmicas con agua caliente y jabón después de cada uso.
- ★ Use una bolsa térmica de lados suaves si es posible. Son mejores para mantener los alimentos fríos.
- ★ Asegúrese de que su niño sepa que debe tirar a la basura todos los envases usados y las sobras perecederas. No use las bolsas de plástico de nuevo ya que pueden contaminar otros alimentos y causar enfermedades transmitidas por alimentos.



Fuente:: The Fight BAC!® Web site at www.fightbac.org.