

EVDE GIDALARIN UYGUN KULLANIMI ve MUHAFAZASI

- Et ve et ürünleri ile süt ve süt ürünlerini buzdolabında 0-(+4) °C muhafaza etmeliyiz. Buzdolabı dışında (daha yüksek sıcaklıkta) bekletmemeliyiz.
- Pişmiş gıdaları hemen tüketmeliyiz. Eğer daha sonra tüketilecek ise buzdolabında (10 derecenin altında) saklamalı ve bir defada tüketilecek olan miktarı ısıtmalıyız.
- Gıdaların temizliğinde deterjan gibi temizlik maddeleri kullanmamalıyız.
- Gıdaların pişirilmesinde dış yüzeyinin olduğu kadar içinin pişmiş olmasına da dikkat etmeliyiz.
- Sebzeler ve meyvelerin yıkama işlemini doğradan önce bol suyla yapmalıyız. Aksi takdirde vitaminlerde kayıp olacaktır.
- Uygun saklama koşullarında saklanmaması nedeniyle küflenmiş gıdaların küflü kısımlarını atarak kalan kısmı kesinlikle kullanmamalıyız. Bozulma bütün gıdayı etkilemiştir (ör: salça ve yoğurt).
- Yumurtaları yıkamadan buzdolabına yerleştirmeli, pişirilmeden önce mutlaka yıkamalıyız.



• Meyveleri kesildikten ya da suyu sıkıldıktan sonra hemen tüketmeliyiz. Aksi takdirde vitamin değerleri önemli ölçüde azalır.

• Patatesi, karanlık, serin, kuru ve hava akımı olan yerde saklamalı, üzerinde filizler oluşan patatesleri kesinlikle tüketmemeliyiz.

• Kuru yiyecekleri serin, karanlık, kuru ve havalandırılabilen yerlerde saklamalıyız.

• Dondurulmuş ürünler oda sıcaklığında değil (+4) - (+8)°C'de çözündürülmeli ve bir kez çözündürülmüş ürün bir daha dondurulmamalıdır.

• Steril ürünler açıldıktan sonra mutlaka buzdolabında muhafaza edilmelidir.

GIDA MÜHENDİSİ NE YAPAR?

Gıda mühendisi, gıdaların üretiminden tüketimine kadar bütün süreçlerde mesleki bilgi ve deneyimlerini kullanarak, ürünlerin kaliteli, sağlığa uygun şekilde üretilmesi ve tüketilmesi için sorumluluk alır.

Gıda Mühendisi, gıda üretim teknolojisinin geliştirilmesinde çalışır.

Gıda Mühendisi, yeni gıda ürünlerinin geliştirilmesi için uğraş verir.

Gıda Mühendisi, gıdaların fiziksel/kimyasal/ mikrobiyolojik kalite kontrolünü yapar.

Gıda Mühendisi, gıdalar ile ilgili yasal düzenlemelerin yapılmasında ve uygulamasında çalışır.

GIDA MÜH. ODASININ AMACI

- Ülke, toplum ve üyelerin yararları doğrultusunda, yurdun doğal kaynaklarının işletilmesini; üretimin ve kalitenin artırılmasını, Gıda Sanayinin ulusal çıkarlara uygun yönde gelişmesini sağlamak amacıyla gerekli inceleme ve araştırmalar yapmak ve önerilerde bulunmak;
- Meslek; ülke ve üye çıkarlarını korumak üzere gerekli faaliyetlerde bulunmak;
- Tüketicinin bilinçlenmesine yardımcı olmak, bu amaçla üniversiteler, kamu kuruluşları, özel sektör ve sivil toplum örgütleri ile ortak çalışmalarda bulunmak;
- Meslek ile ilgili standartların, normların, yönetmelik ve benzeri tüm düzenlemelerin oluşturulması ve geliştirilmesi yolunda çalışmalar yapmak vb.

amaçlarla kurulmuş; Türk Mühendis ve Mimar Odaları Birliği (TMMOB)'ne bağlı; kamu kurumu niteliğinde bir meslek kuruluşudur.



**TMMOB
GIDA
MÜHENDİSLERİ
ODASI**

MARMARA BÖLGE ŞUBE
Osmanağa Mah. Nüzhetefendi Sok.
No: 50 Kat: 1 D:3 Kadıköy / İSTANBUL
Tel: (216) 348 49 48 Fax: (216) 347 15 25
E-Posta : marmarabolgesube@gidamo.org.tr

MERSİN ŞUBE
Palmiye Mah. 1221 Sok. No:23
Uğraş Apt. Zemin Kat D:1 MERSİN
Tel: (324) 328 97 13 Fax: (324) 328 13 55
E-Posta : mersinsube@gidamo.org.tr

ADANA ŞUBE
Cemalpaşa Mahallesi 63005 Sokak
Karsal Apt. K: 1 D: 5 Seyhan / ADANA
Tel: (322) 458 69 11 Fax : (322) 454 39 71
E-Posta : adanasube@gidamo.org.tr

ANTALYA ŞUBE
Çaybaşı Mah. Ali Çetinkaya Cad. Kızıltoprak
PTT Karşısı Tiryakioğlu Apt. No: 142/7 ANTALYA
Tel+Fax: (242) 322 92 77
E-Posta : antalyasube@gidamo.org.tr

GENEL MERKEZ
Meşrutiyet Cad. No: 22/13 06640 Kızılay / ANKARA
Tel: (312) 418 28 46 - 418 28 47
Fax: (312) 418 28 43
E-mail: gidamo@gidamo.org.tr
Web: www.gidamo.org.tr

EGE BÖLGE ŞUBE
Süvari Cad. Yüceer 1 Apt. no:74 K:1 D:2
Bornova / İZMİR
Tel: (232) 373 94 36 Faks: (232) 339 31 12
E-Posta : egebolgesube@gidamo.org.tr

KONYA ŞUBE
Küçük İhsaniye Mah. Dr. Hulusi Baybal Cad.
Hazım Uluşahin İş Merkezi B Blok K:3 No:302
Selçuklu / KONYA
Tel: (332) 234 33 40 Fax: (332) 234 33 41
E-Posta : konyasube@gidamo.org.tr

BURSA ŞUBE
Bursa Akademik Odalar Birliği Yerleşkesi Odunluk Mh.
Kale Sk. K:2 B-14 B-15 Nilüfer / BURSA
Telefon : (224) 411 05 40 Fax: (224) 411 05 43
E-Posta : bursasube@gidamo.org.tr



**TMMOB
GIDA
MÜHENDİSLERİ
ODASI**

BİLİNÇLİ GIDA TÜKETİMİ



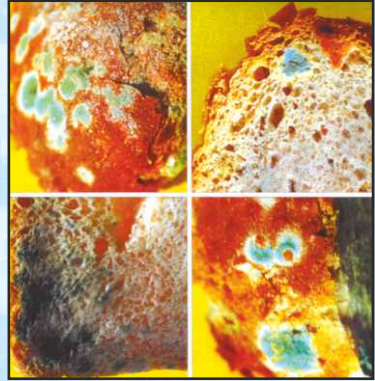
GIDA KATKI MADDELERİ

- Gıda katkı maddeleri, kendi gıda olmayan, ancak gıdalara uygulanan işlem gereği zorunlu olarak katılan maddelerdir.
- Gıda katkı maddeleri dünyada 180'den fazla ülkenin kabul ettiği bir sistemle numaralandırılır. Bu numaraların hepsinin başında 'Europe'-(Avrupa) sözcüğünün baş harfi olan 'E' harfi vardır.
- 'E' harfi ile başlayan katkı maddeleri gıdalar için belirlenmiştir. Kanunlarda belirtilen sınırları geçmediği sürece, yaşam boyu sağlık riski oluşturmadan kullanılabilirler. Ülkemizde konu ile ilgili çalışmalar Tarım ve Köyişleri Bakanlığı tarafından yürütülmektedir. Bu nedenle Bakanlıktan üretim izni almış ürünleri tüketmeliyiz.
- Her katkı maddesinin numarasının yanı sıra bir de adı vardır. (ör: 'E110' kodlu katkının adı sunset yellow'dur) Etiketle numarası veya adı ile belirtilebilir.
- Gıda katkı maddeleri ile ilgili olarak internet ve faks aracılığıyla gelen asılsız haberlere inanmayıp konunun uzmanlarına danışmalıyız.(Ör:Gıda Mühendisleri Odası, Tarım ve Köyişleri Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı, TÜBİTAK, Üniversiteler vb.)
- Bu haberlerde en tehlikeli ve kanserojen olarak tanımlanan E330, halk arasında limon tuzu olarak bilinir ve doğal gıdalarda (özellikle domates, limon, portakal, greyturt, mandalina vb.) bol miktarda bulunur.
- Gıdalarda kullanılan katkı maddeleri; Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ve Gıda Tarım Örgütü (FAO)'nün ortaklaşa oluşturduğu uzmanlar komitesi tarafından sürekli olarak araştırılır. Bu araştırmalar sonucunda kullanımına izin verilir. Ülkemizde, her iki örgütün de asil üyelerindedir.
- Gıda katkı maddelerinden; numaraları;
-E100-200 arası olanlar renklendiricileri,
-E200-300 arası olanlar koruyucuları ifade eder.
- Ülkemizdeki kanunlara göre;
-işlenmemiş gıdalar
-bal
-pastörize ve sterilize süt
-aromalandırılmamış, doğal fermantasyonu durdurulmamış süt ürünleri
-şeker
-kuru makarna
-doğal mineral sular ve kaynak suları, gibi gıdalarda katkı kullanımı;
-işlenmemiş gıdalar
-şişelenmiş ve ambalajlı sular
-çikolatalı sütler
-aromalandırılmamış fermente süt ürünleri
-un ve benzeri öğütülmüş ürünler ve nişastalar
-ekmek ve benzeri ürünler
-domates salçası ve konserve domatesler
-meyve suyu, nektarları ve sebze suları
-kakao ürünleri ve çikolata ürünlerindeki çikolata kısmı gibi gıdalarda renklendirici kullanımı yasaktır.

MİKROORGANİZMALARIN YARARLARI ve ZARARLARI

Yararları

- Mikroorganizmalar yaşamın önemli bir halkasını oluştururlar ve onlarsız hayat olamaz.
- Şarap, yoğurt, ekme ve turşu gibi pek çok gıdanın elde edilmesinde aktif olarak görev alırlar.
- Antibiyotiklerin elde edilmesinde yararlanılır
- Probiyotik gıdaların yapımında kullanılırlar.



Zararları

- Uygun koşullarda üretilmeyen ve muhafaza edilmeyen gıdalarda gelişerek bozulmalara ve dolayısıyla ekonomik kayıplara yol açarlar.
- Bozulma yapan mikroorganizmanın özelliğine göre hastalık oluşturabilirler ve bunun sonucunda ölümlere yol açarlar. (ör: ABD'de her yıl yaklaşık 76 milyon kişi gıda zehirlenmesine uğramakta, 5000 kişi bunun sonucunda ölmektedir. Uğranılan kayıplar ise milyar dolar seviyesinde ifade edilmektedir.).
- Bazı mikroorganizmalar (ör: küfler) gıdalarda gelişerek oluşturdukları toksinlerle (zehirlerle) kansere ve buna bağlı ölümlere yol açarlar.

KORUMA YÖNTEMLERİ

- Gıdaların bozulmadan durabileceği süreyi uzatmak, amacıyla belli yöntemler uygulanır.
- Kurutma: Mikroorganizmaların yaşaması ve aktif olması için ihtiyaç duyduğu suyun ortamdan uzaklaştırılmasıdır. (kurutulmuş sebze-meyveler)
- Oksijensiz ortamda tutma: Kimi mikroorganizmaların yaşaması ve aktif olması için gereksinim duydukları oksijenin ortamdan uzaklaştırılmasıdır (ör:vakum ambalajlı salam, sosis vb.). Ayrıca oksijenin neden olduğu kimyasal tepkimeleri engellemek için vakum ambalaj kullanılır.
- Isıtma (ısıl işlem): Gıdaları, mikroorganizmaları öldürecek veya faaliyetlerini engelleyecek sıcaklıkta işleme tabi tutmaktır. Uygulanan ısıl işlem ile gıdalarda bulunan sağlığa zararlı mikroorganizmalar öldürülüp, zararsız mikroorganizmalar (belli sayıda ve güvenilir seviyede) gıdada kalabilir (ör: pastörize süt). Bu durumda gıdanın ömrü günlerle sınırlıdır.
- Uygulanan ısıl işlem ile gıdalarda bulunan tüm mikroorganizmalar öldürülebilir (ör: sterilize süt). Bu durumda gıdaların ömrü aylar-yıllar ile belirtilir.
- Tuzlama: Gıdaları hiç ısıtmadan, tuzlama yöntemi ile koruyabiliriz. Ortamda belli bir miktarda tuz bulunması, mikroorganizmaların faydalanacağı suyu azalttığından, gıdanın tazeliği bozulmadan dayanabildiği süre uzar (ör: pastırma, salam, balık, beyaz peynir vb.).
- Katkı maddeleri ile koruma: Yasalarla kullanımına izin verilen miktarlarda gıdalara katılarak hem bozulmalar önlenir hem de gıda maddesine daha iyi bir yapı kazandırılır. (ör: sucuk, sosis vb.).
- Işınlama: Dünyada yeni uygulanan bir yöntemdir. Ülkemizde de uygulamaları oldukça yenidir. Gıdalardaki mikroorganizmaların insan sağlığına zarar vermeyecek biçimde ışınlar ile yok edilmesi veya azaltılmasıdır. Birçok gıdaya uygulanabilir. Ancak özellikle ısıtma, tuzlama vb. işlemlerin yapılamadığı ürünlere uygulanır.(ör: baharatlar). Bu yöntemin en büyük avantajı gıdaları, doğal yapılarını ve besin öğelerini bozmadan korumasıdır.
- Soğutma ve dondurma: Gıda maddeleri soğukta (+4)°C veya (-18) - (-26) °C gibi daha düşük sıcaklık derecelerinde muhafaza edilerek bozulmalara ve zehirlenmelere neden olan mikroorganizmaların faaliyetleri en düşük düzeyde tutulur.

AMBALAJ

- Gıdaların üretimlerinden tüketimlerine kadar olan süreç içerisinde, gıdaları uygun koşullarda saklayarak, dışardan gelebilecek çeşitli kimyasal/mikrobiyolojik/fiziksel bulaşları önlerler.
- Herhangi bir şekilde zarar görmeleri durumunda içindekileri koruyamadıklarından sağlam materyalden yapılmalıdır. Bu amaçla çoğunlukla gıda endüstrisinde ambalaj materyali olarak cam, plastik, kağıt ve metal kullanılmaktadır.
- Gıda ile doğrudan temas ettiği için ambalaj materyalinin seçiminde çok dikkatli davranmalıyız.
- Tek kullanımlık (geri dönüşümsüz) ambalajları kesinlikle yeniden gıdanın taşınması ve korunması amacıyla kullanmamalıyız.
- Depozitolu ambalajların yıkanarak/ çalkalanarak geri verilmesine özen göstermeliyiz.
- Ambalajları plastik, cam, kağıt ve metal olarak ayrı ayrı toplayarak atmamızdır.
- Ambalajların üzerinde Tarım ve Köyşleri Bakanlığının üretim izni, tarih ve sayısı bulunmasına dikkat etmeliyiz.
- Ambalajlanmış gıdanın ambalajını, gıdanın bitiminden sonra başka bir gıdanın saklanması için kullanmamalıyız.
- İç metal yüzeyi aşınmış, çizilmiş ve kararmış konserve kaplarda bulunan gıdaları tüketmemeliyiz.
- Gıdaları saklarken gazete kağıdı gibi gıdalarla temas etmemesi gereken materyallerle sarmamalıyız.



BİLİNÇLİ TÜKETİCİ OLMANIN ŞARTLARI

- Yasal olarak gıdaların ambalajlı ve etiketli satışı sunulması gerekmekte olup gıda maddelerinin etiketindeki
 - Gıda maddesinin adı
 - İçindekiler
 - Net miktar
 - Firma adı, adresi ve üretildiği yer
 - Son tüketim tarihi
 - Tarım ve Köyşleri Bakanlığından alınmış üretim iznini gösteren tarih ve sayısının olup olmadığını kontrol etmeliyiz.
- Dondurulmuş ürünlerin evde dondurucularda saklanması gerekir. Alışverişte en son bu ürünleri satın almalı ve en kısa sürede dondurucuya koymalıyız.
- Satın alındıktan sonra son kullanma tarihi geçmemiş olsa bile gıda maddesinin ambalajı açıldığında anda bozulma, küflenme, renk değişikliği veya kokusunda değişiklik varsa böyle gıdaları tadına bakarak kontrol etme yoluna gitmemeli, ürünü tüketmeden iade etmeliyiz.
- Herhangi bir istenmeyen durumla karşılaşıldığında Tarım ve Köyşleri Bakanlığı (Alo 174 Gıda Hattı), Sağlık Bakanlığı ve Tüketiciyi Koruma Derneklerine şikayette bulunmalıyız.
- Alt ve üst kapakları normal görüntüsünü kaybetmiş ve böylece bombaj (şişkinlik) oluşturmuş konserve kutularını almamalıyız.
- Etiket üzerindeki bilgiler kontrol edilerek kullanım süresi geçmiş gıdaları tüketmemeliyiz.
- Vakum paketlenmiş ürünlerde vakum herhangi bir nedenle bozulmuş ise bu ürünleri tüketmemeliyiz.

