



Agence canadienne  
d'inspection des aliments

Canadian Food  
Inspection Agency



# Quelques conseils sur la salubrité des aliments : **Les sacs et boîtes à lunch**



*Salubrité*  
DES ALIMENTS

Canada

Prenez des précautions lorsque vous préparez et conservez des lunchs pour l'école ou le travail. Suivez ces conseils pratiques sur la salubrité alimentaire.

### La propreté avant tout

- Lavez-vous bien les mains avec du savon et de l'eau chaude pendant 20 secondes avant de commencer. En plus, lavez-vous les mains lorsque vous passez d'un aliment à un autre et lorsque vous avez fini de préparer le lunch.
- Nettoyez et désinfectez tout le matériel et les ustensiles de cuisine ainsi que les surfaces de travail en utilisant une faible solution d'eau de Javel (5 ml [1 c. à thé] dans 750 ml [3 tasses] d'eau). Procédez de cette manière avant de commencer et une fois que vous aurez terminé de préparer les aliments. Rincez à l'eau claire. Laissez sécher à l'air, si possible, ou utilisez des linges à vaisselle propres ou des essuie-tout.
- Si vous utilisez une boîte ou un sac à lunch réutilisables, nettoyez-les et désinfectez-les également.
- Lavez soigneusement tous les fruits et les légumes avant de les préparer ou de les manger.



### Gardez les aliments froids au froid

- Si vous ne pouvez pas placer votre lunch dans un réfrigérateur ou utiliser des pochettes réfrigérantes, évitez d'y mettre de la viande, du poulet, des fruits de mer, des œufs, de la mayonnaise ou des produits laitiers.
- Utilisez une boîte à lunch isolante et des pochettes réfrigérantes ou des boîtes de jus congelées pour garder le lunch froid. La température de la nourriture doit demeurer à 4 °C (40 °F) ou moins. Les sacs en papier et en plastique ne gardent pas les aliments aussi froids que les boîtes à lunch isolantes. Si vous utilisez des sacs en papier ou en plastique, mettez les

## Gardez les aliments froids au froid

aliments entre des pochettes réfrigérantes ou des boîtes de jus congelées pour les garder froids.

- Gardez le sac ou la boîte à lunch loin de la lumière directe du soleil, des radiateurs et des autres sources de chaleur.
- Après le repas, ne rangez pas de restes d'aliments périssables (comme une moitié de sandwich aux œufs durs) dans votre sac ou boîte à lunch à moins que vous ne puissiez les placer dans un réfrigérateur. Dans le cas contraire, jetez tous les restes d'aliments périssables. Les pochettes réfrigérantes sont efficaces pendant quelques heures, mais elles ne peuvent pas garder les aliments froids pendant toute une journée.
- Si possible, réfrigérez ou congelez les sandwichs que vous faites avant de les mettre dans la boîte ou le sac à lunch.



### Gardez les aliments chauds au chaud

- Les aliments chauds, comme la soupe, le chili et le ragoût, doivent demeurer chauds pour être sans danger. Gardez-les à une température d'environ 60 °C (140 °F).
- Utilisez un contenant isolant pour conserver les aliments chauds. Gardez le contenant fermé jusqu'à l'heure du repas.
- Avant de mettre un aliment chaud dans un contenant isolant, réchauffez le contenant en le remplissant d'eau bouillante. Attendez quelques minutes, puis videz le contenant et remplissez-le tout de suite de l'aliment chaud.

# **Nous assurons la salubrité des aliments au Canada**

L'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) est l'organisme canadien chargé de faire respecter la réglementation sur la salubrité des aliments, la santé des animaux et la protection des végétaux.

La salubrité des aliments et la protection des consommateurs sont essentiels à la santé des Canadiens. La salubrité des aliments au Canada est le pivot de toutes les activités de l'ACIA.

**Pour de plus amples renseignements sur la salubrité alimentaire, visitez le site Web de l'Agence canadienne d'inspection des aliments à [www.inspection.gc.ca](http://www.inspection.gc.ca)**

**Agence canadienne d'inspection  
des aliments  
Affaires publiques  
59, promenade Camelot  
Nepean (Ontario) K1A 0Y9**