

HIGIENE E INSPEÇÃO DE PRODUTOS DE ORIGEM ANIMAL

LEITE

produzido por:



O QUE É? COMO O LEITE É OBTIDO?

O LEITE É COMPOSTO PRINCIPALMENTE POR ÁGUA, GORDURAS, PROTEÍNAS (COMO ALBUMINA E CASEÍNA), CARBOIDRATOS (LACTOSE), CÁLCIO, FÓSFORO E QUASE TODAS AS VITAMINAS.

A PROPORÇÃO DOS COMPONENTES VARIA SEGUNDO SUA PROCEDÊNCIA.

ELE É OBTIDO ATRAVÉS DA ORDENHA COMPLETA, O LEITE DE VACA É O MAIS COMUM NA ALIMENTAÇÃO HUMANA, MAS SE CONSOMEM LEITE DE OVELHA, CABRA E OUTROS ANIMAIS

São existentes: Leite tipo A, Pasteurizado e Cru refrigerado



DICAS DE ARMAZENAMENTO

1. NA GELADEIRA COLOQUE O LEITE LONGE DE CARNES E LEGUMES.
2. LEITE PASTEURIZADO REFRIGERAR ATÉ SUA VALIDADE E DEPOIS DE ABERTO ATÉ 72 HORAS NA GELADEIRA.
3. LEITE DE LONGA DURAÇÃO (UHT) ATÉ 6 MESES EM TEMPERATURA AMBIENTE E DEPOIS DE ABERTO NO MÁXIMO 5 DIAS NA GELADEIRA.

LEITE LONGA VIDA: a embalagem e o local sempre devem estar limpos e apresentarem boas condições. Em temperatura ambiente. Uma vez aberto leve a geladeira em sua embalagem original e nunca tome o leite na garrafa evitando assim a contaminação.

LEITE PASTEURIZADO: Durante sua compra no mercado observe se ele está bem refrigerado e dentro do prazo de validade (cuidado com as adulterações) escolha também a data mais afastada do seu cumprimento. A vedação deveser em boas condições e limpa. Escolha o leite no final da compra pra que ele fique o menos possível sem refrigeração.

Ao chegar em casa lave muito bem e seque as garrafas de plástico antes de colocá-los na geladeira. Mantenha sempre refrigerado para evitar a decomposição e não congele pois altera sua textura e sabor.



SCAN ME



INSPEÇÃO DE LEITE

A Inspeção de Produtos de Origem Animal está orientada para a preservação da saúde pública, através da inocuidade alimentar e para a defesa do consumidor, assegurando a integridade dos produtos. No QR Code encontram-se algumas das atividades realizadas em inspeção de gado leiteiro, mostrando especificadamente o que fazemos antes de tornarmos o leite apto para consumo..

MITO

- **Leite desnatado é leite integral com água:** o que caracteriza o leite desnatado é o reduzido teor de gordura, que pode chegar, no máximo, a 0,5%. Leite desnatado ou semidesnatado possuem a mesma quantidade dos outros nutrientes do leite integral, com carga calórica reduzida. Em 200ml de leite desnatado encontram-se, em média 65 Kcal, enquanto que a mesma quantidade de leite integral gera, em média, 120 Kcal.

- **Leite pasteurizado ou em caixinha perde nutrientes:** Os diferentes tipos de tratamento térmico não reduzem o valor nutricional do leite no que se refere aos seus principais nutrientes: proteínas, cálcio e outros minerais. Quanto às vitaminas, não há perda significativa das vitaminas, exceto da vitamina C (ultra pasteurização), da ordem de 10% a 20%, o que não tem importante significado nutricional, uma vez que o leite não é considerado fonte primária dessa vitamina.



VERDADE

- **Alergia à proteína do leite é diferente de intolerância à lactose:** a alergia é uma reação do sistema imunológico a determinados alimentos. O leite pode ser um deles e, nestes casos, seu consumo deve ser restringido.

- **Leite fortalece os dentes:** por ser a principal fonte de cálcio, o leite contribui para formação dos dentes e auxilia na contenção de cáries e proteção das gengivas.



CURIOSIDADES

- O alimento mais consumido do mundo é o leite. São consumidas cerca de 480 bilhões de litros de leite por ano seja puro ou em suas variações como iogurtes, queijos, sorvetes e outros derivados.

- O consumo de leite quente antes de dormir auxilia no sono. O cálcio estimula o relaxamento e o aminoácido triptofano aumenta a quantidade de serotonina no cérebro, um neurotransmissor bastante importante no processo do desencadeamento do sono.

- A sigla UHT – que você encontra nas embalagens de leite longa vida – significa Ultra High Temperature, ou em português, temperatura ultra alta. O termo é referente ao processo que o leite sofre para se manter fresco e com qualidade.

- A gordura presente no leite é considerada benéfica para a saúde devido à presença de nutrientes como os ácidos graxos linoleico conjugado (ALC) e oleico.

