

여름철 특히 조심해야 할 6가지 음식



1

달걀·닭고기



- 김밥, 냉면 고명 등 달걀 사용 음식 주의
- 내부까지 충분히 익혀 **완숙 형태로 먹기**
- 달걀, 닭고기가 닿은 손·조리도구 등 반드시 **교체 또는 세척**

2

채소류



- 흐르는 물에 충분히 씻어 먹기
- 상온에 오래 두지 않기
- 나물이나 볶음 등으로 **익혀 먹기**

3

육류



- 핏물이 다른 식재료에 닿지 않게 보관
- 속까지 완전히 익혀 먹기
- 구매 직후 **소분·밀봉해 냉장(0~5℃) 또는 냉동 보관**

4

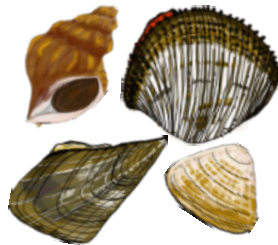
견과류



- 습기로 인해 곰팡이 발생이 쉬움
- 가급적 상온에 방치 피하기
- 개봉 후 **소분하여 밀폐한 뒤 냉장 또는 냉동 보관**

5

어패류



- 비브리오균 같은 세균 증식 위험
- 85℃ 이상으로 충분히 가열하여 중심부까지 익혀 먹기**
- 손질 후 오래 실온에 두지 않기

6

포장·배달 음식



- 상온에 **2시간 이상 두지 않기**
- 먹고 남은 음식은 그릇에 나눠 담아 **냉장·냉동 보관**
- 음식을 데워 먹을 시 충분히 데우고, **반복하여 데우는 것은 피하기**