



Υγιεινή και Ασφάλεια Τροφίμων

- ✓ Πλένε τα χέρια σου πριν πιάσεις οποιοδήποτε τρόφιμο θέλεις να φας
- ✓ Πλένε τα χέρια σου κάθε φορά που χρησιμοποιείς την τουαλέτα.
- ✓ Πλένε καλά όλα τα σκεύη που θα χρησιμοποιήσεις
- ✓ Διατήρησε καθαρό το χώρο που προετοιμάζεις το φαγητό σου



- Επέλεξε φρέσκα και υγιεινά τρόφιμα
- Πλένε καλά τα φρούτα και τα λαχανικά και ιδιαίτερα όταν πρόκειται να τα καταναλώσεις ωμά.
- Μην καταναλώνεις τρόφιμα που έχουν λήξει

