

# Comprendre les dates de consommation

La DLC (Date Limite de Consommation) des produits réfrigérés périssables est indiquée par la mention :

**"À consommer jusqu'au..."**

**Au delà de cette date,  
ne pas consommer !**



**"À consommer de préférence avant..."**  
**Au delà de cette date, le produit peut-être consommé.**

La DCR (Date de Consommation Recommandée) correspond à la DDM des oeufs.

**28 jours après la ponte.**

Ils peuvent être consommés après si ils ont été conservés dans de bonnes conditions.



## ! L'état de l'emballage

**BOÎTE AVEC COUVERCLE BOMBÉ :**

Ne pas consommer!



**EMBALLAGE LÉGÈREMENT ABIMÉ :**

Vérifier l'aspect et l'odeur du produit à l'ouverture.

**BOÎTE DE CONSERVE ENTAMÉE :**

Mettre le contenu dans une boîte hermétique ou une assiette couverte.

**En cas de doute,  
ne pas consommer l'aliment !**

# Les incontournables

## L'hygiène

### Pour les mains



**Ne pas oublier de se laver les mains avec du savon :**



- Au moment de la **préparation des repas**
- Avant de **passer à table**
- À la sortie des **toilettes**



### Pour les aliments

- **Essuyer** la vaisselle avec un **torchon différent** de celui utilisé pour les mains.
- **Laver régulièrement** les ustensiles, les surfaces de travail, le matériel.



- **Rincer** les fruits et légumes à l'eau courante
- **Tenir la poubelle éloignée** des aliments

- Ranger les restes du repas **au réfrigérateur**, sur une assiette couverte ou dans une boîte hermétique

## La sécurité

### Pour les produits d'entretien



- **Ne pas les stocker** avec la nourriture
- Les garder **à part** dans un **placard fermé**

**Bons gestes & bonne assiette**

 **Banques Alimentaires**



# Soyez attentif à l'hygiène !



# Rappelez-vous

## L'hygiène du réfrigérateur

- Nettoyer le réfrigérateur régulièrement.
- Le dégivrer 2 fois par an au minimum, ainsi que le congélateur.
- Vérifier qu'il n'y a pas de produits oubliés dont la date de consommation est dépassée.
- Éviter
  - > de déposer des produits encore chauds.
  - > de conserver les restes alimentaires plus de 3 jours.



Ne pas garder une boîte de conserve entamée : verser son contenu dans un autre récipient.

## La décongélation des produits

### 3 MÉTHODES SANS RISQUE

- Sortir le produit du congélateur et le cuire aussitôt.
- Placer le plat dans le réfrigérateur et attendre la décongélation pour l'utiliser.
- Décongeler au four à micro-ondes (position décongélation) puis le consommer.



En cas de coupure de courant : éviter d'ouvrir les portes.

Au rétablissement du courant, vérifier l'état des produits :

- les consommer rapidement
- ou les faire cuire
- ou les jeter

## Pour que les produits gardent toutes leurs qualités, respectez les températures de conservation

### 1 Sur le lieu de l'aide alimentaire ou dans un magasin

Prendre les produits surgelés en dernier et **les placer systématiquement** dans un sac isotherme.



### 2 Transport

Le sac isotherme est **indispensable** pour les surgelés. Prévoir un autre sac isotherme pour les produits frais si le trajet est long ou s'il fait très chaud.

Rentrer chez soi rapidement et les ranger sans attendre dans le réfrigérateur et le congélateur

### 3 La conservation des produits frais et surgelés

#### Freezer ou compartiment à glaçons

La conservation des produits surgelés est de 3 jours maximum.



Tout produit entamé doit être consommé rapidement.



**Produits surgelés > congélateur**  
Plusieurs semaines à plusieurs mois  
température < -18°C



Ne jamais recongeler un aliment décongelé

**Produits frais > réfrigérateur**  
ainsi que les restes.  
de 3 à 8°C maximum selon les produits

### 4 La conservation des produits d'épicerie

#### Placard > température ambiante.

Conserves, pâtes, riz, sucre, huile, lait UHT non ouvert...



### 5 La cuisson des produits

La cuisson réduit le nombre de bactéries éventuellement toxiques.

Steaks hachés : attention à bien les cuire surtout pour les jeunes enfants et les personnes fragiles.

**RESPECTEZ LA CHAÎNE DU FROID**