

**Потребителю. Качество и безопасность плодоовощной продукции.
Что необходимо знать при покупке овощей и фруктов.**

Плодоовощная продукция- это источник ценных для жизни человека витаминов, питательных веществ и микроэлементов. Для того, чтобы свежие фрукты, ягоды и овощи принесли максимум пользы, Роспотребнадзор рекомендует воспользоваться некоторыми советами при выборе плодоовощной продукции.

1. Плодоовощную продукцию приобретайте в специально отведенных, оборудованных местах - на рынках, магазинах, летних палатках. Для реализации плодоовощной продукции и бахчевых культур выделяются места сезонной торговли, которые утверждаются органами местного самоуправления. Согласно санитарным правилам, продажа овощей, фруктов и бахчевых культур с земли не допускается. Для временного хранения и реализации овощей и фруктов должны быть оборудованы специальные настилы, подтоварники, стеллажи. Не следует приобретать плодоовощную продукцию в неустановленных местах торговли, у частных лиц, в т.ч. торгующих с земли, на обочинах дорог.

2. При необходимости требуйте от продавца документы, подтверждающие происхождение, качество и безопасность приобретаемой пищевой продукции, так как их отсутствие в месте продажи является нарушением установленных требований.

3. Не допускайте покупку овощей, ягод, фруктов с признаками загнивания и порчи, арбузов и дынь частями, на разрез. Продавец обязан при отпуске покупателю плодоовощных товаров производить отсортовку брака продукции, образующейся в процессе продажи. Покупая овощи, фрукты и ягоды необходимо обращать внимание на внешний вид, запах, цвет и консистенцию продукта. Окрас плодов должен быть свойственный данному виду, не иметь признаков порчи и гниения, без повреждений кожуры. Спелые плоды отличает сильный приятый запах. Отдавайте предпочтение покупке сезонных овощей, фруктов и ягод.

К явным признакам недоброкачественности плодоовощной продукции можно отнести наличие подавленных, битых, червивых плодов, повреждение кожуры, наличие плесени, признаков гниения.

При выборе ягод спелые, качественные плоды должны быть сухие, без признаков гниения, однородного насыщенного цвета с гладкой неповрежденной поверхностью и ярким запахом.

Признаки ягод, в том числе клубники, от употребления которых стоит воздержаться:

- ягоды влажные, на поверхности есть пятна, отсутствует аромат,
- мягкие ягоды (быстро испортятся, возможно, процесс гниения уже начался),
- листики «чашечки» сухие, пожелтевшие, либо - отсутствуют (как правило такие ягоды были собраны давно),
- окраска не однородная, есть зеленоватые пятна, кончик ягод белый (признаки неполной зрелости).

4. В целях профилактики острых кишечных инфекционных и паразитарных заболеваний, необходимо строго соблюдать правила личной гигиены, мыть руки перед едой и приготовлением пищи. Перед употреблением овощи и фрукты необходимо тщательно промыть от грязи под проточной водой руками или при помощи щётки. Если не планируете употребить данные продукты в день приобретения, необходимо убрать их в холодильник без предварительного мытья.

Сырые овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, рекомендуется выдерживать в 3-процентном растворе уксусной кислоты или 10-процентном растворе поваренной соли в течение 10 мин. с последующим ополаскиванием проточной водой.

Документами, регламентирующими требования к обороту, качеству и безопасности плодоовощной продукции являются: Федеральный закон РФ № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»; СП 2.3.6.3668-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям деятельности торговых объектов и рынков, реализующих пищевую продукцию", ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции»; ТР

ТС 022/2011 «Требования к маркировке пищевой продукции», Закон РФ "О защите прав потребителей".

Покупая овощи и фрукты, потребителям необходимо обращать внимание на внешний вид и цену, на маркировку, нанесенную на упаковку, этикетку или листок-вкладыш. Маркировка пищевой продукции- информация о пищевой продукции, нанесенная в виде надписей, рисунков, знаков, символов, иных обозначений и (или) их комбинаций на упаковку или на иной вид носителя информации, прикрепленного к упаковке или помещенного в нее либо прилагаемого к ней.

Согласно Техническому Регламенту маркировка упакованной плодово-овощной продукции должна содержать следующие сведения:

- наименование продукции;
- состав (допускается не указывать состав свежих фруктов, ягод и овощей, которые не очищены от кожуры, не нарезаны или не обработаны подобным способом);
- количество;
- дата изготовления (год урожая или год сбора);
- срок годности;
- условия хранения;
- наименование и место нахождения изготовителя и(или) уполномоченного изготовителем лица и(или) импортера;
- рекомендации и (или) ограничения по использованию;
- сведения о наличии компонентов, полученных с применением генно — модифицированных организмов;
- единий знак обращения продукции на рынке государств-членов Таможенного союза.

Информация о продуктах должна быть представлена на русском языке, должна быть понятной, легкочитаемой, достоверной и не вводить в заблуждение, при этом надписи, знаки, символы должны быть контрастными фону, на который нанесена маркировка. Способ нанесения маркировки должен обеспечивать ее сохранность в течение всего срока годности пищевой продукции при соблюдении установленных изготовителем условий хранения.

В случае если осуществляется реализация пищевой продукции, неупакованной в потребительскую упаковку, или часть информации о которой размещена на листах-вкладышах, прилагаемых к упаковке, продавец обязан довести информацию о такой продукции до потребителя.

В соответствии с Федеральным законом № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» пищевые продукты, не имеющие маркировки, содержащей сведения, предусмотренные законом или государственным стандартом; установленных сроков годности или сроки годности которых истекли; документов, подтверждающих их качество и безопасность признаются некачественными и не подлежат реализации.

Помимо этого, плодово-овощная продукция, находящаяся в обращении, должна отвечать **обязательным требованиям ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции»** по показателям безопасности и сопровождаться декларацией о соответствии и товаросопроводительной документацией, обеспечивающей прослеживаемость данной продукции. Плодово-овощная продукция, поступающая для продажи на ярмарках, рынках, подлежит обязательному ветеринарно-санитарному контролю.

Нормативный документ СП 2.3.6.3668-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям деятельности торговых объектов и рынков, реализующих пищевую продукцию" который действуют с января 2021г. по 31 декабря 2026г., направлен на охрану жизни и здоровья населения, предотвращение возникновения и распространения инфекционных, неинфекционных заболеваний и устанавливает санитарно-эпидемиологические требования к условиям деятельности юридических и физических лиц, связанной с реализацией пищевой продукции, в том числе на рынках и ярмарках.

Работники пищевых организаций, работы которых связаны с пищевыми продуктами, должны иметь личную медицинскую книжку с отметками о пройденном медицинском осмотре и заключением врача о допуске к работе, сведениями о прививках, сведениями о прохождении профессиональной гигиенической подготовки и аттестации.

Продавец должен строго соблюдать правила личной гигиены, быть опрятно одетым, носить чистую санитарную одежду (включая специальный головной убор), нагрудный фирменный знак организации с указанием её наименования адреса (местонахождения), ФИО продавца, содержать палатку, киоск, автофургон, тележку, лоток, а также окружающую территорию в чистоте.

Поэтому Продавец должен быть обеспечен санитарной одеждой и условиями для соблюдения правил личной гигиены. Замена санитарной одежды должна производиться по мере загрязнения, т.е. продавец не имеет право находиться на рабочем месте и обслуживать покупателей в загрязненной санитарной одежде.

Над торговыми местами рынка, не расположенными в помещении, должны устанавливаться навесы или иные конструкции для защиты пищевой продукции от атмосферных осадков и прямых солнечных лучей.

В организации торговли должна приниматься пищевая продукция, сопровождаемая товаросопроводительной документацией, обеспечивающей её прослеживаемость.

Сроки годности и условия хранения пищевой продукции устанавливаются изготовителем.

Не допускаются для реализации населению:

- а) пищевая продукция без товаросопроводительных документов;
- б) пищевая продукция, не соответствующая органолептическим показателям (цвет, вкус, запах, консистенция);
- в) негерметичные, деформированные, консервы и банки (в т.ч. плодовоовощные) с признаками бомбажа и микробиологической порчи;
- г) позеленевшие клубни картофеля;
- д) размороженная и в последующем повторно замороженная пищевая продукция (в т.ч. плодовоовощная);
- е) пищевая продукция с истекшими сроками годности;
- ж) пищевая продукция без маркировки, предусмотренной требованиями технических регламентов.

Хранение в складских помещениях картофеля и корнеплодов должно осуществляться без естественного и искусственного освещения или в светонепроницаемой упаковке.

Продажа овощей и фруктов, бахчевых культур допускается с лотков, тележек и на открытых, специально оборудованных для этих целей площадках. Не допускается хранение плодов бахчевых культур непосредственно на земле. Продажа бахчевых культур частями и с надрезами запрещена.

При реализации пищевой продукции на нестационарном торговом объекте должны обеспечиваться: ежедневная уборка; наличие и использование инвентаря при отпуске покупателю пищевой продукции вразвес; контроль за соблюдением сроков годности пищевой продукции.

На территориях торговых объектов должна проводиться ежедневная уборка. Уборка с использованием дезинфицирующих средств должна проводиться не реже 1 раз в месяц. Твердые коммунальные и иные отходы должны собираться в мусоросборники на площадках с твердым покрытием. При накоплении отходов в мусоросборниках должна быть исключена возможность их загнивания и разложения. Пищевые отходы и санитарный брак должны собираться в выделенные емкости с крышками, имеющие соответствующую маркировку.

Во всех помещениях магазинов и рынков ежедневно должна проводиться влажная уборка с моющими средствами. Один раз в месяц проводится генеральная уборка. В помещениях торговых объектов не должно быть насекомых и грызунов.

Согласно статьи 4 Закона РФ "О защите прав потребителей" (далее Закон), Продавец обязан передать потребителю товар, качество которого соответствует договору покупки. В соответствии со статьями 8-10 Закона, потребитель имеет право на получение информации об изготовителе и продавце, о реализуемых ими товарах.

Статьей 18 Закона установлено- в случае обнаружения в купленном товаре недостатков, если они не были при покупке оговорены продавцом, потребитель по своему выбору вправе, потребовать замены товара или возврата уплаченной за товар суммы.

Статья 13 Закона устанавливает ответственность изготовителя и продавца за нарушение прав потребителей. При обнаружении нарушений своих прав потребитель вправе обратиться с претензией к продавцу, а также в территориальный отдел Роспотребнадзора с жалобой.

В целях профилактики заболеваний, связанных с употреблением в пищу недоброкачественных овощей и фруктов, в рамках производственного контроля и надзорной деятельности территориальных отделов Управления Роспотребнадзора по РТ за соблюдением требований технических регламентов и санитарных правил по данным Испытательного лабораторного центра (ИЛЦ) Зеленодольского филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в РТ» по показателям безопасности и качества за 6 месяцев 2023 года было исследовано 549 проб плодовоовощной продукции, из них: на санитарно-химические показатели (нитраты, пестициды) - 255 проб, на микробиологические показатели (обнаружение сальмонелл и иерсиний) - 84 пробы и 159 исследований, на паразитологические показатели (обнаружение яиц гельминтов и цист простейших) – 210 проб и 418 исследований.

В ходе проведенных лабораторных исследований в 2022 и текущем годах все пробы по показателям безопасности и качества соответствовали установленным требованиям технических регламентов.

Консультационный пункт по вопросам защиты прав потребителей
и санитарно-эпидемиологического благополучия населения
Зеленодольского филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Республике Татарстан (Татарстан)»,
Врач по общей гигиене Н.А. Александрович

Роспотребнадзор. 7 мифов и фактов об овощах и фруктах

Зелень, овощи и фрукты- это сокровищница витаминов, минеральных веществ и клетчатки. По данным ВОЗ, 400г этих продуктов в день спасут человека от заболеваний, вызванных неправильным питанием. Развенчиваем самые распространенные мифы об овощах и фруктах.

1. Опасны ли глазирователи для фруктов?

Миф: чтобы фрукты дольше хранились и красиво блестели, их смазывают крайне вредными химическими составами.

Правда:

Это не так. По Техническому регламенту Таможенного союза 029/2012 «Требования безопасности пищевых добавок, ароматизаторов и технологических вспомогательных средств» свежие фрукты, а также дыни действительно смазывают специальными веществами для блеска и защиты от повреждений— глазирователями. Однако для здоровья они безвредны: это натуральные вещества (растительный и пчелиный воск, шеллак), входящие в особый перечень, и их безопасность доказана лабораторными исследованиями. Поэтому глянцевого блеска на поверхности яблок или апельсинов бояться не надо – достаточно тщательно помыть их в чистой воде.

2. Как правильно мыть овощи, фрукты и зелень?

Миф: Чтобы смыть химикаты и микроорганизмы с поверхности фруктов, овощей и зелени, их нужно мыть в горячей воде с губкой и моющими средствами.

Правда:

Это абсолютно не так. Овощи и плоды со съедобной гладкой кожей достаточно тщательно промыть в проточной чистой воде, пригодной для питья.

Корнеплоды (морковь, картофель, свеклу, клубни сельдерея) промывают с губкой, после мытья чистят или скоблят ножом, затем снова ополаскивают. Остальные плоды и овощи с несъедобной шероховатой кожей также тщательно промывают перед чисткой.

Иногда в виде исключения фрукты можно помыть детским мылом или специальной жидкостью, тщательно смыть, а затем ополоснуть питьевой водой. Эти меры рекомендуют туристам в жарких странах, где можно заразиться кишечной инфекцией.

Зелень и листовой салат нужно тщательно промыть под краном, а затем ополоснуть питьевой водой. Вымачивать их в воде не стоит – во избежание потери витаминов, минеральных веществ и полифенолов.

3. Все ли фрукты нужно мыть?

Миф: Бананы, апельсины, мандарины можно не мыть.

Правда:

Это не так. Мыть фрукты нужно обязательно, ведь микробы могут попасть с кожурой на ваши руки, а потом – на мякоть фрукта.

4. Что означают черные пятна в мякоти картофеля?

Миф: Картофель чернеет изнутри из-за смертельно опасных ядохимикатов, и есть его нельзя.

Правда:

Это не совсем так. Порченевший изнутри картофель действительно не следует употреблять в пищу, но ядохимикаты тут ни при чем: он поражен так называемой сухой гнилью (фузариозом). Ее возбудители, плесневые грибы, могут вызвать пищевое отравление у человека. Сухая гниль развивается из-за повреждений на кожице, использования азотистых удобрений, хранения при повышенной температуре. Чтобы не приобрести пораженный картофель, выбирайте клубни

без повреждений на кожице, поскольку возбудители гнили легко проникают даже через небольшие трещинки. Просите продавцов надрезать один-два клубня для проверки.

5. Только ли местные и сезонные плоды полезны?

Миф: Полезны только местные сезонные овощи и фрукты – остальные в лучшем случае бесполезны, а в худшем вредны, ведь их перед хранением и транспортировкой обрабатывали вредной химией.

Правда:

Это не совсем так. Фрукты и овощи, которые долго хранились или же были выращены в другом полушарии, действительно не такие вкусные и «витаминные», как местные сезонные. Для транспортировки и хранения выбирают самые крепкие или недозрелые плоды, чтобы дозрели по дороге – они далеко не всегда самые вкусные. При длительном хранении действительно распадаются некоторые витамины. Но если фрукты или овощи не испорчены и не являются контрафактом, то есть соответствуют требованиям Технического регламента Таможенного союза 021/2011 «О безопасности пищевой продукции», для здоровья они не вредны.

К тому же любые овощи и фрукты – источник полезной клетчатки вне зависимости от сезонности. Все это касается также импортных фруктов, в том числе экзотических.

Совет: Не покупайте ранние арбузы и дыни. Чтобы они созревали быстрее, их подкармливают азотистыми удобрениями. Из-за этого в них могут содержаться нитраты. Кроме того, от азотистых удобрений растения быстрее гниют и портятся, что может вызвать пищевое отравление.

6. Всегда ли свежие овощи самые полезные?

Миф: Свежие овощи, даже тепличные, всегда лучше консервированных или замороженных.

Правда:

Это не так. Тепличные сорта – самые устойчивые к болезням и хранятся дольше всего, но они не самые вкусные. Гораздо вкуснее и ароматнее – консервированные или быстрозамороженные овощи, изготовленные во время сбора урожая (в России это период с июля по сентябрь).

7. Откуда берутся овощи необычного цвета: желтые помидоры, белые баклажаны?

Миф: Все овощи необычного цвета – генно-модифицированные и опасные для здоровья.

Правда:

Это не так. Овощи необычного цвета – результат селекции, генно-модифицированными они не являются. По пищевой ценности они, за редким исключением, практически не отличаются от своих сородичей традиционной окраски.

8 овощей, которые полезно есть вареными



Помидор

ликопин



Шпинат

кальций,
железо,
магний



Чеснок

алицин,
снижающий
холестерин



Лук репчатый

кальций,
сelenium, холин,
витамин K



лучше
усваиваются
флавоноиды,
антоцианы,
кальций,
натрий.



Кабачки, спаржа

витамин A,
фолиевая кислота,
ликопин



Капуста

пищевые волокна,
снижающие
холестерин.



Морковь

лучше
усваивается
бета-каротин



РОСПОТРЕБНАДЗОР
Единый консультационный центр
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ОВОЩИ И ФРУКТЫ. РЕКОМЕНДАЦИИ

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

- Покупать плодоовощную продукцию, в том числе бахчевые культуры, следует только в установленных местах торговли
- При необходимости требовать документы, подтверждающие качество и безопасность пищевых продуктов
- Продавец (владелец) должен строго соблюдать правила личной гигиены, должен быть опрятно одетым, носить чистую санитарную одежду (включая специальный головной убор), нагрудный фирменный знак организации, его наименование, адрес (местонахождение), ФИО продавца
- Продавец (владелец) должен содержать палатку, киоск, автофургон, тележку, лоток, а также окружающую территорию в чистоте
- Покупая овощи, фрукты и ягоды обратите внимание на внешний вид, запах, цвет и консистенцию продукта
- Продажа загнивших, испорченных, с нарушением целостности кожуры овощей, бахчевых культур и фруктов в нарезку запрещена

МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

- Соблюдение правил личной гигиены (мытьё рук перед едой и приготовлением пищи, после возвращения с улицы, посещения туалета, контакта с больными людьми и т.д.);
- Соблюдение условий хранения фруктов, овощей, зелени и ягод.
- Тщательное мытьё плодов и зелени является обязательным условием их употребления и мерой профилактики инфекционных заболеваний.

КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ?



Корнеплоды (картофель, редис, морковь, свеклу и т.п.), нужно ненадолго замочить (10-15 минут) в тёплой воде. Затем очистить щёткой, и хорошо промыть



Капусту (белокочанную, пекинскую и др. листовые виды) перед промыванием прохладной водой нужно очистить от верхнего слоя листьев



Цветную капусту, чтобы избавить ее от насекомых, предварительно замочите в прохладной воде, разделить на соцветия, освобождая от потемневших участков



Зелень – зелёный лук, укроп, петрушку, кинзу, щавель, салатную зелень нужно перебрать. Замочить в прохладной воде на 15 минут, периодически меняя воду. После тщательно ополоснуть проточной водой



Виноград надо промывать под «душем» из-под крана. После мытья – дать воде стечь. Если гроздья тугие, разделите с помощью ножниц, но не отрывайте ягоды от плодоножки – она защищает ягоду и предотвращает быстрое гниение



Ягоды. Перед мытьем следует отобрать все «лишние» ягоды: мятые, перезревшие, недозревшие, загнившие, поврежденные экземпляры. Не следует мыть и держать ягоды в воде дольше необходимого времени



Вишня, черешня, малина, смородина и другие ягоды. Выложите ягоды на дуршлаг в один слой и промывайте под проточной водой 5 минут. Так с поверхности сойдет земля или пыль



Клубнику, чтобы избавить от остатков земли и песка, лучше замочить на 5-10 минут в прохладной воде, а затем ополоснуть проточной водой.

Подробнее на www.rosпотребnadzor.ru