

准则五 注重饮食卫生和进食安全

提要



选择新鲜、优质、无污染的食物和清洁的水来制作辅食。制作辅食前须先洗手。制作辅食的餐具、场所应保持清洁。辅食应煮熟、煮透。制作的辅食应及时食用或妥善保存。进餐前洗手，保持餐具和进餐环境清洁、安全。

婴幼儿进食时一定要有人看护，以防进食意外。整粒花生、坚果、果冻等食物不适合婴幼儿食用。

【核心推荐】

- 选择安全、优质、新鲜的食材。
- 制作过程始终保持清洁卫生，生熟分开。
- 不吃剩饭，妥善保存和处理剩余食物，防止进食意外。
- 饭前洗手，进食时应有成人看护，并注意进食环境安全。

