

올바른 손씻기 6단계



손바닥을 마주대고 문지른다.



손등과 손바닥을 문지른다.



손가락을 끼고 문지른다.



손가락을 마주잡고 문지른다.



엄지손가락을 다른편 손가락으로 돌려주면서 문지른다.



손가락을 반대편 손바닥에 놓고 문지르며 손톱 밑을 깨끗하게 한다.

1 손씻기



비누로
30초 이상 손씻기

조리단계 손씻기

조리 전



채소



손씻기



육류



손씻기



어패류



손씻기

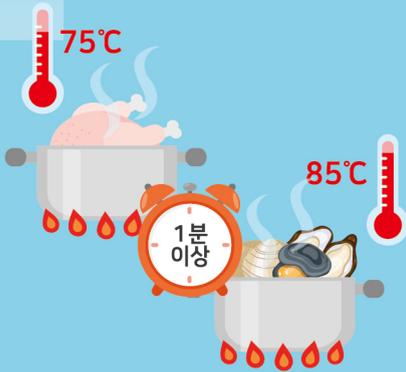


가금류



조리 후

2 익혀먹기



음식은
완전히 익혀먹기



식중독예방을 위한

6가지 실천 수칙



식품의약품안전처

3 끓여먹기



물은
끓여서 마시기

4 구분 사용하기



칼 · 도마는 육류, 생선,
채소 · 과일용
구분해서 사용하기

5 세척·소독하기



식재료는
깨끗이 세척하고
주방기구 등은
소독하기

6 보관온도 지키기



적정온도로 보관하기

- 냉장 식품은 5°C 이하,
냉동 식품은 -18°C 이하