

# HIGIENIZAÇÃO DAS FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES

Siga o passo a passo:

1. Retirar as partes estragadas e machucadas das frutas, legumes e verduras, se necessário.
2. Lavar em água corrente.
3. Colocar em solução de hipoclorito de sódio por 15 minutos, na proporção de 1 colher de sopa do produto para 1 litro de água.
4. Enxaguar em água potável.
5. Secar os alimentos naturalmente ou com utensílios específicos antes de guardar. Para as frutas e legumes deixar escorrer bem a água.



ESTRATÉGIA NACIONAL PARA  
PREVENÇÃO E ATENÇÃO À  
OBESIDADE INFANTIL



**SÃO JOÃO**  
UM RUMO NOVO COM  
A FORÇA DO POVO

Secretaria Municipal  
de Saúde