

RREGULLAT E ARTA TË SIGURISË USHQIMORE

1

MBANI PASTËRTI

- Lani duart përpara se të përgatitni ushqimin
- Lani dhe dezinfektoni të gjitha sipërfaqet dhe pajisjet e përdorura për përgatitjen e ushqimit.
- Mbroni kuzhinën nga insekte e kafshë të ndryshme.

MBANI USHQIMET NË TEMPERATURA TË SIGURTA

- Mos lini ushqimet e gatuar në temp. e ambientit për më shumë se dy orë.
- Vendosni ushqimet në frigorifer pasi të ftohen (preferohen temp. nën 5C)
- Përpara servisjes, ngrohini ushqimet e gatuar.
- Ushqimet e vendosura në frigorifer mos i mbani gjatë pa i konsumuar.
- Mos i lini ushqimet e ngrira, të shkrijnë në temp. e ambientit

2

3

GATUANI ME KUSHTE HIGJIENO-SANITARE

- Përdorni ujë të pastër ose të zier.
- Zgjidhni ushqime të freskëta dhe të stinës.
- Zgjidhni ushqime të përpunuara nga ana e sigurisë, si p.sh qumësht të pasterizuar
- Lajini frutat dhe perimet, veçanërisht nëse do të konsumohen të freskëta.
- Mos i përdorni ushqimet pas datës së skadencës.

VEÇONI USHQIMET E GATUARA NGA ATO TË PAGATUARA

- Veçoni mishrat e pagatuara(mishin e kuq, mishin e shpendëve dhe prodhimet e detit) nga ushqimet e tjera.
- Përdorni enë të veçanta për të shmangur kontaktin midis ushqimeve të gatuar nga ato të pagatuara.
- Ruani ushqimet në enë të veçantë për të shmangur kontaktin midis ushqimeve të gatuar nga ato të pagatuara.

4

5

KUJDES GJATË GATIMIT

- Gatuni ushqimin mirë, veçanërisht mishin e kuq, mishin e shpendëve, vezët dhe prodhimet e detit.
- Zieni ushqimet duke siguruar që të arrijnë temp. 70C. Në rastin e mishit të kuq dhe mishit të shpendëve, sigurohuni që lëngu të jetë pa ngjyrë.



Numri i gjelbër
0800 7575



e-mail info@aku.gov.al



www.aku.gov.al