



09/2013 - Verantwoordelijke uitgever: Kind en Gezin, Katrien Verhegge, administrateur-generaal - Vlaams agentschap

# Voedselveiligheid in de gezinsopvang

## Checklist

# INHOUD CHECKLIST

OMGEVING	3
ORGANISATIE	3
AANKOOP	3
BEWAREN	4
Niet koel bewaren	4
Koel bewaren - koud blijft koud!	4
Koelkast	5
Diepvriezer	5
HYGIËNISCH KOKEN	6
Persoonlijke hygiëne	6
Hygiënisch koken	6
A. Spoel groenten en fruit grondig onder stromend water	6
B. Vermijd elk contact tussen rauwe voedingswaren en gekookte en klaargemaakte gerechten	7
C. Gebruik proper keukenmateriaal	7
D. Verhit warme gerechten door en door	8
E. Ontdooi diepgevroren producten nooit op kamertemperatuur	10
Afval	10
<b>FICHE 1: AANDACHTSPUNTEN BIJ DE AANKOOP</b>	<b>11</b>
<b>FICHE 2: UITERSTE GEBRUIKSDATUM VAN GEOPENDE VOORVERPAKTE PRODUCTEN EN BEREIDINGEN</b>	<b>12</b>
<b>FICHE 3: RISICOVOLLE VOEDINGSMIDDELEN</b>	<b>13</b>

Deze checklist geeft een overzicht van hoe je voedselveilig kan werken.

Als je twijfelt aan de kwaliteit of de versheid van een product, laat het de kinderen dan niet meer eten.

## OMGEVING

- De keuken en de berging zijn proper en worden goed onderhouden.
- Zichtbaar vuil wordt altijd onmiddellijk verwijderd.
- Huisdieren en planten horen niet thuis in de keuken.
- De wasmachine en droogkast staan best niet in de keuken.

### Tip:

*Zorg dat de keuken afgescheiden is van de leefruimte en de verzorgingshoek, door bijvoorbeeld hekjes te plaatsen. Zo vermijd je dat alle handelingen kriskras dooreen lopen, bv. verluieren, een fles bereiden, fruit schillen. Maak de reflex om bij het betreden van de keuken je handen te wassen.*



## ORGANISATIE

- De keuken wordt tijdens het koken alleen gebruikt door diegenen die de maaltijd klaarmaken en de kinderen die meehelpen.
- Tijdens de bereiding van de maaltijden wordt de keuken best niet gebruikt als doorgang voor anderen.
- Kinderen worden niet verzorgd op werkbladen en tafels die gebruikt worden voor het bereiden en gebruiken van de maaltijden.
- Reserveer best een plaats in de keuken waar je flesvoeding en afgekolfde moedermelk klaarmaakt. Als je ruimte beperkt is, maak het werkoppervlak dan altijd grondig schoon voor je aan de bereiding begint.

## AANKOOP

### Heb bij de aankoop aandacht voor :

- de verpakking
- de kleur
- de geur
- de vervaldatum
- de juiste temperatuur van de voedingsmiddelen

### Tip:

*Fiche 1, met de aandachtspunten bij de aankoop, kan je helpen. Je vindt deze fiche op [pagina 11](#).*

- Heb aandacht voor de hygiëne van de winkel, de leverancier, de verkoper, ...
- Dagverse producten, zoals groenten, fruit, vlees en vis zien er fris uit.
- De verpakking van een product is proper, niet vervormd, niet beschadigd en niet geopend. *Is de verpakking stuk, dan kunnen er bacteriën en vuil, maar ook stukjes plastic of glas van de verpakking*

*in het product terechtkomen. Vocht dat uit een verpakking loopt (bv. vocht van vers vlees), kan een ander voedingsmiddel besmetten.*

- ❑ Blikken zijn niet gedeukt, staan niet bol of zijn niet roestig. *Door een deuk in het blik kan de binnenkant beschadigd zijn, waardoor er een chemische reactie kan optreden en de kans groter wordt dat zware metalen in het voedingsmiddel terechtkomen.*
- ❑ Controleer de vervaldatum. Koop geen te grote hoeveelheden. *Zo voorkom je dat je eten weg moet gooien.*
- ❑ Koop geen voedingsmiddelen bij beschadiging, foute temperatuur en in geval van twijfel.
- ❑ Vervoer vuile groenten gescheiden van andere voedingsmiddelen.
- ❑ Vervoer voedingsmiddelen gescheiden van niet-voedingsmiddelen.

#### **Tip:**

*Om de kans op ontdooien zo klein mogelijk te houden, neem je gekoelde producten en diepvriesproducten best op het einde van je winkelronde uit de koeling. Vervoer de producten zo snel mogelijk en liefst gekoeld. Plaats ze in je opvang zo snel mogelijk terug in de koelkast of de diepvriezer.*

## BEWAREN

- ❑ Voorzie voldoende voorraadruimte.
- ❑ Vermijd vocht in elke bewaarplaats, *want water bevordert de groei van microben.*
- ❑ Verwijder beschadigde, vervallen en bedorven voedingsmiddelen onmiddellijk. *Zo voorkom je dat ze andere voedingsmiddelen besmetten.*
- ❑ Bewaar voedingsmiddelen en bereidingen altijd afgesloten. Voorzie best een etiket met vermelding van:
  - ❑ het voedingsmiddel
  - ❑ de openingsdatum of de bereidingsdatum
  - ❑ de vervaldatum
- ❑ Respecteer de vervaldatum van de voedingsmiddelen.

#### **Tips:**

- *De vervaldatum vermeld op de verpakking geldt alleen zolang de verpakking nog dicht is. Als de verpakking geopend is, wordt de houdbaarheidstermijn korter. Informatiefiche 2 geeft je meer info. Zie [pagina 12](#).*
- *Zet producten die het eerst vervallen vooraan, binnen handbereik. De producten met een langere houdbaarheidsdatum zet je achteraan.*

## Niet koel bewaren

- ❑ Bewaar producten nooit op de grond, *omwille van ongedierte.*
- ❑ Voedingsmiddelen zijn gescheiden van niet-voedingsmiddelen zoals reinigingsmiddelen en onderhoudsmateriaal.

## Koel bewaren - koud blijft koud!

- ❑ Bewaar de voedingsmiddelen altijd aan de juiste temperatuur.

#### **Tips:**

- *Volg de bewaaradviezen vermeld op de verpakking.*
- *Wat in de winkel in de koelkast staat, hoort daarbuiten ook in de koelkast.*

- ❑ De voedingsmiddelen die erg vatbaar zijn voor bacteriële groei, zoals vis, vlees, eieren, zuivelproducten, ... bewaar je in de koelkast. *Dit is erg belangrijk omdat microben zich bij kamertemperatuur het snelst vermenigvuldigen.*
- ❑ Maak er een gewoonte van om de temperatuur van de koelkast en de diepvriezer regelmatig te controleren.
- ❑ Om temperatuurschommelingen te voorkomen, beperk je het openen en sluiten van koelkast en diepvriezer best tot een minimum.

## Koelkast

- ❑ De ideale koelkasttemperatuur is tussen 0 en 4°C.
- ❑ Maak de koelkast regelmatig proper. Bij voorkeur 1 keer per maand.
- ❑ Stapel niet te veel producten op elkaar in de koelkast, *om een optimale temperatuur van elk product te bekomen.*
- ❑ Stapel de voedingsmiddelen zo dat je overdracht van microben tussen de verschillende producten voorkomt. Rauw vlees, niet-gereinigde groenten en fruit, eieren, rauwe producten en te ontdooien producten, plaats je onderaan in de koelkast. Bereide gerechten en afgekolfde moedermelk, die het meest gevoelig zijn voor kruisbesmetting, plaats je bovenaan.
- ❑ Eieren bewaar je best in de koelkast.
- ❑ Te bewaren medicijnen bewaar je in een aparte doos.



### Tip:

- *Plaats nooit warme gerechten in de koelkast of de diepvriezer, maar koel ze eerst snel en voldoende af. Dit kan je doen door het gerecht in een bak met water en ijs te plaatsen. Koel bij voorkeur kleine porties af en vries ook kleine porties in.*
- *Bewaar geen restjes. Hiermee bedoelen we gerechten die terugkomen van tafel of te lang op kamertemperatuur bleven staan.*

## Diepvriezer

- ❑ De ideale diepvriestemperatuur is -18 °C of kouder.
- ❑ Voor langdurig bewaren is -18 °C of lager ideaal. *De microben ontwikkelen zich niet meer verder. Maar dood zijn ze niet! Daarom moeten temperatuurschommelingen vermeden worden. Zodra de temperatuur stijgt, ontwaken de microben en kunnen ze zich verder vermenigvuldigen.*
- ❑ Het diepvriesvak van de koelkast is niet altijd gemaakt om diepvriesproducten langdurig te bewaren. Het aantal sterren vermeld op het toestel bepaalt hoe lang producten bewaard kunnen worden.
  - \*\*\* **Bevroren voedingsmiddelen kunnen enkele weken bewaard blijven, tot de aangegeven datum op de verpakking.**
  - \*\* **Bevroren voedingsmiddelen kunnen 3 weken bewaard blijven.**
  - \* **Bevroren voedingsmiddelen kunnen enkele dagen bewaard blijven.**

- ❑ Verwijder ijsaanslag *want dit vermindert de koeling.*
- ❑ Het is aanbevolen om op regelmatige tijdstippen de diepvriezer te ontdooien.

### Tip:

- *Producten die je zelf invriest gebruik je best binnen de 2 maanden. Bereid en vries in op dezelfde dag. Het diepvriesvak van de koelkast is niet geschikt om in te vriezen.*
- *De bewaartermijn van industrieel ingevroren producten staat vermeld op de verpakking.*
- *Vries ontdooide producten nooit opnieuw in (ook als je ze bereid hebt).*
- *Je vriest best geen gehakt vlees en afgeleide bereidingen (bv. worsten) in.*

## HYGIËNISCH KOKEN

### Persoonlijke hygiëne

- ❑ De hele dag door kom je met bacteriën en virussen in aanraking. Was daarom je handen regelmatig. Het is erg belangrijk om bij aankomst in de keuken je handen te wassen. Doe dit ook bij elke mogelijke besmetting van de handen.



Enkele voorbeelden:

- ❑ voor het bereiden van voeding;
- ❑ voor het geven van voeding;
- ❑ na het aanraken van rauwe producten;
- ❑ na het verluieren of hulp op wc of potje;
- ❑ na elk toiletbezoek;
- ❑ bij zichtbaar vuile handen;
- ❑ na het wegbrengen van vuilnis;
- ❑ na het schoonmaken;
- ❑ na contact met rauw vlees en het breken van eieren;
- ❑ ...

#### Opgelet!

De handen van de kinderen kunnen besmet raken door buiten te spelen, speelgoed te delen, toiletbezoek, ...

Daarom is het belangrijk om de kinderen te leren de handen te wassen voor het eten, na toiletbezoek, bij zichtbaar bevulde handen, ...

- ❑ Hou rekening met alle tips handhygiëne rond handen wassen. Draag geen juwelen. Knip nagels kort, *want lange nagels zijn een broedplaats voor bacteriën*. Dek wondjes altijd goed af met een pleister.
- ❑ Draag propere kledij.
- ❑ Lange haren zijn samengebonden.
- ❑ Vermijd ongewenste handelingen zoals niezen boven voedingsmiddelen, blazen om af te koelen, meerdere keren proeven met dezelfde lepel, ...

#### Tip:

*Draag een propere schort, die je enkel gebruikt voor het bereiden van de maaltijden.*

### Hygienisch koken

#### A. Spoel groenten en fruit grondig onder stromend water

- ❑ Was groenten en aardappelen net voor het bereiden. Wanneer je de groenten langdurig in water laat staan, gaan mineralen en vitamines verloren en krijgen microben de tijd om zich te vermenigvuldigen.
- ❑ Schil en snijd groenten, fruit en aardappelen net voor het bereiden.



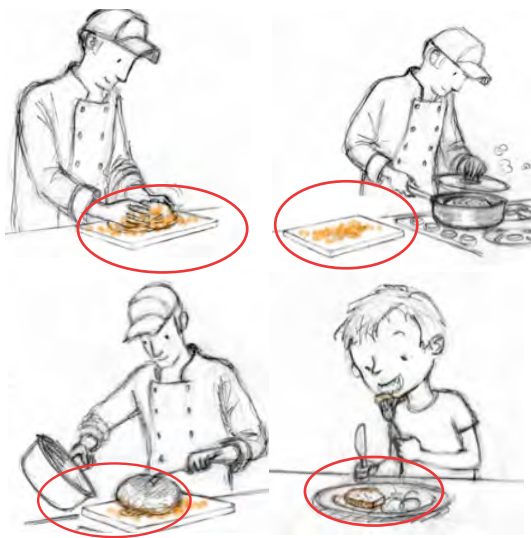
#### Tip:

*Ook voorverpakte groenten moeten gewassen worden, tenzij op de verpakking staat dat ze al gewassen zijn.*

## B. Vermijd elk contact tussen rauwe voedingswaren en gekookte en klaargemaakte gerechten

In rauwe producten zitten doorgaans meer bacteriën dan in gekookte (verhitte). Bij contact kunnen de microben overgaan van de rauwe naar de bereide gerechten.

Daarom mag je bijvoorbeeld niet dezelfde snijplank gebruiken waarop rauw vlees gelegen heeft om er vervolgens het bereide vlees op te versnijden (tenzij je de snijplank eerst grondig hebt afgewassen).



## C. Gebruik proper keukenmateriaal

- Werk op een proper werkblad en met proper keukengerei. Het materiaal moet in goede staat zijn, glad, ondoordringbaar, goed afwasbaar en niet giftig.
- Kunststof krijgt de voorkeur.
- Vermijd best het gebruik van houten materialen *omwille van de doordringbaarheid*.
- Vermijd het gebruik van beschadigd keukenmateriaal zoals plasticen snijplanken met diepe groeven of een antikleefpan met beschadigde bodem.
- Het gebruikte materiaal is steeds proper voor gebruik.

### Tips afwassen:

- *Als je met de hand afwast, verzamel je de vuile vaat best aan één kant van het aanrecht, zodat de propere en de vuile vaat gescheiden blijven.*
- *Spoel altijd na met heet water.*
- *Werk je met een vaatwasmachine, kies dan een hoge temperatuur om de microben te doden.*

### Tip snijplanken:

- *Om kruisbesmetting te voorkomen kan je meerdere planken in verschillende kleuren gebruiken. Reserveer één kleur voor één type voedingsmiddel. Zo wordt vaak een rode plank voor rauw vlees gebruikt en een groene plank voor het versnijden van rauwe groenten.*

## D. Gebruik proper keukenlinnen

- Natte vaatdoeken zijn een broeihaard van bacteriën. *Vervang daarom de vaatdoek dagelijks.*
- Vervang de handdoeken als ze te nat zijn. Laat ze niet eerst opdrogen op bv. de verwarming om dan terug te gebruiken. Want op kamertemperatuur vermenigvuldigen microben zich zeer snel. Gebruik de vaatdoek enkel voor de vaat en niet voor andere klussen (vloer, gemorst vleesnat, ...).
- Was keukenlinnen op minimum 60 °C.

### Tips:

- *Gebruik liever geen sponsjes. Een schuurlapje of een afwasborstel vormen een beter alternatief.*
- *Gebruik een keukenrol of een wegwerpdoekje voor sterk bevulde oppervlakken.*



## E. Verhit warme gerechten door en door

- ❑ Verhit voedingsmiddelen door en door, zowel wat temperatuur als wat duur betreft. *Verhitting vernietigt het merendeel van de ziektekiemen.*
- ❑ Wees alert voor risicovolle voedingsmiddelen zoals vlees, vis, gevogelte en eieren. Ook alle gehaktbereidingen hebben een sterk verhoogd risico.
- ❑ Bereid liever geen risicovolle voedingsmiddelen van dierlijke oorsprong in de *microgolfoven, omdat je zo vaak de vereiste kerntemperatuur niet bereikt.*
- ❑ Houd de tijd tussen bereiden, opdienen en opeten zo kort mogelijk om *vermenigvuldiging van microben te beperken.*
- ❑ Verbruik bereide maaltijden best binnen 30 min. Want microben vermenigvuldigen zich zeer intens bij een temperatuur tussen 10 °C en 60 °C. (zie figuur op de volgende pagina 'Vermeerdering van micro-organismen bij temperatuur tussen 10 °C en 60 °C') Soms kan het nodig zijn om een maaltijd langer te bewaren om bv. het dagritme van de kinderen te kunnen respecteren (= uitgestelde maaltijden):
  - ❑ Je kan de maaltijd warm houden op min. 60°C gedurende max. 2 uur, bv. in een voorverwarmde oven.
  - ❑ Je kan de maaltijd snel afkoelen (max. 7°C), bewaren in de koelkast en terug opwarmen (> 60 °C). Het opwarmen moet ook snel gebeuren
  - ❑ Voeg geen verse voedingswaren toe aan gerechten die meer dan 2 uur op kamertemperatuur gebleven zijn.

### Tips snel afkoelen:

- *Om de vermenigvuldiging van microben te voorkomen moet je de bereide gerechten die koud verbruikt worden (bv. pudding, ...) en eventueel de uitgestelde maaltijden snel afkoelen.*
- *Dit wil zeggen dat je ze binnen 2 uur moet afkoelen van 60 °C naar 10 °C.*

*Je kan dit doen door bijvoorbeeld:*

- *grote hoeveelheden op te delen in kleine porties;*
- *een kookpot in een bak met ijs te plaatsen en regelmatig te roeren.*



- ❑ Besteed extra aandacht aan producten die je in de microgolfoven bereidt of opwarmt. Een microgolfoven warmt immers ongelijkmatig op waardoor sommige gedeelten onvoldoende verhit kunnen zijn. Een onvolledige opwarming kan gevaar voor besmetting inhouden. Roer daarom regelmatig om.
- ❑ Restjes gebruiken wordt afgeraden. Met resten bedoelen we bereidingen die op kamertemperatuur bleven staan (bv. resten van maaltijden, restanten in de kookpotten) en voedingsmiddelen die terugkomen van de tafel. *Het bewaren en heropwarmen van restjes verhoogt de kans dat bacteriën zich vermenigvuldigen. Ook de voedingswaarde van het gerecht gaat achteruit.*
- ❑ Eieren moet je met veel zorg behandelen. Het risico op kruisbesmetting is immers groot. De eierschaal is altijd besmet en het ei kan een bron zijn van salmonella.

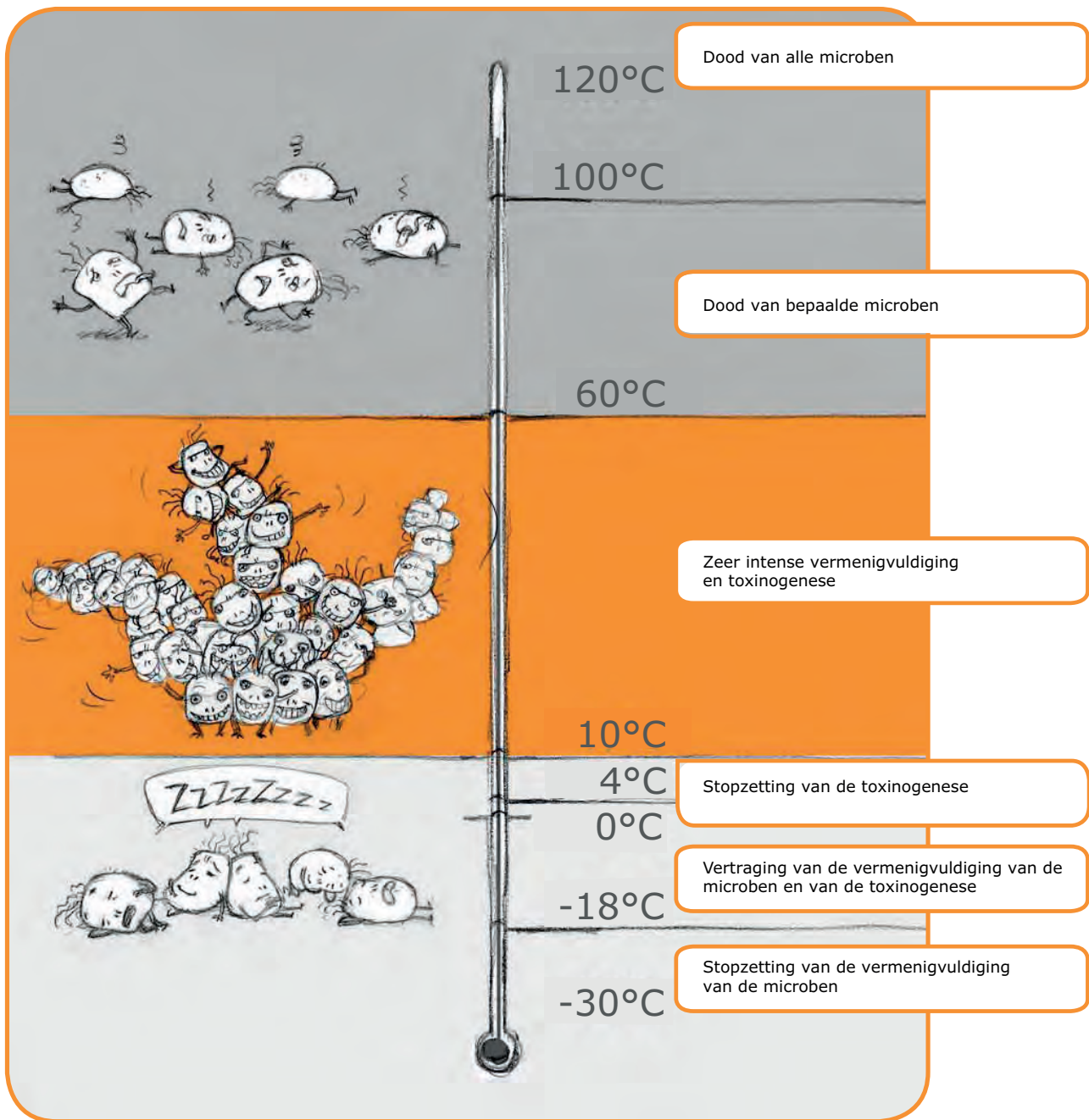
### Tips eieren:

- *Geef alleen door en door verhitte eieren aan de kinderen (bv. hard gekookte eieren, quiche, ...).*
- *Na de legdatum mag je verse eieren maximum 1 maand in de koelkast bewaren.*
- *Verwijder na het breken van de eieren onmiddellijk de schalen en reinig het werkblad.*
- *Was je handen nadat je eieren aangeraakt hebt.*

### Tips conserven:

- *Reinig de bovenkant van conserven voor je ze opent.*
- *Open een blik in één beweging. Let erop dat er geen metaalsnippers in de inhoud terechtkomen. Zorg dat het deksel niet in de inhoud valt.*
- *Bewaar een restant nooit in zijn blik. Onder invloed van de zuurstof kan de inhoud reageren met het metaal van het blik en giftige stoffen vormen.*

Figuur 'Vermeerdering van microben bij temperatuur tussen 10 °C en 60 °C'



## F. Ontdooi diepgevroren producten nooit op kamertemperatuur

- Diepgevroren voedingsmiddelen bereid je best onmiddellijk nadat je ze uit de diepvriezer haalt, zonder ze te ontdooien. *Hoe langer het ontdooien duurt, hoe groter het risico op vermenigvuldiging van microben.*
- Als je ze toch eerst wil laten ontdooien, doe dat dan bij voorkeur snel in de microgolfoven.
- Ontdooien in de koelkast wordt afgeraden omdat de tijd van ontdooien te lang is en het morsen van dooiwater de kans op kruisbesmetting vergroot.

### Opgelet!

Diepgevroren moedermelk ontdooi je niet in de microgolf. Zie Kind in Beeld Borstvoeding

### Tips fijnmaken:

Afhankelijk van de leeftijd van de kinderen zal je gerechten soms fijnmaken of pureren. Het risico op kruisbesmetting is groot omdat het gebruikte materiaal, zoals een roerzeef, soms moeilijk te reinigen is.

- De tijd tussen de bereiding, het fijnmaken en het aanbieden moet zo kort mogelijk zijn.
- Het fijnmaken moet snel gebeuren.
- Het materiaal moet altijd grondig gereinigd worden.

## Afval

- Ruim afval meteen op en bewaar het altijd afgedekt in de keuken.
- Je verzamelt het afval gedurende de week buiten de keuken.
- Gebruik bij voorkeur een pedaalemmer, om niet met de handen aan de vuilnisbak te komen.
- Maak de vuilnisemmer regelmatig proper en was de handen na contact met de vuilnisemmer.

### Meer informatie:

<http://www.kindengezin.be/brochures-en-rapporten/brochures/>

- Kind in Beeld Borstvoeding
- Kind in Beeld Flesvoeding
- Kind en Beeld Vaste voeding

## FICHE 1: AANDACHTSPUNTEN BIJ DE AANKOOP

### Heb altijd aandacht voor de vervaldatum en de temperatuur van de producten:

<b>Ingevroren producten</b>	<p><b>Vermijd:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vochtvlekken op de verpakking;</li> <li>- ijs of kristallen;</li> <li>- vervormde of beschadigde verpakking.</li> </ul>
<b>Vers vlees</b>	<p><b>Vermijd:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sterke geur;</li> <li>- grijze, groene of witte kleur, vlekken;</li> <li>- kleverigheid: kleverig of slijmerig vlees;</li> <li>- textuur: zacht vlees en vlees dat uit elkaar valt;</li> <li>- te grote hoeveelheid vocht in de verpakking.</li> </ul>
<b>Verse vis</b>	<p><b>De vis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mag slechts een lichte geur verspreiden, geur van zeealgen;</li> <li>- de ogen moeten glanzen, zwarte pupillen;</li> <li>- stevige textuur hebben, een vingerafdruk moet snel verdwijnen;</li> <li>- roze of bloedrode, glanzende en vochtige kieuwen hebben;</li> <li>- de onderbuik: mag niet gezwollen zijn, vlees niet gevlekt, niet geelachtig;</li> <li>- moet een glanzende huid hebben.</li> </ul> <p><b>Niet-verpakte vis moet in de winkel op ijs bewaard worden.</b> Tip: diepgevroren vis biedt vaak meer garanties op versheid en kwaliteit.</p>
<b>Eieren</b>	<p><b>Tip: Kijk of er geen gebarsten eieren zijn.</b></p>
<b>Melkproducten</b>	<p><b>Vermijd:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- bolle, vervormde of beschadigde verpakking;</li> <li>- schimmel, abnormale kleuren en geuren.</li> </ul>
<b>Fruit en groenten</b>	<p><b>Vermijd:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vocht in de bakken;</li> <li>- schimmel;</li> <li>- verlepte groenten en fruit;</li> <li>- vochtige of slappe groenten;</li> <li>- slappe, soepele of uitgelopen stengels;</li> <li>- sporen van aantasting door ongedierte;</li> <li>- insecten.</li> </ul>
<b>Conservenblikken en tetrapakken</b>	<p><b>Vermijd bolle, vervormde, verroeste of geoxideerde blikken.</b></p>
<b>Vacuümverpakte voedingsmiddelen</b>	<p><b>Vermijd:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- bellen of lucht in de verpakking;</li> <li>- beschadigde of vochtige verpakking.</li> </ul>

## FICHE 2: UITERSTE GEBRUIKSDATUM VAN GEOPENDE VOORVERPAKTE PRODUCTEN EN BEREIDINGEN

- Om voedingsmiddelen juist te bewaren moet je de bewaaruur en de bewaartemperatuur respecteren. Volg de aanwijzingen op de verpakking: *'Na opening maximum x dagen in de koelkast bewaren'*.
- Opgelet: deze bewaaruur geldt bij bewaring op de juiste temperatuur. Als je de temperatuur niet respecteert wordt de bewaaruur korter.

### Heb altijd aandacht voor de vervaldatum en de temperatuur van de producten:

NIET GESNEDEN PRODUCTEN	Bewaar-temperatuur	Uiterste gebruiksdatum Dag opening originele verpakking + x aantal dagen
Kaas met harde korst (Gouda, Emmental, ...) Kaas met zachte korst (brie, camembert, ...)	0 tot 4°C	+ 15 dagen
Verse kaas (onverpakt en niet bereid)	0 tot 4°C	+ 7 dagen
Vacuümbereide producten	0 tot 4°C	+ 3 dagen
UHT-melk, yoghurt Gepasteuriseerde eieren (vloeibaar in tetrapak)	0 tot 4°C	+ 2 dagen
Fruitsap (Tetra Brik) Groentesap (Tetra Brik)	0 tot 4°C	+ 2 dagen
Geopende fles water	0 tot 4°C	+ 1 dag
Patisserie op basis van banketbakkersroom	0 tot 4°C	+ 0 dagen
GESNEDEN PRODUCTEN		
Gesneden kaas	0 tot 4°C	+ 3 dagen
Geraspte kaas	0 tot 4°C	+ 3 dagen
Eieren die werden gebroken om ze later te bereiden	0 tot 4°C	+ 1 dag
Ham	0 tot 4°C	+ 1 dag
HUISBEREIDE GERECHTEN		
Gewassen en gesneden rauwkost en groenten	0 tot 4°C	+ 1 dag
Pudding, rijstpap, griesmeel, flan, bereide verse kaas (gemixt fruit, ...)	0 tot 4°C	+ 1 dag
Soep	0 tot 4°C	+ 1 dag
Maaltijd (al of niet gemixt)	0 tot 4°C	+ 1 dag

## FICHE 3: RISICOVOLLE VOEDINGSMIDDELEN

	Voedingsmiddelen of bereidingen	Aandachtspunten
Voedingsmiddelen van dierlijke oorsprong	<b>Rauwe voedingsmiddelen van dierlijke oorsprong:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eieren (bv. chocolademousse, ei in puree, ...)</li> <li>- Melkproducten met rauwe melk</li> <li>- Vlees (bv. filet americain, ...)</li> </ul>	<b>Afgeraden in de kinderopvang.</b>
	<b>Vlees, gevogelte, vis en zeevruchten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewaren in de koelkast: tussen 0 en 4°C</li> <li>- Verhitten tot in de kern.</li> </ul>
	<b>Gehakt vlees en afgeleide producten, hamsneden, ...</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewaren in de koelkast: tussen 0 en 4°C</li> <li>- Verhitten tot in de kern.</li> <li>- Invriezen wordt afgeraden (noch rauw, noch bereid).</li> <li>- Bereiden op de dag van aankoop aanbevolen.</li> </ul>
	<b>Verse eieren (met schaal) om te bereiden (bv. omeletten, taarten, pannenkoeken, ...)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verse eieren bij voorkeur in de koelkast bewaren.</li> <li>- Het werkblad en het materiaal grondig reinigen na het behandelen van de eieren.</li> <li>- Handen wassen na manipulatie van eieren.</li> </ul>
	<b>Honing</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geef geen honing aan kinderen jonger dan 1 jaar.</li> </ul>
Voedingsmiddelen van plantaardige oorsprong	<b>Vers fruit en verse groenten die rauw worden gegeten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zorgvuldig spoelen met water.</li> <li>- Schillen en snijden op een schone plank en met een proper mes.</li> <li>- In de koelkast afgedekt bewaren.</li> <li>- Vlak voor het verbruik bereiden.</li> </ul>
	<b>Diepvriesgroenten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- De koudeketen respecteren.</li> <li>- In de diepvries bewaren bij - 18°C max.</li> <li>- Diepvriesgroenten mogen na de bereiding niet opnieuw worden ingevroren.</li> </ul>