



SECOND HARVEST
of SILICON VALLEY

Food Safety

Keep your food safe

CLEAN

hands, surfaces (including cutting boards) and utensils to prevent contamination



- Wash hands with warm water and soap for at least 20 seconds before and after handling fresh fruits, vegetables, and other fresh foods

RINSE

fruits and vegetables just before eating



- Just before use, rinse only the fruits and vegetables you plan to eat, including those with skins that are not eaten
- Firm-skinned fruits and vegetables should be rubbed by hand or scrubbed with a clean brush while rinsing under warm running tap water
- Do not use soap or bleach to wash fresh fruits or vegetables

SEPARATE

fruits and vegetables from raw meat, seafood, poultry, eggs



- In refrigerator, keep fresh fruits and vegetables separate from raw meat, poultry, seafood, and eggs
- When preparing food, keep fresh fruits and vegetables separate from raw meat, poultry, seafood, and eggs
- Do not use same cutting board or utensils without cleaning them with hot water and soap before and after preparing fresh fruits and vegetables

REFRIGERATE

or freeze meat, poultry, eggs, and fresh cut fruits and vegetables as soon as you bring them home



- Never let raw meats or cut fruits and vegetables sit at room temperature for over 2 hours
- Never defrost food at room temperature. Always defrost food in the refrigerator, in cold water, or in the microwave



SECOND HARVEST
of SILICON VALLEY

Seguridad alimentaria

Mantenga sus alimentos seguros

LAVE

Lave sus manos. Limpie las superficies (incluidas: tablas de cortar) y los utensilios para evitar la contaminación



- Lávese sus manos con agua tibia y jabón, al menos durante 20 segundos, antes y después de manipular frutas, verduras y otros alimentos frescos

ENJUAGUE

las frutas y verduras justo antes de comer



- Inmediatamente antes de usar, enjuague solo las frutas y verduras que planea comer, incluidas aquellas con cáscaras, que no se comen
- Las frutas y verduras con cascara dura, deben frotarse a mano o tallarse, con un cepillo limpio, mientras se enjuagan con agua tibia de la llave (grifo)
- No use jabón, ni lejía para lavar frutas o verduras frescas

SEPARAR

las frutas y verduras de carne cruda, mariscos, aves y huevos



- Aún en el refrigerador, mantenga las frutas y verduras frescas separadas de la carne cruda, aves, mariscos y huevos
- Al preparar los alimentos, mantenga las frutas y verduras frescas separadas de las carnes, aves, mariscos y huevos crudos
- No use la misma tabla de cortar o utensilios sin limpiarlos con agua caliente y jabón antes y después de preparar frutas y verduras frescas

REFRIGERE

o congele carne, aves, huevos, frutas y verduras recién cortadas, tan pronto como las lleve a casa



- Nunca permita que las carnes crudas o las frutas y verduras cortadas, permanezcan a temperatura ambiente, durante más de 2 horas
- Nunca descongele los alimentos a temperatura ambiente. Siempre descongele los alimentos en el refrigerador, en agua fría o en el horno de microondas



SECOND HARVEST
of SILICON VALLEY

An toàn thực phẩm

Giữ thực phẩm của quý vị được an toàn

Làm sạch

tay, các bề mặt (kể cả thớt) và dụng cụ để tránh nhiễm bẩn



- Rửa tay bằng nước ấm và xà phòng trong ít nhất 20 giây trước và sau khi chạm vào trái cây, rau cải và các thực phẩm tươi khác

Rửa

sạch trái cây và rau cải trước khi ăn



- Trước khi sử dụng, phải rửa sạch các loại trái cây và rau cải mà quý vị dự định ăn, kể cả những loại không ăn được vỏ
- Trái cây và rau cải có vỏ cứng nên được chà bằng tay hoặc bằng bàn chải sạch và rửa dưới vòi nước ấm
- Không sử dụng xà phòng hoặc thuốc tẩy để rửa trái cây hoặc rau cải tươi

Đề riêng

trái cây và rau cải với thịt sống, hải sản, thịt gia cầm và trứng



- Trong tủ lạnh, để riêng trái cây và rau cải tươi với thịt sống, thịt gia cầm, hải sản và trứng
- Khi chế biến thức ăn, hãy để riêng trái cây và rau cải tươi với thịt sống, thịt gia cầm, hải sản và trứng
- Không sử dụng cùng một cái thớt hoặc đồ dùng mà không làm sạch chúng bằng nước nóng và xà phòng trước và sau khi chuẩn bị rau quả tươi

Làm lạnh

hoặc đông lạnh thịt, thịt gia cầm, trứng, trái cây, và rau cải tươi ngay khi quý vị mang về nhà



- Không được để thịt sống hoặc cắt trái cây và rau cải ở nhiệt độ phòng hơn 2 tiếng
- Không được rã đông thực phẩm ở nhiệt độ phòng. Luôn rã đông thực phẩm trong tủ lạnh, trong nước lạnh hoặc trong lò vi sóng