

Při vaření odděluj syrové maso, ryby a mořské plody od ostatních potravin



Používejte různé nože a při klenutí pro syrové maso, kuřeči nebo maso a mořské plody, aby se vyhnil kontaminací ostatních potravin.

Vař nebo ohřívej potraviny důkladně



Zvláště maso, kuře, vejce a mořské plody; znovu ohřívej polévky, omáčky povárením po dobu nejméně jedné minuty v mikrovlnné troubě; ujisti se, že jsou potraviny prohřáty dokonale.

Sleduj zbytky jídla uložené v lednici



Vždy skladuj zbytky jídla v lednici, nejlépe při teplotě do 5°C.

Skladuj potraviny při bezpečné teplotě



Zachovávejte chladné všechny potraviny a pokud je možno uvnitř a pokud se každá (pokud možno) pod 5°C.

Rozmrazuj potraviny za správných podmínek



Potraviny rozmrazuj v lednici, nejlépe při teplotě do 5°C.

Pro produktování trvanlivosti před datem použitelnosti rozmraz a použíj do 24 hodin.

Zmrazuj před datem použitelnosti



Výživové údaje

Hodnota

Energetická hodnota
 Tuky
 Z toho nasycené
 Sacharidy
 Z toho cukry
 Bílkoviny
 Sůl

ve 100 g

985 kJ / 235 kcal
 1,5 g
 0,3 g
 4,8 g
 3,8 g
 0,5 g
 0,8 g

o vyrovnanou správnou stravu?
 či výživové údaje potravin,
 které jíš.

Zabýváš se



Složení:

barviva: E 160a
 Konzervant: E200
 antioxidant: E 392

Přidatné látky jsou používány z technologických důvodů (např. konzervace, barva, slazení) a jsou všechny hodnoceny z hlediska bezpečnosti - najdeš je na seznamu složek.



Složky: přisázané mouky, esenciální vitamíny, stabilizátor, vzhledově, sladká, vzhledově, ferulová, thiamin, semínková celulóza.

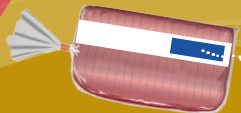
Kontroluj seznam složek z hlediska alergénů. Sou zvládněný rodinnými druhy plavna nebo barvou pozadí.

Spotřebujte do:
 15. 10. 2016



Daň pozor na datum použitelnosti - není nebezpečí ke spotřebě, pokud to má datum.

Potravinářské výrobky mohou být konzumovány i po datu minimální trvanlivosti, ale nemusí mít již nejlepší kvalitu (např. chuť).



Minimální trvanlivost do:
 20. ledna 2016

Čtení etiket je jednoduché - je potřeba minimální trvanlivost, ale nebezpečí ke spotřebě.

