**Качество и безопасность плодовоовощной продукции, рекомендации для населения.**

Свежие плоды и овощи должны занимать существенное место в рационе человека. В плодоовощной продукции много витаминов C, P, А, Е, К, В9 и других, кроме В12 и D. Богаты продукты также и минеральными веществами. Содержащиеся в них макро- и микроэлементы являются важными веществами для человека.

 Продажа плодоовощной продукции регламентируется санитарными правилами СП 2.3.6.3668-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям деятельности торговых объектов и рынков, реализующих пищевую продукцию», а также техническими регламентами  ТР ТС 023/2011, ТР ТС 021/2011.

Ассортимент плодоовощных товаров очень велик, но можно скомпоновать его в определенные группы: замороженные плоды и овощи (картофель, овощи, овощные смеси, фруктово-ягодные смеси, фрукты, ягоды), консервы овощные (артишоки, ассорти, баклажаны, бамия, виноградные листья (долма), закуски овощные, зеленый горошек, икра овощная, имбирь, кабачки, каперсы, капуста, цветная капуста, брокколи и др., кукуруза, лечо, лук, лютеница, морковь, огурцы, патиссоны, перец в ассортименте, пинджур, рагу овощное, рататуй, редька, салат, свекла, смесь овощная, спаржа, томаты, фасоль, черемша, чеснок, консервы плодово-ягодные (варенье, джем, компот, конфитюр, повидло, сиропы, фруктовый десерт; фрукты, протертые с сахаром; ягода, протертая с сахаром), свежие овощи и зелень (бахчевые, бобовые, зелень, овощи, экзотические), свежие плоды (фрукты, экзотические, ягода), сушеные плоды и овощи (сухофрукты).

Покупателю, для того, чтобы быть уверенным в происхождении и качестве приобретаемых овощей и фруктов необходимо следовать следующим правилам при покупке плодоовощной продукции:

* необходимо обращать особое внимание на места продажи продукции - рекомендуется приобретать овощи, фрукты, в специализированных местах торговли (сельскохозяйственные рынки, магазины, павильоны), где реализуются товары, прошедшие санитарную экспертизу в лабораториях, что гарантирует безопасность продукции;
* приобретать продукты не стоит в местах несанкционированной торговли, вдоль трасс, на стихийных рынках;
* при покупке продукции обращайте внимание на санитарно-техническое и гигиеническое состояние торговой точки, наличие условий для соблюдения правил личной гигиены персоналом, обеспеченность санитарной одеждой;
* предпочтение отдавайте приобретению сезонных овощей и фруктов, в раннем периоде велика вероятность повышенного содержания нитратов;
* при выборе овощей и фруктов обращайте внимание на целостность их кожуры (в организациях торговли запрещается реализация загнивших, испорченных, с нарушением целостности кожуры овощей и фруктов);
* чтобы убедиться в безопасности продукции, потребитель вправе потребовать продавца ознакомить его с товарно-сопроводительной документацией на товар, содержащей по каждому наименованию сведения об обязательном подтверждении соответствия (сертификат соответствия либо сведения о декларации о соответствии с указанием органа, выдавшего документ).
* предусмотренная и нанесенная в виде надписей маркировка плодоовощной продукции должна быть нанесена на русском языке.

Помните, что перед употреблением овощи и фрукты следует тщательно промыть под проточной водой руками или при помощи щетки. Не рекомендуется использовать для мытья плодоовощной продукции бытовые средства для мытья посуды или мыло.

|  |  |
| --- | --- |
| Биолог филиала ФБУЗ « Центра гигиены и эпидемиологии в ЧР –Чувашии в г.Новочебоксарске | А.В.Васильева |