



# Preparo Seguro de Alimentos

Mantenha seus alimentos seguros para consumo.



# Cozinhe em Temperaturas Seguras

Elimine patógenos prejudiciais.

**1**

## **Carne**

Cozinhe até o ponto certo.

**2**

## **Frango**

Cozinhe até a temperatura interna correta.

**3**

## **Peixe**

Cozinhe até ficar opaco.

**4**

## **Ovos**

Cozinhe até a gema estar sólida.

# Mantenha a Limpeza

Prevenir contaminação cruzada.

## Superfícies

Limpe antes e depois do preparo.

- Balcões
- Tabuletas
- Utensílios

## Mãos

Lave antes e depois de manipular alimentos.

- Após usar o banheiro
- Após tossir ou espirrar
- Após manusear animais

## Utensílios

Utilize utensílios limpos para cada alimento.

- Facas
- Colheres
- Talheres



# Evite Doenças

Evite a propagação de germes.

1

## Sintomas

Não cozinhe se estiver doente.

2

## Higiene

Lave as mãos frequentemente.

3

## Isolamento

Evite contato com alimentos.