

FICHE 3 - CONSIGNES POUR VOTRE SANTE

Conservation et réchauffe des repas

Lorsqu'ils ne sont pas consommés immédiatement, les repas livrés doivent être entreposés au réfrigérateur dès réception. Toute barquette restée plus de 2h en dehors du réfrigérateur doit être jetée.

Les repas sont conditionnés dans des barquettes sur lesquelles sont collées des étiquettes comportant des indications qu'il convient de suivre.

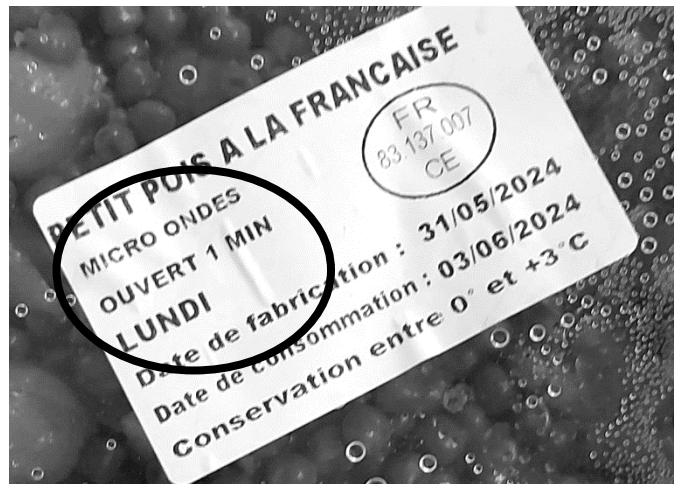
- Plats à déguster froids : ne pas tarder à les consommer une fois sortis du réfrigérateur.
- Plats à déguster chauds : les réchauffer suivant les indications qui se trouvent sur l'étiquette. Les consignes sont données pour une réchauffe au micro-onde.

Par exemple, ce plat fait partie du menu du lundi.

La barquette doit être ouverte avant d'être mise au micro-onde pendant 1 minute.

Les plats chauds peuvent également être réchauffés sur des plaques de cuisson ou au four traditionnel. Il suffit de sortir le repas de la barquette et le mettre dans une casserole, une poêle ou un plat allant au four.

Une fois réchauffés, les plats doivent être consommés sans tarder.



Recommandations importantes

- Respecter les dates limite de consommation et de péremption inscrites sur les barquettes,
- Vérifier le bon état de marche de votre réfrigérateur et le nettoyer tous les mois.
- Ne jamais congeler un plat car il a subi un traitement par le froid avant livraison.
- S'hydrater régulièrement : au moins 1 litre d'eau par jour et plus, en cas de fortes chaleurs.