

# VÝBĚR A NÁKUP POTRAVIN

Potraviny při nákupu vybíráme podle jejich vzhledu.

Potraviny dělíme:

1. Nebalené
2. Balené

## 1. Nebalené potraviny

- **chléb, rohlíky, jemné pečivo** – nesmí být polámané, tvrdé, jinak poškozené
- **ovoce, zelenina** – nesmí být nahnilá, ovadlá, plesnivá
- **uzeniny, maso** – nesmí být okoralé, oslzlé, změna barvy, zelené, zapáchající, plesnivě

## 2. Balené potraviny

- Nesmí být poškozen obal, nesmí být potrhaný, konzervy zrezivělé, pomačkané, sklo uštíplé.
- Na obalu musí být vždy uvedeno **datum** výroby, **složení** výrobku a **záruční lhůta**, kterou musíme dodržovat. Při nedodržování záruční lhůty si můžeme po požití prošlých výrobků přivodit zdravotní potíže (zvláště děti).
- Potraviny, které nemůžeme skladovat, nakupujeme jen v omezeném množství, které ihned spotřebujeme. Naopak trvanlivých potravin můžeme nakupovat více, ale musíme je správně ukládat a kontrolovat záruční lhůtu.

