秋冬季食品安全消费警示

秋冬季节，天气变冷，食品安全仍不能忽视，食源性疾病在秋冬季节也会发生。为预防秋冬季节食源性疾病发生，在新冠肺炎疫情常态化防控期间,西平县政府食安办、县市场监管局提出如下消费警示:

一、食品采购要细心。在采购食品和原料时应选择到证照齐全、管理规范的商场、超市和农贸市场等，注意选购新鲜食物，不要购买不新鲜的蔬菜、水果和水产品以及未经检疫的肉类制品和死因不明的禽、畜。做到“三查三注意”：一查食品包装标识是否齐全，注意不要购买“三无”食品；二查食品和原料的生产日期和保存日期，注意是否超过保质期；三查食品外观，注意不购买感官异常的食品和原料，并索取发票、购货小票等凭证。

二、近期，国内部分地区进口冷链食品外包装新冠病毒核酸检测先后检出阳性。对此，购买冷链食品时，一是要选择正规的市场和超市，购买预包装冷冻冰鲜食品时，要关注生产日期、保质期、储存条件等食品标签内容，保证食品在保质期内，索要销售凭证并妥善保存；挑选时避免用手直接接触冷冻冰鲜食品，正确佩戴口罩，做好个人防护；购物后及时用肥皂或洗手液清洗双手，洗手前，双手不碰触口、鼻、眼等部位。二是购买冷链食品回家后，可用75%酒精消毒外包装表面，处理食材应注意生熟分开，煮熟煮透后再食用，确保食品安全；储存此类食品时应独立封存包装，尽可能分开存放。

三、用餐选择正规餐馆。外出就餐或网络订餐时应尽量选择《食品经营许可证》（或食品小经营店登记证）等证照齐全、环境卫生整洁的餐饮服务单位就餐，不去无证照的餐饮店。吃火锅时要坚持生熟分离、防止交叉污染，各类食材必须充分煮熟煮透，方可食用。可以用手机下载“舌尖安全网”APP或者电脑登录“舌尖安全网”，通过在线视频监督餐饮单位加工制作食品的全过程。

四、谨慎选择食物。不采购河豚鱼、织纹螺、发芽土豆、野生蘑菇、不明物种的鱼贝类产品和病死、毒死及死因不明或未经检疫的畜禽肉等食材，慎重选择卤菜凉拼、生食冷食、四季豆、野生菌等高风险食品和自制泡酒。就餐前注意观察食物是否烧熟煮透，色泽、气味等是否正常，餐具是否洁净。

五、规范加工制作。制作和贮存食物要生熟分开，刀案和餐具每次使用前应当清洗，不混用刀和案板等工具，防止交叉污染。加工制作食品前洗净消毒手部，食物加工要烧熟煮透，避免进食生鲜的或未经彻底加热的水产品、水生植物和畜禽肉类等。隔餐食物和外购熟食需经重新彻底加热后才能食用。

六、严防亚硝酸盐中毒。禁止采购、贮存、使用亚硝酸盐（包括亚硝酸钠、亚硝酸钾），严防将亚硝酸盐误作食盐使用。尽量从正规渠道购买正规厂家生产的食用盐。不吃腐烂变质的蔬菜，尽量不吃隔夜菜。不吃刚腌制的泡菜或过水泡菜。

七、科学合理饮食。就餐应注意荤素搭配、平衡膳食，多食富含纤维素、维生素的新鲜时令蔬菜、水果等清淡食品，不暴饮暴食。

八、购买食品（食品原料）或用餐后注意索取并保存票据，遇到食品安全问题请及时拨打12315投诉举报。