FOOD HYGIENE

Cooking for others

Clean Hands
Food safety in your language

For food banks, community kitchens and volunteers.

1 YOU



Clean hands, clean clothes

- Wash hands before you start, after breaks and after raw food.
- Tie hair back. Remove rings. Cover cuts with a blue plaster.
- Sickness or diarrhoea? Stay away for 48 hours after it stops.

Why? You can pass germs to everyone you feed.

2 TEMPERATURE



Hot 75°C Keep hot 63°C

- Check the middle of food with a probe thermometer.
- Hot food 63°C or hotter. Cold food 5°C or colder.
- Clean the probe after every use.

Why? Germs grow fastest between 8°C and 63°C.

3 CLEANING



Clean, then disinfect

- Wash off dirt and grease with hot soapy water.
- Then disinfect. Leave it on as long as the label says.
- Clean as you go.

Why? Disinfectant can't work through dirt.

4 ALLERGENS



14 allergens never guess

- Know what is in every dish.
- Keep allergen-free food apart, with clean utensils.
- Not sure? Say so. Never guess.

Why? A tiny amount can cause a serious reaction.

USE BY **Never give out after this date.**
Keep chilled donations cold.

BEST BEFORE **Can be given out after this date.**
If the packaging is not damaged.

cleanhands.org.uk

Based on Food Standards Agency and NHS advice.
Free to print and share.
Ref CH-L2-EN-2611

MAISTO HIGIENA

Maisto gaminimas kitiems

Clean Hands
Maisto sauga jūsų kalba

Maisto bankams, bendruomeninėms virtuvėms ir savanoriams.

1 TU



Švarios rankos, švarūs drabužiai

- Prieš pradėdami, po pertraukų ir po žalios mitybos plauskite rankas.
- Susiriškite plaukus. Nusimaukite žiedus. Žaizdas užklijuokite mėlynu pleistru.
- Susirgote ar turite viduriavimą? Neateikite į darbą, kol nepraeis 48 valandos nuo simptomų pasibaigimo.

Kodėl? Jūs galite perduoti mikrobus visiems, kuriuos maitinate.

2 TEMPERATŪRA



Kaitinkite iki 75 °C, palaikykite šiltą 63 °C temperatūroje

- Maisto vidurį patikrinkite zondiniu termometru.
- Karštas maistas – 63 °C ar karštesnis. Šaltas maistas – 5 °C ar šaltesnis.
- Po kiekvieno naudojimo nuvalykite zondą.

Kodėl? Mikroorganizmai sparčiausiai dauginasi esant 8–63 °C temperatūrai.

3 VALYMAS



Išvalykite, tada dezinfekuokite

- Nuplaukite nešvarumus ir riebalus karštu muiluotu vandeniu.
- Tada dezinfekuokite. Palikite veikti tiek laiko, kiek nurodyta etiketėje.
- Valykite iš karto.

Kodėl? Dezinfekantas negali veikti, jei ant paviršiaus yra nešvarumų.

4 ALERGENAI



14 alergenų: niekada nespėliokite

- Žinokite, iš ko sudarytas kiekvienas patiekalas.
- Maistą, kuriame nėra alergenų, laikykite atskirai, naudodami švarius indus.
- Nesate tikri? Pasakykite. Niekada nespėliokite.

Kodėl? Net labai mažas kiekis gali sukelti rimtą reakciją.

USE BY **Po šios datos šio maisto niekam neteikite.**
Šaldytus aukojamus produktus laikykite šaltai.

BEST BEFORE **Gali būti išduodama po šios datos.**
Jei pakuotė nėra pažeista.

cleanhands.org.uk

Remiantis Maisto standartų agentūros ir Nacionalinės sveikatos tarnybos (NHS) rekomendacijomis.
Galima spausdinti ir dalytis nemokamai.
Ref CH-L2-LT-2611 · EN: Cooking for others · AI translation, may contain mistakes