

# Bawat tao sa sambahayan ay mayroong papel sa pagpapanatiling **ligtas** ng pagkain!



## Pumili

Pumili ng ligtas na mga hilaw na sangkap



## Kalinisan

Panatiliing malinis ang kamay at kagamitan



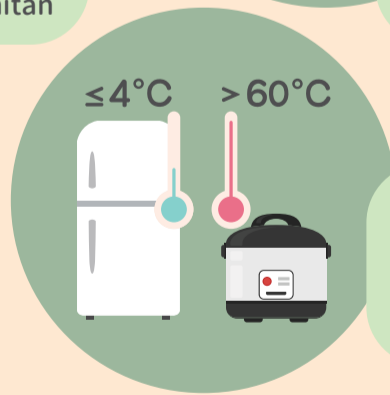
## Paghiwalayin

Paghiwalayin ang hilaw sa lutong pagkain



## Luto

Magluto ng lubos



## Ligtas na Temperatura

Itago ang pagkain sa ligtas na temperatura



I-scan ang mga QR code upang matuto tungkol sa kaligtasan sa pagkain!



Ang mga karamdaman mula sa pagkain at mga pagkaing may mataas na antas ng panganib.



Limang Paraan sa Kaligtasan sa Pagkain



Talaan ng Nutrisyon



Allergy sa Pagkain



Webpage na may tema