

(Koupe papye-a nan mak-la e sere moso-a )

**Tanperati pou Kwit Manje san Danje****Manje** **Tanperati andedan fou**

Bèf, mouton

Roti, stek	145-175°F
Vyann moulen	160°F

Kochon

Kotlèt, roti	160-170°F
Sosis (fre)	160°F
Vyann moulen	160°F

Volay

Poul	180°F
Kanna	180°F
Kodenn	180°F
Vyann moulen	160°F

Ze

Fri, poche	Jiskaske jòn nan fèm
------------	----------------------

**Komisyon Sante Piblik Boston**  
Divizyon Kontwòl Maladi Transmisib

Telefòn: (617) 534-5611  
Sitwèb: [www.bphc.org/cdc](http://www.bphc.org/cdc)

1010 Massachusetts Avenue, 2nd Floor  
Boston, MA 02118



BOSTON

© 274C

# METE L FRE NETWAYE SEPARE KWIT

**NAN MAKÈT**

Lè w ap achte manje nan makèt, pa bliye kontwole dat espirasyon an. Pa achte manje ki espire. Pa achte manje ki nan sache oswa bwat ki gen twou oswa ki chire.

**Lè ou pa si l bon, jete l**

**Kenbe fanmi ou an sante.  
Fè atansyon ak manje.**

Komisyon Sante Piblik Boston  
Divizyon Kontwòl Maladi Transmisib

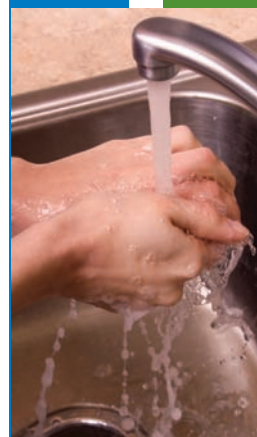
Mayor Thomas M. Menino

## METE L FRE



- Lè ou tounen sòti nan makèt la, mete manje ki pou ret fre nan frijidè oswa nan frizè touswit
- Tanperati frijidè a dwe 40°F. Tanperati frizè a dwe pi ba pase 0°F.
- Pa kite vyann oswa lòt manje kwit deyò pou plis pase katrèdtan.
- Mete rès manje nan frizè oswa frijidè touswit. Kite rès vyann byen vlope nan frijidè.

## NETWAYE

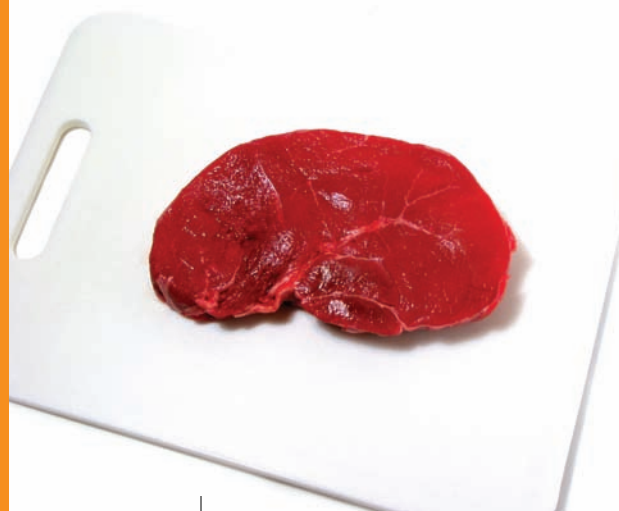


- Lave men ou avèk savon ak dlo tyèd anvan epi apre ou fè manje
- Lave tout sifas ak veso avèk dlo pwòp ki cho epi ki gen savon, anvan epi apre ou fè manje. Fòk tout bagay ki pwal manyen manje a pwòp.
- Pa bliye netwaye planch a dekoupe a; fòk li an bonneta epi anvan ou sèvi avèk li netwaye li avèk dlo pwòp, ki cho epi ki gen savon ladann
- Lave tout fwi ak legim avèk dlo moun bwè epi sèvi ak yon bwòs si sa nesesè.



## SEPAE

- Sonje pou w pa kite ji toupre vyann oswa volay ki pa kwit; pa kite pwason antre an kontak ak lòt manje, ke manje sa yo kwit oswa kri. Ji sa yo gen jèm ladan.
- Sèvi ak diferan plato pou vyann, pwason oswa volay ki kwit ak sa ki kri
- Eseye sèvi ak diferan planch a dekoupe pou vyann oswa volay ki kri epi manje ki pare pou manje ready-to-eat food



## KWIT

- Pa janm manje fwidmè, volay, vyann, oswa ze ki kri, ni manje ki gen ze kri ladann. Gade pou wè si jòn ze a byen kwit.
- Deglase manje ki sòti nan frijidè oswa andedan maykwowev la selon jan yo di a. Pa janm deglase vyann sou kontwa kwizin nan oswa nan dlo cho.
- Kwit manje a bon tanperati. Sèvi ak yon tèmomèt pou verifye manje a nan bon tanperati ([gade tablo a](#))
- Pa kòmanse kwit manje a, etenn li, epi kontinye kwit manje a pita
- Lè w ap sèvi manje, fòk manje cho yo ret cho epi manje frèt yo ret frèt
- Ou dwe bouyi rès sòs ak rès soup pou omwen yon minit anvan ou sèvi l ankò