

안전한
식생활 365
식품의약품안전처가
함께합니다

“확인 하셨나요?”



식중독 예방 6대 수칙

손 씻기



1 흐르는 물에 비누로
30초 이상 씻기

익혀먹기



2 육류 중심온도 75°C
(어패류는 85°C)
1분 이상 익히기

끓여먹기



3 물은 끓여서 마시기

세척·소독하기



4 식재료·조리기구는
깨끗이 세척·소독하기

구분 사용하기



5 날음식과 조리음식 구분
칼·도마 구분 사용

보관온도 지키기



6 냉장식품은 5°C 이하,
냉동식품은 -18°C 이하

여름철

식중독 예방 캠페인 VI



장마철 식중독 주의요령

습도가 높아 곰팡이와 세균이 쉽게 번식될 수 있어 세척·소독 철저



호우 시, 범람된 물이
닿은 식재료 사용금지



가급적 생식제공 자제,
익힌 음식 제공



냄새·상태가 좋지 않은
음식은 무조건 버리기



채소류는 3회 이상
세척·소독하기



칼, 도마 등 조리도구
끓이거나 소독하기



싱크대, 조리시설
세척·소독 철저