

# VARNO UŽIVANJE OBROKOV IZVEN DOMA

Vsi v Sloveniji, ki se ukvarjajo z dejavnostjo proizvodnje in prometa živil, so dolžni zagotavljati varnost živil skladno z zakonskimi osnovami. Potrošniki pričakujemo, da so živila, ki jih zaužijemo izven doma, vedno varna. Novica o izbruhu črevesne nalezljive bolezni ali zastrupitve s hrano, povezane z uživanjem hrane v nekem obratu, poruši zaupanje potrošnikov in običajno sproži razmišljanja kako ukrepati, da se morebitnim nevarnostim ne bi izpostavljali tudi sami.

**Na kaj moramo biti pozorni, ko se odločimo za uživanje hrane izven doma?**



## 1. Izbira lokala

Izbira obrata, v katerem bomo zaužili obrok, je izključno naša odločitev!

Osnovno informacijo o stanju čistoče v lokalu lahko dobimo že na osnovi čistoče jedilnice, urejenosti in higijene osebja, higienskega stanja v sanitarijah...\*

**Cena hrane in storitev naj ne bosta glavni merili pri izbiri lokala.**

- Glej priporočila potrošnikom: Pomen umivanja rok v domači kuhinji:  
[http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5& 5\\_PageIndex=2& 5\\_groupId=193& 5\\_action=ShowList](http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23&pi=5& 5_PageIndex=2& 5_groupId=193& 5_action=ShowList)

## 2. Izbira jedi

Opozarjamo na morebitne nevarnosti načina priprave posameznih jedi, saj njihove recepture toplotne obdelave živil sploh ne predvidevajo, oz. je v recepturi že v osnovi predvidena nezadostna toplotna obdelava.

**Takšna živila so: angleški biftek, karpačo, tatarski biftek, mehko kuhana jajca, suši, školjke itd. \***

Uživanje teh jedi predstavlja tveganje za zdravje še posebno pri skupinah ljudi, kot so: otroci, nosečnice, bolniki z oslabljenim imunskim sistemom in starostnikih.

Zavedati se moramo tudi morebitnih posledic neustreznega shranjevanja že pripravljenih jedi. \*\*

\* Tvegane jedi oz. živila so podrobneje predstavljena v Tabeli 1.

\*\*Glej priporočila potrošnikom: Osnovna higienska stališča za higieno in varnost živil:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23>

### **3. Videz, shranjevanje postreženih jedi**

Preden pričnemo z uživanjem obroka, preverimo:

- o da je jed na krožniku dovolj toplotno obdelana (npr., da meso ni krvavo itd.),
- o da je jed postrežena na primerni temperaturi (npr., da solata ni mlačna, da riž ni hladen, da cmok v sredini ni leden itd.),
- o da se jedi pri samopostrežnem načinu serviranja hrane, shranjujejo na ustreznih temperaturah (npr. solate, solatni prelive ter slaščice na hladnem, tople jedi v ogrevalnih kotličkih itd.),
- o da so postrežene jedi po videzu, vonju in okusu primerne ter, da v njih ni tujkov.

### **4. Odnášanje ostankov hrane domov**

V številnih gostinskih lokalih lahko hrano, ki je v času obiska ne pojemo, odnesemo domov. Pri tem moramo vedeti, da to počnemo na lastno odgovornost (možnost naknadnega onesnaženja, transport in shranjevanje živil na neustrezni temperaturi itd.).\*

\*Glej priporočila potrošnikom: Osnovna higienska stališča za higieno in varnost živil:

<http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=23>

### **5. Naročanje pogostitve za večjo družbo**

Priporočamo, da ob potrjevanju rezervacije, prosimo, za več informacij:

- o kadar nameravamo sami prinesiti pecivo in pijačo, preverimo ali je to sploh dovoljeno in nato preverimo razpoložljivost hladilnih naprav za primerno shranjevanje jedi v obratu,
- o z nosilcem dejavnosti pripravimo natančen časovni raspored za načrtovane obroke oz. hode jedi in potem našo družbo usmerjamo skladno z urnikom,
- o pri oblikovanju jedilnika se izogibamo tveganim jedem,
- o posvetujemo se z osebjem, kakšen obseg jedi so sposobni varno pripraviti,
- o jedi se gostom servira porcijsko, po zaključenih obrokih občutljive jedi ne ostajajo po mizah ampak se hranijo na ustreznih temperaturah.

**Tabela 1: Najbolj tvegana živila in najpogostejši povzročitelji bolezni**

<b>Tvegano živilo</b>	<b>Tvegane skupine ljudi</b>	<b>Najpogostejši povzročitelji bolezni</b>
<b>Surova ali ne dovolj kuhana jajca:</b> Solatni prelive Omake s surovimi jajci Mehko kuhana jajca Peciva iz beljaka Pečena jajca Umešana jajca	<b>Vsak, še posebej:</b> Starejši Otroci Bolniki z oslabilim imunskim sistemom Nosečnice	<i>Salmonella</i> <i>Campylobacter</i>
<b>Surovi mlečni izdelki:</b> Surovo ali nepasterizirano mleko Mehki, sveži siri iz surovega mleka Skuta Siri s plesnimi (npr. Camembert, Brie)	<b>Vsak, še posebej:</b> Nosečnice Starejši Bolniki z oslabilim imunskim sistemom Otroci	<i>Salmonella</i> <i>Listeria</i> <i>Escherichia coli</i> - nekateri sevi <i>Campylobacter</i> Paraziti
<b>Surovo ali slabo pečeno meso:</b> Pleskavica Karpačo Perutnina Svinjina Angleški biftek Tatarski biftek	<b>Vsak, še posebej:</b> Nosečnice Starejši Otroci Bolniki z oslabilim imunskim sistemom	<i>Escherichia coli</i> - nekateri sevi <i>Salmonella</i> <i>Campylobacter</i> <i>Yersinia</i> Paraziti
<b>Surovi ali ne dovolj kuhani mehkužci, školjke, raki:</b> Ostrige Morski sadeži	<b>Vsak, še posebej:</b> Bolniki z boleznimi jeter Bolniki z oslabilim imunskim sistemom Nosečnice Starejši Otroci	<i>Salmonella</i> <i>Listeria</i> <i>Vibrio</i> Virus hepatitisa A
<b>Surove ribe:</b> Suši Karpačo s tuno	<b>Vsak, še posebej:</b> Bolniki z oslabilim imunskim sistemom Starejši Nosečnice Otroci	<i>Salmonella</i> <i>Listeria</i> <i>Vibrio</i> Paraziti Histaminska zastrupitev

**Viri:**

1. Vsebine za potrošnike in o varnem delu z živili, uporabljene za linke, s spletne strani IVZ na dan 20.6.2011
2. Smernice za mikrobiološko varnost živil, ki so namenjena končnemu potrošniku, IVZ, 2009
3. Smernice dobre higienske prakse in uporaba načel HACCP v gostinstvu, Turistična zbornica Slovenije, Sekcija za gostinstvo in turizem, 2010

4. Polak P. in sod. 2002. Smernice dobre higienske prakse in HACCP za gostinstvo. 2002. Ljubljana. Gospodarska zbornica Slovenije: 87 str.
5. [www.FoodSafety.gov](http://www.FoodSafety.gov), 7.4.2011.
6. <http://www.cdc.gov/nczved/divisions/dfbmd/diseases/vibriov/#infection>, 7.4.2011.
7. <http://seafood.ucdavis.edu/haccp/compendium/chapt20.htm>, 7.4.2011.
8. <http://www.cdc.gov/nczved/divisions/dfbmd/diseases/listeriosis/>, 7.4.2011.