



Güvenilir Gıda

Yazarlar
Dr. Bülent Kahraman ÇOLAKOĞLU
Yasemin ÇEVİK



Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığı



Güvenilir Gıda





**T.C. TARIM VE
ORMAN BAKANLIĞI**
EĞİTİM VE YAYIN DAİRESİ BAŞKANLIĞI

Bakanlık Adına İmtiyaz Sahibi ve
Genel Yayın Yönetmeni
Dr. Bülent Kahraman ÇOLAKOĞLU

Yazarlar
Dr. Bülent Kahraman ÇOLAKOĞLU
Yasemin ÇEVİK

Grafik Tasarım
Mehmet ATALAY - Őengöl AKĐÜN - Tülay YONAR

Baskı Sorumlusu
Muhsin KARADAŐ

Baskı
Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığı Matbaası

www.tarimorman.gov.tr

ANKARA 2026

ISBN : 978-625-8451-72-6

Güvenilir Gıda kitabı, Millî Eğitim Bakanlığı Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığının 25.11.2022 tarihli ve E-96732399-20-64342208 sayılı makam onayı ile oluşturulan komisyonlar tarafından incelenmiştir.

Güvenilir Gıda kitabı, T.C. Tarım ve Orman Bakanlığı Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığının izni olmadan çoğaltılamaz ve bundan alıntı yapılamaz. Bu kitap, parayla satılamaz.



Güvenilir Gıda

Mikroplar her yerde bulunabilir. Onları göremezsin. Vücuduna saldırarak seni hasta eder.

Ellerine bulaşan mikroplar dokunduğunuz yiyecek içeceklerle veya doğrudan ellerini ağızına burnuna götürdüğünde vücuduna girer. Bu, bozulmuş besinler ve kirli sularla da olabilir. Tükettiğin gıdaları güvenli tutmak ve güvenle yiyebilmek için bu mikroplardan kurtulman gerekir.

Nasıl mı? Mikroplarla savaşarak!

Ellerin kirlendiğinde, yemekten önce, yemekten sonra, çiğ veya kokmuş besinlere dokunduktan sonra, tuvaletten çıktıktan sonra, hayvanlarla oynadıktan sonra, aksırınca, öksürünce, burnunu temizledikten sonra vs. 20 saniye boyunca (İçinden yirmiye kadar sayarak süreyi ayarlayabilirsin.) su ve sabun ile ellerini ovuşturarak yıka, durula, kurut.

Alışveriş yaparken gıdaların son tüketim tarihine (STT) dikkat etmelisin. Tarihi geçmiş ürünleri almamalısın.

Alışverişten sonra gıdaları nerede, hangi koşullarda saklaman gerektiğini unutma. Buzdolabına, dondurucuya ve kilere konulacakları iyi belirle ki gıda israfı olmasın.

Mikroplar bir gıdadan diğerine kolaylıkla bulaşıp yayılabilir. Bunu önlemek için gıdaları buzdolabında ayrı ayrı yerlere yerleştirmelisin. Pişirilmiş ve pişirilmemiş gıdaları karıştırmamalısın. Et, tavuk ve deniz ürünlerini buzdolabında ayrı ayrı kaplarda tutmalısın. Bu ürünler birbirine temas etmemeli, suları birbirine veya diğer gıdalara kesinlikle karışmamalı.

Yiyeceklerin pişirilme sıcaklığına dikkat et. Annenle birlikte bir gıda termometresi kullanarak pişirilme sıcaklığını kontrol edebilirsin. Gıda termometresi yemek piştiğinde uyarı verir.

Beslenme çantandaki yiyeceklerin bozulmaması için onları sıcaktan korumalısın.

Gıdalarda kötü bir koku hissedersen onları tüketmemelisin.



Temiz olalım.



Mikropları kovalım.



Yemekten önce
ve
Yemekten sonra,



Hayvanlarla
oynadıktan sonra,





Tuvaletten
çıktıktan sonra,



Aksırınca,
öksürünce,
veya burnumuzu
sildikten sonra,





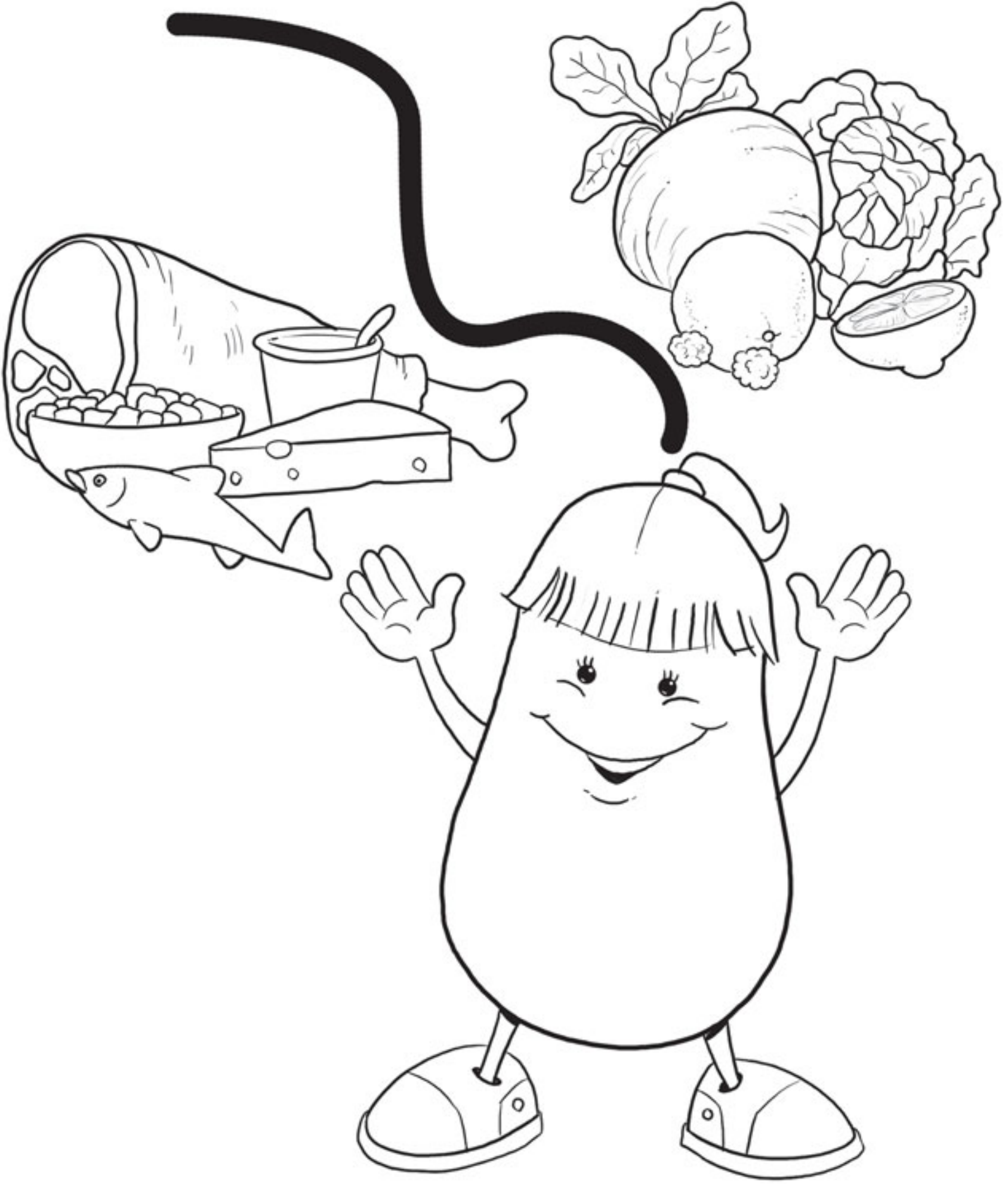
Ellerimizi ovalayarak güzelce yıkayalım.



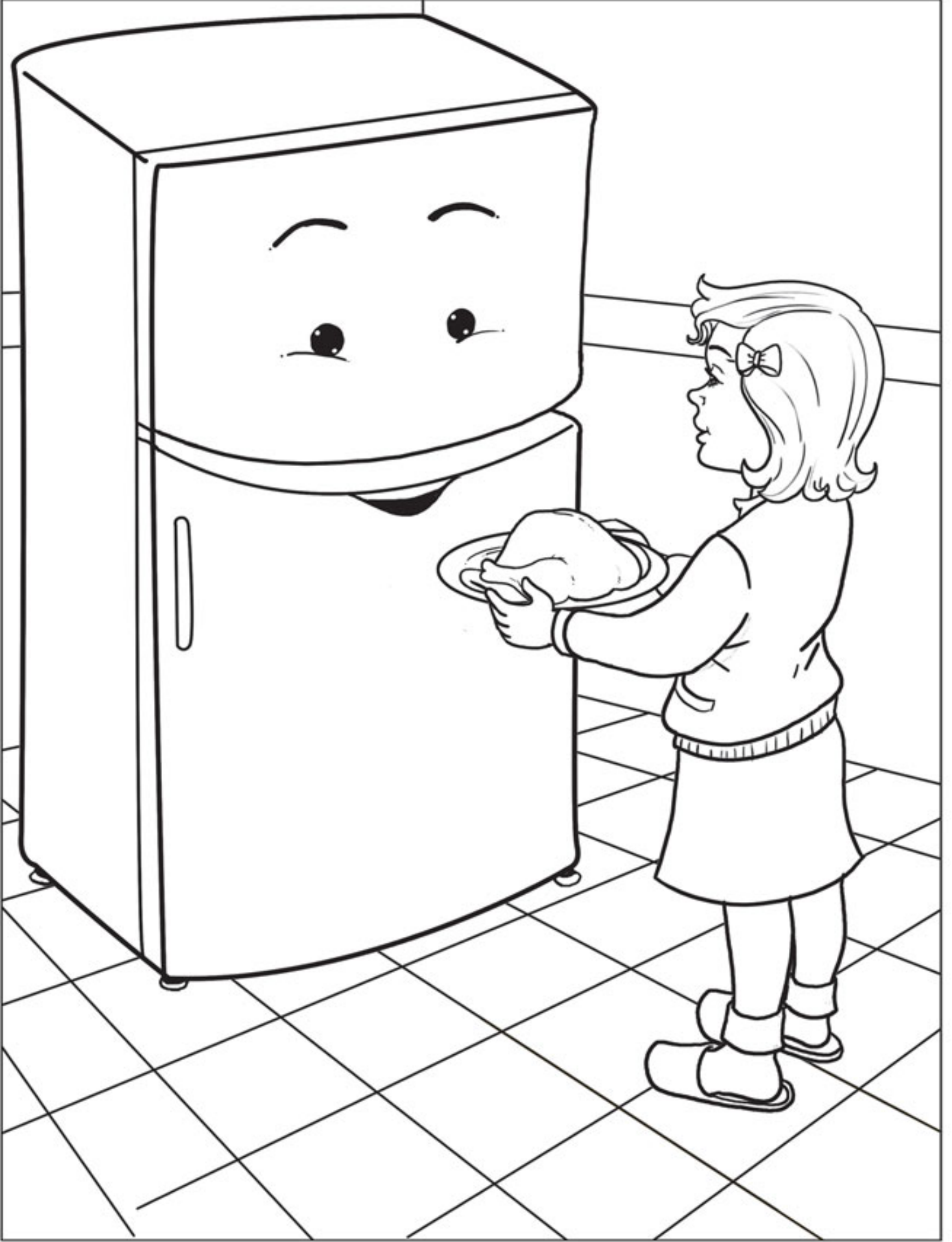
Alışverişte ürünlerin son kullanma tarihlerine bakmayı unutmayalım!



Alışverişten eve gelince
bozulabilecek gıdaları bekletmeden
buzdolabına yerleştirelim.



Gıdaları buzdolabında ayrı ayrı yerleştirelim ki bulaşmayı önleyelim.



Gıdalar için daima temiz kaplar kullanalım.

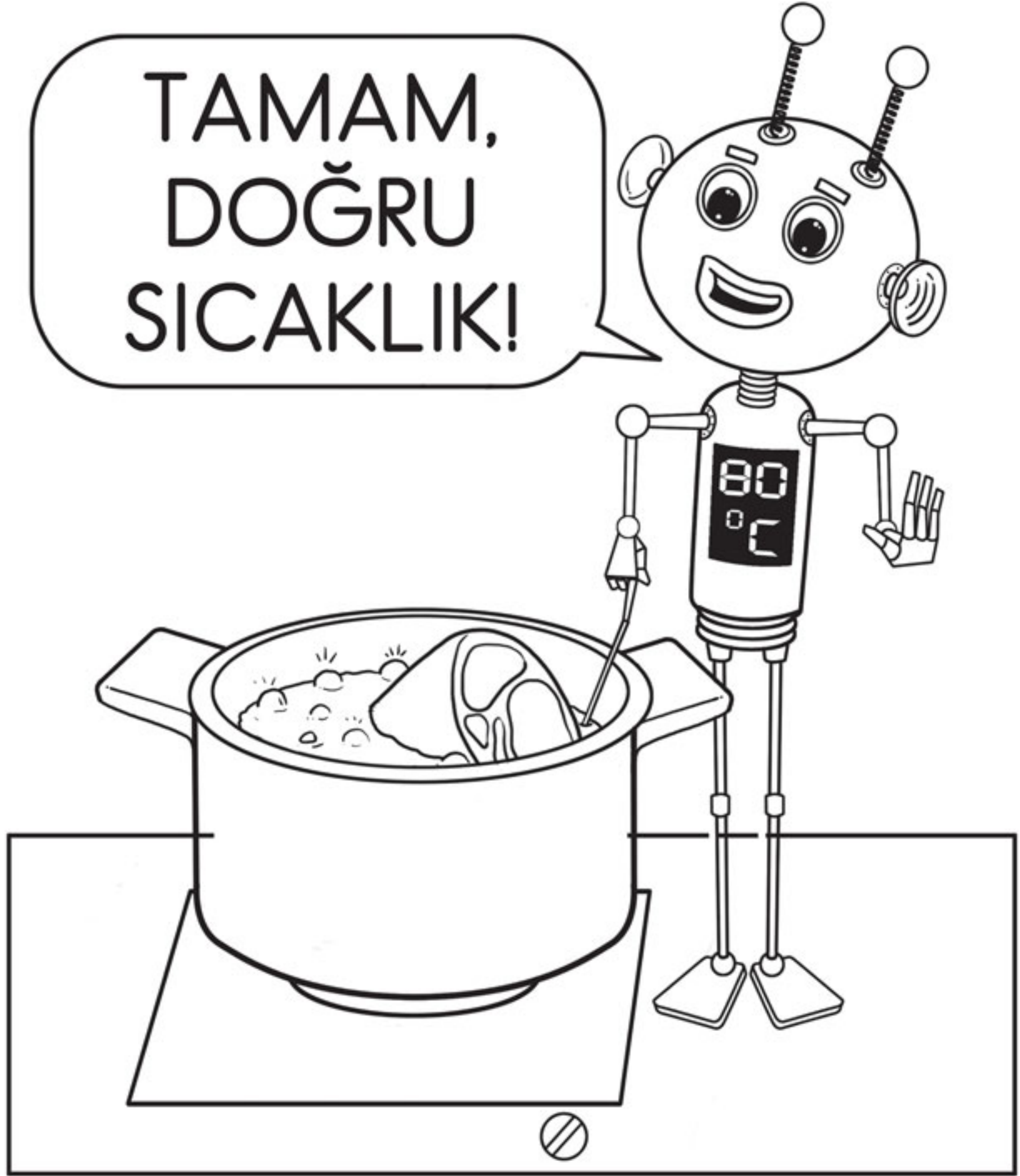


Daha sonra tüketeceğimiz gıdaları
derin dondurucuda saklayalım.



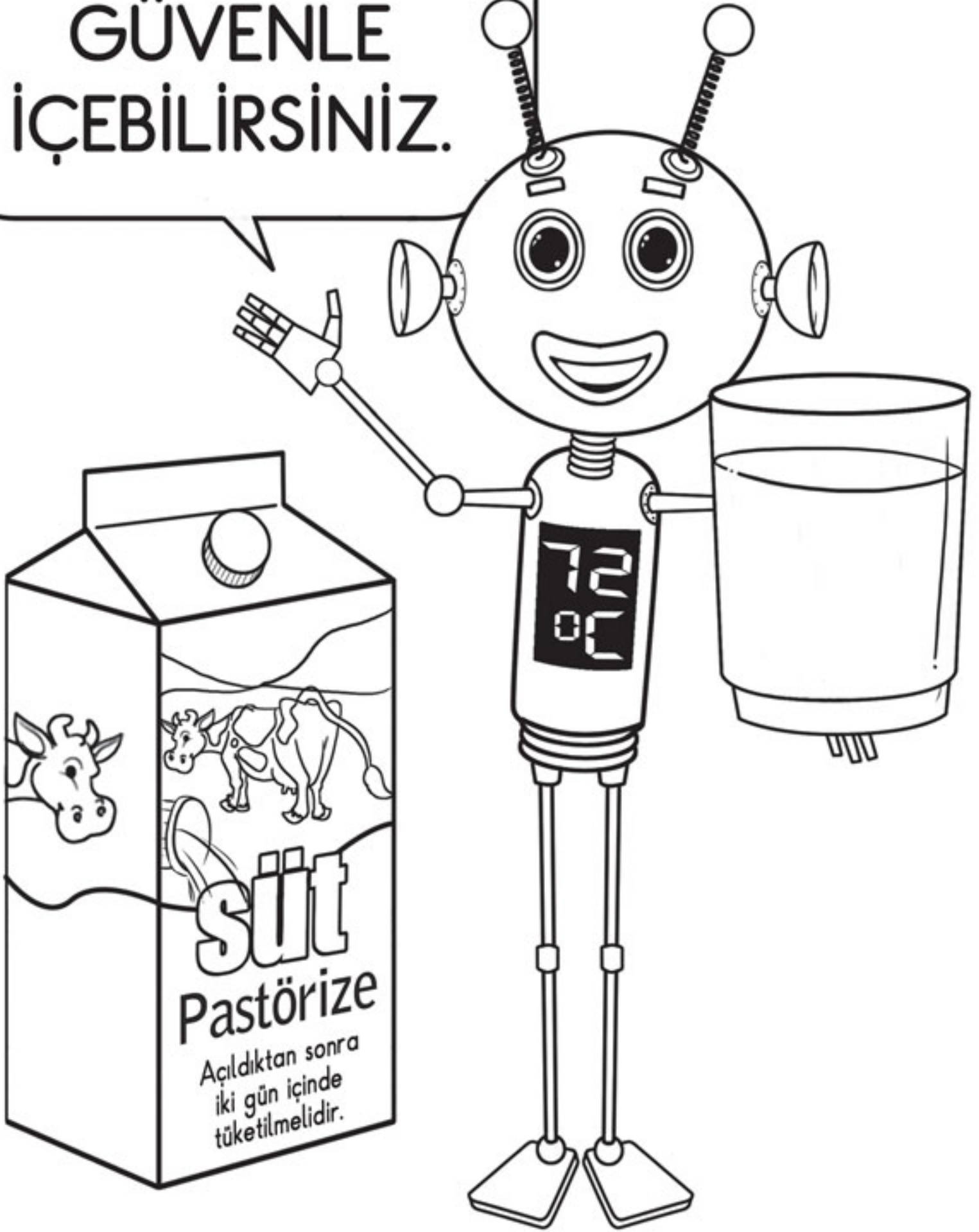
Şimdi yemeğimizi pişirelim,
mikropları yok edelim.

Gıda termometresiyle tanışın.



Gıda termometresi, yiyeceğiniz piştiği zaman size uyarı verir.

PASTÖRİZE SÜTÜ
GÜVENLE
İÇEBİLİRSİNİZ.



SICAKLIK KURALLARI



Piřirme sıcaklıklarına dikkat edelim.



Rengi, kokusu, tadı değişmiş gıdalar bozulmuş olabilir. Onları tüketmemelisin.



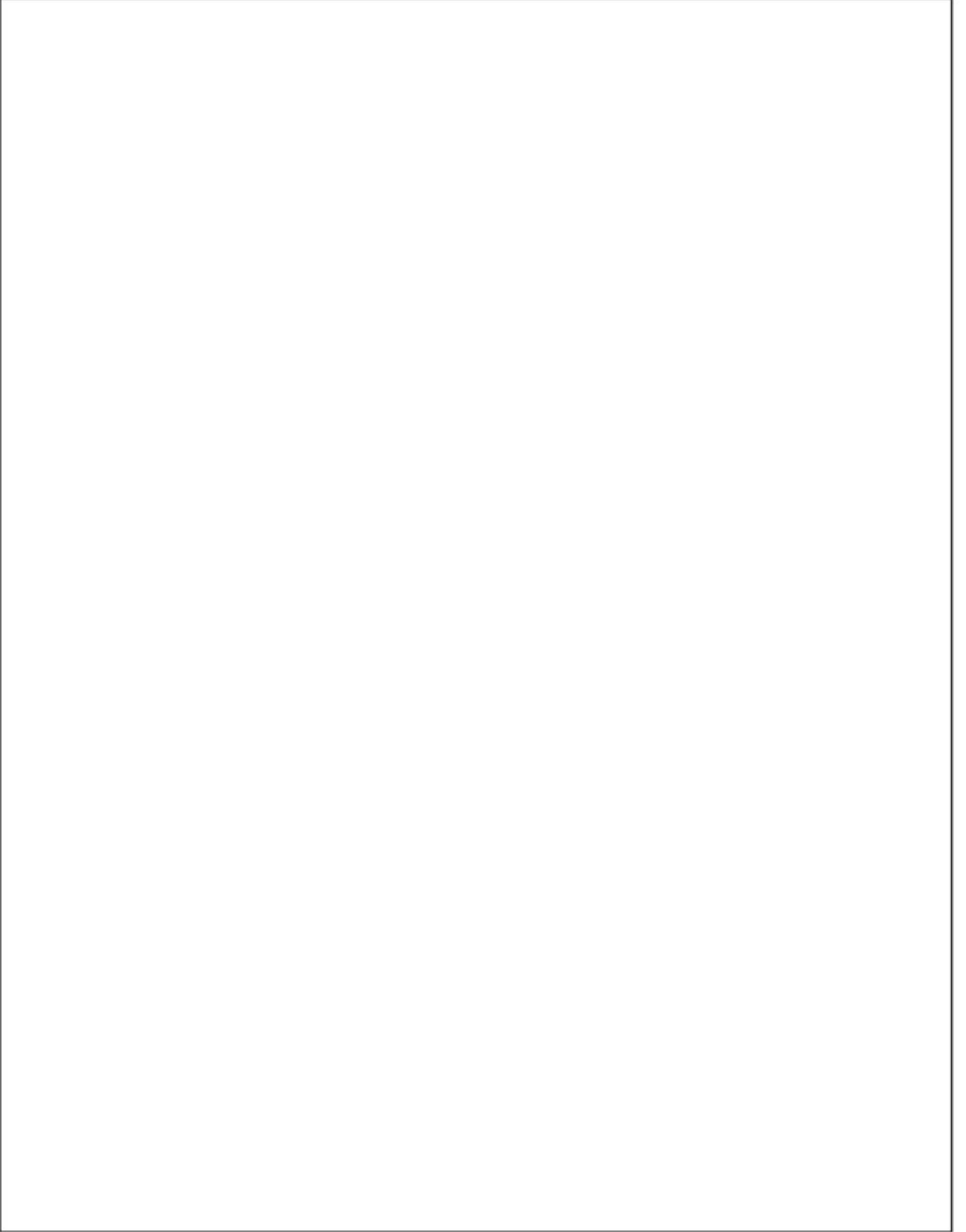
Unutma!

Mikroplarla savařacak güce
sahipsin ve gıdanı güvenle koruyabilirsin.



T.C. Tarım ve Orman Bakanlığı, gıdalarınızı güvenle tüketebilmeniz için size hizmet verir.

Gıda ile ilgili her türlü talebiniz için ALO 174 Gıda Hattını arayabilirsiniz.



Sen de bu sayfaya sevdiğin gıdalarla ilgili
bir resim çizebilirsin.



#ÜretimÜreticininYüzyılı



www.tarimorman.gov.tr