



MODALITA' DI CONSERVAZIONE DEGLI ALIMENTI



MODALITA' DI CONSERVAZIONE

Una delle operazioni più importanti per la conservazione adeguata dei prodotti che acquistiamo o trasportiamo è quella di controllare che le **confezioni siano integre.**

Nel caso si fosse verificata qualche rottura durante il trasporto, consumare gli alimenti in tempi brevi, agendo come se la confezione fosse stata aperta e seguendo le indicazioni di conservabilità riportate in etichetta.



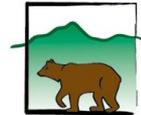
Ridurre il tempo di trasporto del cibo
dal supermercato a casa evitando soste, soprattutto
se le temperature esterne sono elevate.

Durante il trasporto se ho prodotti surgelati

UTILIZZO BORSA TERMICA

Rispettare la catena del freddo per tutti i prodotti surgelati e refrigerati evitando di acquistare quei prodotti che presentano sulla scatola brina o ghiaccio, il che significa che hanno subito uno shock termico



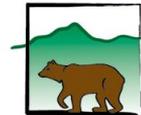


CONSERVAZIONE IN DISPENSA

Bottiglie di olio : vanno acquistati preferibilmente in bottiglie scure, lontano dalla luce e da fonti di calore (14°-24°C) ben chiuse per prevenirne l'irrancidimento.

Scatolame: la parte superiore va pulita dalla polvere , e una volta aperta travasare in contenitori appositi per alimenti

Se all'apertura una scatola /barattolo presenta **MUFFA, FUORIUSCITA DI GAS, BOLLICINE, ODORE O CONSISTENZA NON NORMALE VA SCARTATO**



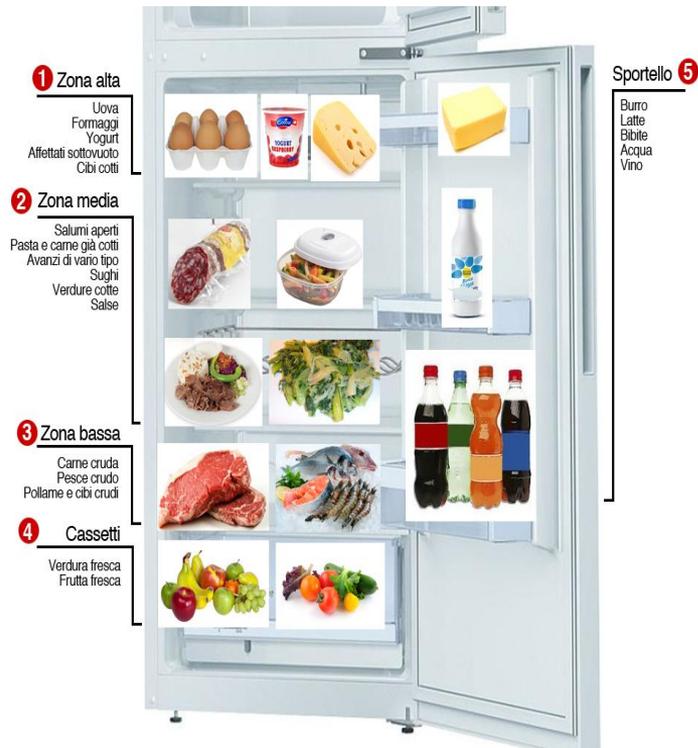
CONSERVAZIONE IN FRIGORIFERO

Temperatura media di 3-4°C

CESTELLO FRUTTA -VERDURA: Temperatura piu' alta (circa 8°C)
sia per salvaguardare caratteristiche organolettiche e nutrizionali
,("BRUCIATE "dal freddo), sia perché SPORCHE(terra,insetti...)

•1°RIPIANO: circa 2°C conservare CARNE O PESCE crudi tenuti
ben separati

•RIPIANI SUPERIORI: la temperatura è superiore
(non deve superare i 6°C)



Pesi e misure in cucina

Per facilitare le preparazioni

- 1 tazza di acqua **150 ml**
- 1 tazza di farina **100 g**
- 1 tazza di zucchero **200 g**
- 1 tazza di pangrattato **70 g**

- 1 cucchiaio di farina **10 g**
- 1 cucchiaio di zucchero **20 g**
- 1 cucchiaio di confettura **15 g**
- 1 cucchiaio di spezie **10 g**
- 1 cucchiaio di grana **10 g**
- 1 cucchiaio di cacao **5 g**
- 1 cucchiaio di sale **15 g**
- 1 cucchiaio di yogurt **20 g**
- 1 cucchiaio di olio **15 ml**
- 1 cucchiaio di zucchero a velo **5 g**

- 1 bicchiere di acqua, vino o altro **100 ml**
- 1 bicchierino di liquore o altro **30 ml**



- 1 cucchiaino di burro **5 g**
- 1 cucchiaino di farina **5 g**
- 1 cucchiaino di olio **5 ml**
- 1 cucchiaino di caffè liofilizzato **5 g**

I valori in etichetta si riferiscono a 100 g/100 ml dell'alimento oppure alle singole porzioni

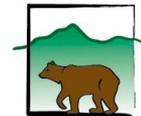


Informazioni nutrizionali obbligatorie

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI: ABBRACCI			
VALORI MEDI	per 100g	per biscotto (11g)	%AR* per biscotto
ENERGIA	2056 kJ 491 kcal	226 kJ 54 kcal	3% 3%
GRASSI di cui: acidi grassi saturi	23,5 g 10,5 g	2,6 g 1,2 g	4% 6%
CARBOIDRATI di cui: zuccheri	60,9 g 24 g	6,7 g 2,6 g	3% 3%
FIBRE**	4,0 g	0,4 g	-
PROTEINE	7,0 g	0,8 g	2%
SALE	0,625 g	0,069 g	1%

*AR = assunzione di riferimento di un adulto medio (8400 kJ / 2000kcal).
** Determinate con metodo AOAC 2009.01.

Le indicazioni nutrizionali sono espresse come percentuale delle **assunzioni di riferimento per un adulto medio ossia circa 2000 kcal al giorno.**



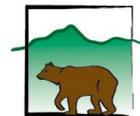
Decifrare i codici stampati sulle **uova**:

0	Metodo di allevamento: 0 - allevamento biologico 1 - allevamento all'aperto 2 - allevamento a terra 3 - allevamento in gabbia
IT	Stato in cui è prodotto
063	Codice del comune in cui è prodotto l'uovo
NA	Sigla della provincia in cui è prodotto l'uovo
001	Codice ASL dell' azienda di produzione



DATE DI SCADENZA E
DEPOSIZIONE





Dipartimento di Prevenzione ASL BI
Via Don Sturzo, 20 Biella
Direttore Dr. Luca Sala