



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
(РОСПОТРЕБНАДЗОР)

УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ПО РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ТЕРРИТОРИАЛЬНЫЙ ОТДЕЛ УПРАВЛЕНИЯ РОСПОТРЕБНАДЗОРА
ПО РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ В ГОРОДЕ В Г. НОВОЧЕРКАССКЕ,
АКСАЙСКОМ, БАГАЕВСКОМ, ВЕСЕЛОВСКОМ РАЙОНАХ
Адрес: 346428, Ростовская область, г. Новочеркасск, пер. Юнна-
тов, д.3

тел. (86352) 4-70-10 факс. (86352) 2-77-36

E-mail: rpn50@donpac.ru

ОКПО 76921493600001 ОГРН 1056167010008

ИНН 6167080043 КПП 616701001

19.08 2024г. № 23- 83/ 4035
На _____ от _____

Главе Администрации г.Новочеркаска
Ю.Е.Лысенко

Главе Администрации
Аксайского района
К.С. Доморовскому

Главе Администрации
Багаевского района
Черных А.Н.

Главе Администрации
Веселовского района
Р.П.Криворотову

Прошу разместить следующую информацию в средствах массовой информации и на сайте Администрации.

Роспотребнадзор напоминает о пользе яблок

Яблоки — одни из самых популярных фруктов в мире, богатые витаминами группы В, бета-каротином, аскорбиновой кислотой и микроэлементами. Они содержат много пектинов, что обеспечивает низкий гликемический индекс. Большая часть полезных веществ находится в кожуре и мякоти, поэтому рекомендуется есть яблоки целиком, особенно сырыми, в которых полностью сохранен витамин С.

Косточки яблок богаты йодом, которого часто не хватает жителям мегаполисов. Однако они также содержат ядовитый гликозид амигдалин, который в умеренных дозах может быть полезен, но в больших количествах становится токсичным. Хотя яблоки содержат клетчатку, чрезмерное их употребление может вызвать проблемы с пищеварением, такие как колиты, язва и гастрит. Людям с повышенным уровнем сахара следует учитывать, что красные и желтые сорта содержат больше сахара.

Яблоки разных сортов имеют различное время хранения: летние сорта сохраняются в среднем 2-4 недели, тогда как осенние и зимние могут храниться от 7 месяцев до года. Летние яблоки требуют температуры не ниже 0°C, в то время как зимние сорта могут выдерживать понижение до -3°C, но не переносят повышение температуры выше +5°C.

При хранении яблоки выделяют этилен, который способствует быстрому созреванию и порче других фруктов и овощей, поэтому их рекомендуется хранить отдельно. При выборе яблок важно обращать внимание на отсутствие пятен, помятостей и признаков гниения, так как подгнившие плоды могут накапливать микотоксин патулин, вредный для здоровья.

Если яблоки упакованы, упаковка должна содержать информацию о наименовании, изготовителе, стране происхождения, товарном сорте, массе нетто, дате сбора и упаковки, сроке годности и условиях хранения. Упаковка свыше 3 кг должна быть жесткой, чтобы сохранить целостность фруктов. Для длительной транспортировки и хранения яблоки часто покрывают воском или обрабатывают специальными препаратами. Поэтому перед употреблением их следует тщательно промывать под горячей водой.

Начальник отдела

А.В.Степанова

Фоменко И.А.
8(8635)10056