Liebe Eltern

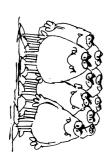


den Kindergarten mitbringen wollen. schön, dass Sie etwas Leckeres von Zuhause in Umgang mit Lebensmitteln beherzigen. Informationen und Hinweise zum hygienischen für alle ungetrübt bleibt, sollten Sie ein paar Damit die Freude am Feiern und Schlemmen

wünschte Mikroorganismen. Das sind mitteln, auf Küchentüchern usw.. in der Luft, auf den Händen, auf Lebens-Kleinstlebewesen, die überall vorkommen – Lebensmittel verderben durch uner-

schwere Komplikationen auftreten. schmerzen, Ubelkeit, Fieber und manchmal auch jedoch Durchfall, Erbrechen, Bauch-, Kopfzwischen fünf Stunden und sieben Tagen - können schmecken sind. Nach dem Verzehr - und zwar die weder zu sehen, noch zu riechen oder zu unerwünschte Mikroorganismen. Sie bilden Stoffe. Bei Salmonellen handelt es sich um derartige

die aus diesen Zutaten hergestellt worden sind vor: In Geflügel, Eiern, Fleisch und Gerichten, ausreichend erhitzten tierischen Lebensmitteln Salmonellen kommen vor allem in nicht



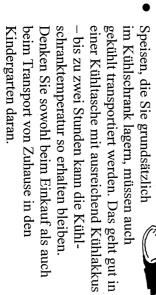
die davon gegessen haben, krank werden. größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass Menschen Je mehr Salmonellen in einer Speise sind, desto

Im Kühlschrank müssen leicht verderb-

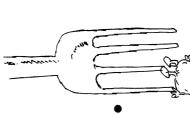
Kindergarten mitbringen: Diese Speisen sollten Sie *nicht* in den

- Rohes Mett, "Hackepeter", Tartar
- Rohmilch und Vorzugsmilch, Rohmilchprodukte, z.B. Rohmilchkäse
- z.B. Frikadellen, Hähnchenschenkel Nicht ausreichend durchgegartes Fleisch wie (Garprobe machen!)
- Speisen mit rohem Ei, z.B. selbstgemachte Mayonnaise oder Süßspeisen mit rohem Ei
- Eis, das schon angetaut war oder ist
- Geflügelsalat
- Sahnetorten

weise zum hygienischen Umgang mit Lebensmitteln: Bitte beachten Sie folgende Hin-



gelagert werden, damit sich enthaltene Fleischwaren, Fisch, Eier, Milch und vermehren können. Bakterien nicht oder nur langsam Lebensmittel enthalten, bei 8-10° Celsius Milchprodukte und alle Speisen, die diese liche Lebensmittel, also Fleisch und Lagerdauer auf die an-Achten Sie bezüglich der



- auf den Verpackungen. gegebenen Verfalls- und Mindesthaltbarkeitsdaten
- erreicht werden. Geschieht dies nicht, kann der Zubereitung ohne dickeren Stücken nicht derliche Kerntemperatur ın beim Erhitzen die erfor-Verpackung komplett auf. Fleisch und Geflügel vor Tauen Sie tiefgefrorenes
- gebildete Tauwasser weg, da es Salmonellen enthalten kann. Reinigen Sie alle Gegenstände sehr sorgfältig, die damit in Schütten Sie das von Fleisch und Geflügel Arbeitsflächen, Kühlschrankschübe, Putz-Berührung gekommen sind wie Schüsseln

Femperatur von mindestens 70 °Celsius Erhitzen Sie Speisen ausreichend. Das bedeutet, dass alle Teile auf eine gebracht werden müssen.

Wie ist das zu kontrollieren?

I.Möglichkeit:

Fleisch darf nicht mehr Knochen lässt sich rosig schimmern, leicht lösen.

Gekochte

Garzeit von 7 Minuten einhalten, dann ist auch das Eigelb fest.

keine rötliche Färbung mehr. auch im Inneren bei Frikadellen graue Farbe,

Hackfleisch: Gleichmäßig

2. Möglichkeit:

Verwendung eines Lebensmittel-Thermometers.

Bereiten Sie Teige, die Eier enthalten und zu und lagern Sie sie kühl. Das Backwerk sollen, z.B. Waffelteig, erst kurz vorher in der Einrichtung abgebacken werden immer gut durchbacken!

- Kühlen Sie heiße Speisen möglichst in flachen Behältern ab, denn das geht schneller.
- Abgekühlte Speisen für den Wiederverzehr auf mindestens 70° Celsius erhitzen, nur so werden Mikroorganismen, die sich trotz Kühllagerung entwickelt haben, abgetötet.
- Speisen die gekochten Zutaten abkühlen, bevor Nudelsalat oder anderen zusammengesetzten Bei der Zubereitung von Kartoffel- oder Sie den Salat mischen.
- Leicht verderbliche Lebensmittel immer zügig Küchenwärme ausgesetzt sind, desto größer ist verarbeiten. Je länger Lebensmittel der die Gefahr einer Keimvermehrung.



so könnten Sie Keime auf die nicht mit der Hand an, denn Fassen Sie fertige Speisen Lebensmittel übertragen.

Weitere Informationen und praktische Ratschläge erhalten Sie:

Bei den "Fachkräften für gesunde Kinderernährung" im Kindertagesheim

oder beim

Bremer Institut für Präventionsforschung und Sozialmedizin - BIPS

Ernährungsmedizinische Beratung Heidegret Bosche, Wiebke v. Atens-Kahlenberg inzer Straße 8-10 28359 Bremen

Email: bosche@bips.uni-bremen.de

Bremen, Oktober 2000

Worauf Sie achten sollten, wenn Sie Speisen in den Kindergarten mitbringen!



(nicht nur) **für Eltern** Hinweise und Tipps