**Что нужно знать при походе в магазин?**

***9 неочевидных правил покупки продуктов, о которых должен знать каждый!***

1. СРОК ГОДНОСТИ

То, как указывается срок годности товара на этикетке, зависит от того, сколько времени он может храниться. Так, на продуктах годностью до 72 часов должны быть указаны время, день и месяц. На продуктах, хранящихся от 72 часов до 30 суток, — день, месяц и год. И наконец, на товаре, чей срок годности исчисляется месяцами, - месяц и год.

2. СТОИМОСТЬ ТОВАРА

Если сумма, указанная в чеке, слишком отличается от ваших подсчетов, не стесняйтесь еще раз посмотреть на стоимость товара на витрине. Нередко продавцы просто забывают снять неправильный ценник и вы приобретаете продукт вовсе не по той цене, на которую рассчитывали.

3. УСЛОВИЯ ХРАНЕНИЯ

Даже если срок годности товара еще не истек, обязательно нужно обратить внимание на условия хранения, написанные на его этикетке. Если они не соблюдаются, то даже не просроченный товар может стать непригодным в пищу. При покупке товара, хранящегося в холодильной или морозильной витрине, обратите внимание на температуру внутри них. Она указывается либо на дисплее холодильника, либо на спиртовом термометре, лежащем на одной из полок.

4. ДАТА ПРОИЗВОДСТВА ИЛИ ДАТА РАСФАСОВКИ?

Продавая нарезанный в самом магазине товар, продавцы порой идут на уловки и вместо даты изготовления продукта ставят на этикетке дату нарезки. Конечно, магазины обязаны указывать на этикетках, какая именно дата на них обозначена, однако на практике это работает далеко не всегда. Поэтому если возникают какие-то сомнения, стоит попросить у продавца документы на этот продукт.

5. ГОСТ НЕ ГАРАНТИРУЕТ КАЧЕСТВО

Современные ГОСТы зачастую не регламентируют количество тех или иных ингредиентов в той же колбасе или сосисках, а только указывают определенное содержание соли или белка.

Надпись "ГОСТ" может указывать только на то, что согласно ему была сделана только упаковка, а не содержащийся в ней продукт.

6. ОРГАНИЧЕСКИЙ ПРОДУКТ ИЛИ НАТУРАЛЬНЫЙ ?

Как известно, стоимость органических продуктов, заметно выше, чем натуральных. Надпись «органический», гарантирующая, что при производстве не были использованы ГМО, синтетические пестициды и прочие ненатуральные вещества и корма для животных, говорит и о том, что производитель прошел специальную сертификацию. Натуральные продукты тоже, как правило, производятся без всего вышеперечисленного — зачастую разница лишь в том, что производитель еще не получил соответствующий сертификат.

7. СРОК ГОДНОСТИ ЗАМОРОЖЕННЫХ ПРОДУКТОВ НЕ ГАРАНТИРУЕТ КАЧЕСТВО

Слипшиеся замороженные продукты, например овощи или котлеты, говорят о том, что они были неоднократно разморожены и заморожены, а значит, не годятся для употребления в пищу.

8. ТОВАРЫ С ИСТЕКШИМ СРОКОМ ГОДНОСТИ ПРОДАВАТЬ

ЗАПРЕЩЕНО !

Часто можно встретить в магазинах товар с большой скидкой, срок годности которого истек вчера. Несмотря на то что при правильном хранении товар, скорее всего, не пришел в негодность, продавать его в магазинах запрещено законом.

9. ЭТИКЕТКА — ВАЖНЫЙ ДОКУМЕНТ

На этикетке должна быть не только полная информация о составе продукта, его пищевой ценности, сроке годности, но и данные о его производителе. Причем указан должен быть не только юридический адрес фирмы, выпускающей тот или иной продукт, но и адрес фактического производства продукции. Кроме того, все даты должны быть прописаны четко и ясно — если цифры расплывчатые, то, скорее всего, их изменяли, причем, возможно, не один раз.

*Материал подготовил врач-интерн Кореличского районного ЦГЭ Лихорад Илона Александровна*

*Обновлено 16.06.2022*