**Рекомендации по покупке бахчевых культур**

В связи с началом продаж бахчевых культур Роспотребнадзор рекомендует придерживаться нескольких простых правил при выборе арбузов и дынь.

Арбуз - ценный продукт, содержит много легкоусвояемых сахаров (фруктозы) и фолиевой кислоты, богат микроэлементами, такими как магний, калий и природным антиоксидантом - ликопеном, обладающим противоопухолевым действием. Арбуз - исключительное мочегонное средство, снимающее отеки. В этом качестве используется при заболеваниях почек, печени, сердца и сосудов, а также цистите.

Помните – основные вредные вещества, если они в арбузе есть, находятся около корки.

Кроме того, необходимо помнить, что арбузы и дыни содержат много клетчатки и сахара и употреблять их маленьким детям и людям с заболеванием желудочно-кишечного тракта и поджелудочной железы надо с осторожностью и в небольших количествах – не более 100 грамм за один прием пищи.

Для того чтобы быть уверенными в происхождении и качестве приобретаемых бахчевых культур и не стать обманутыми недобросовестными продавцами, потребителям необходимо следовать следующим правилам при покупке такой продукции:  
- приобретать бахчевые культуры необходимо в специализированных местах торговли (сельскохозяйственные рынки, магазины, павильоны), где реализуются товары, прошедшие санитарную экспертизу в лабораториях, что гарантирует безопасность продукции;  
- при покупке продукции обращайте внимание на санитарно-техническое и гигиеническое состояние торговой точки, наличие условий для соблюдения правил личной гигиены персоналом, обеспеченность санитарной одеждой;  
- не стоит покупать бахчевые культуры в местах несанкционированной торговли: на остановках транспорта, вдоль автодорог, во дворах жилых домов. Такая торговля, как правило, осуществляется людьми, не прошедшими медосвидетельствование, зачастую с земли или с ящиков, из багажников машин. В таких местах продаются арбузы и дыни, не прошедшие необходимую санитарную экспертизу, не имеет необходимых документов, подтверждающих их происхождение, качество и безопасность. Кроме того - арбузы и дыни могут впитывать в себя тяжелые металлы, содержащиеся в выхлопных газах автомобилей;  
- перед покупкой необходимо внимательно осмотреть плоды: они не должны быть поврежденными и подгнившими, на корке не должно быть трещин, вмятин. Не покупайте бахчевые культуры с надрезами и сами не просите продавца сделать надрез для определения его спелости – есть вероятность бактериального обсеменения. Жара и наличие питательной среды (сладкой мякоти) – условия, способствующие быстрому росту и размножению бактерий. Употребление таких арбузов и дынь может послужить причиной возникновения пищевых отравлений;  
- перед тем, как разрезать плоды, не забывайте тщательно их вымыть теплой водой с мылом, т.к. частички почвы, пыли, микроорганизмы, находящиеся на кожуре, попав внутрь плода, могут привести к кишечной инфекции. Разрезанные арбузы и дыни храните только в холодильнике. Если после разреза обнаружится, что купленный вами арбуз или дыня имеют кислый запах, то ни в коем случае нельзя их есть – можно получить пищевое отравление.

Как правильно выбрать арбузы:  
1.Хороший, зрелый арбуз крупный, имеет целостный покров, цвет корки яркий и контрастный, светлое пятно на боку, который отлежал арбуз, должно быть максимально желтым, даже оранжевым.  
2.Спелый арбуз обязательно покрыт твердой блестящей коркой, если ноготь легко протыкает арбузную кожу – значит, арбуз незрелый.  
3.Усик и плодоножка у зрелого арбуза сухие.  
4.При ударе ладонью зрелый арбуз вибрирует, при ударе согнутым пальцем издает умеренно звонкий звук, при сжатии вдоль продольной оси – слабый хруст.  
5.Мякоть красная различных оттенков, семена вызревшие, черного или коричневого цвета. Консистенция мякоти плодов сочная, нежная, без ослизнений, сладкая на вкус. Цвет мякоти «плохого» арбуза интенсивно ярко-красный с небольшим фиолетовым оттенком; волокна, идущие от сердцевины к корочке, не белые, как положено, а со всеми оттенками желтого; у «неправильного» арбуза поверхность среза гладкая, глянцевая, тогда как в норме она должна искриться крупинками.  
6. Лучше всего выбирать арбузы среднего размера.

Как правильно выбрать дыни:  
1. При выборе дыни следует обратить внимание, что противоположная сторона от хвостика должна быть чуть мягкой, если она твердая, то это признак того, что дыня незрелая.  
2.Если щелкнуть по дыне, звук должен быть глухим.  
3.От дыни обязательно должен исходить аромат, если запаха нет, этот плод покупать не стоит.

На санкционированном месте реализации бахчевых культур в наличии должен быть полный пакет сопроводительных документов, подтверждающий качество и безопасность бахчевых культур (сертификат или декларация о соответствии); у продавца должна быть на рабочем месте информация о юридическом лице, реализующем арбузы, вывеска с указанием времени работы, весы, продажа бахчевых культур осуществляется при наличии ценников с информацией о наименовании товара и его стоимости.

Потребитель вправе потребовать у продавца документы на продукцию. Продавцы (владельцы) организаций мелкорозничной сети должны соблюдать все общие гигиенические требования: содержание организации торговли и прилегающей территории в чистоте, своевременный вывоз мусора и пищевых отходов. Продавцы обязаны иметь личные медицинские книжки, проходить в установленном порядке медицинские осмотры и гигиеническую подготовку, работать в чистой санитарной одежде, соблюдать правила личной гигиены.

По правилам место торговли должно быть огорожено и находиться под навесом, арбузы должны быть накрыты тентом, должны храниться на специальных стеллажах, а не на земле навалом.

Управлением Роспотребнадзора по Ульяновской области контроль за качеством и безопасностью плодоовощной продукции, в том числе бахчевых культур продолжается.