

SEGURANÇA
higiene e limpeza



Guia de boas práticas

**TUDO O QUE PRECISA PARA A
REABERTURA DO SEU NEGÓCIO**



Promoção válida de
15 de Maio a 30 de Junho de 2020

makro

O SEU SUCESSO É O NOSSO NEGÓCIO

SEGURANÇA

higiene e limpeza

GUIA DE BOAS PRÁTICAS



O que abordará?



Fardamentos e equipamentos
de proteção individual (EPI's);

03

As regras de **higiene** pessoal;

10

As regras de **limpeza** e **desinfecção**;

14

Os cuidados a ter na **preparação**
e **confeção** de alimentos.

31

Fardamento e equipamentos de proteção individual (EPI's)

MÁSCARAS



Antes de colocar a máscara, deve lavar bem as mãos. Verifique se a mesma está perfeitamente ajustada ao seu rosto e evite tocar-lhe enquanto está a usá-la. Mude de máscara quando estiver suja ou húmida e lave bem as mãos antes e depois de retirá-la.

E lembre-se: o uso da máscara só é adequado se for aplicado conjuntamente com a higiene das mãos, a etiqueta respiratória, a limpeza das superfícies e o distanciamento social.

Máscaras faciais cirúrgicas

São **descartáveis**, **hipoalergénicas** e **inodoras**, que permitem ao utilizador respirar normalmente, idealmente com suporte para o nariz integrado (clipe nasal de fácil ajuste). Colocar a máscara com a face interna (3 pregas para cima) virado para a cara e a face externa (3 pregas para baixo) virada para fora. Ajuste a extremidade da máscara têxtil ao nariz, cobrindo a boca, o nariz e o queixo com a máscara, certificando-se que não existem espaços entre o rosto e a máscara.



Ajustar no Rosto e debaixo do queixo

SEGURANÇA

higiene e limpeza



REF. 138.362

MÁSCARA CIRÚGICA FACIAL MCL

- 50 Unid.

P/PACK



24,50€

P/UNID.

0,49€

S/IVA



REF. 138.370

BETWEEN MÁSCARA FACIAL KN95

- 50 Unid.

P/PACK



175,00€

P/UNID.

3,50€

S/IVA



REF. 138.256

MÁSCARA 3PLY

- Caixa de 50 unidades

P/PACK



24,50€

P/UNID.

0,49€

S/IVA

Características

- Cor: azul
- Tipo: antibacteriano
- Material: SPP não tecido
- Superfície interna extra suave
- Em conformidade de acordo com as normas europeias
- EN 149:2001 + A1:2009 CE Directive R 2016/425
- Não reutilizável
- Não lavar



REF. 138.265

MÁSCARA 4PLY KN95

- Pack 2

P/PACK



6,50€

P/UNID.

3,25€

S/IVA

Características

- Cor: Branco
- Tipo: antibacteriano
- Material: SPP não tecido
- Eficiência mínima do filtro > 95%
- Em conformidade de acordo com as normas europeias
- EN 149:2001 + A1:2009 CE Directive R 2016/425
- Não reutilizável
- Não lavar

WISEIRAS E KITS DE PROTEÇÃO



REF. 137.602

WISEIRA DE PROTEÇÃO

- 24 cm x 30 cm x 0,5 mm

Pode ser higienizado com:

- álcool gel com uma base de álcool etílico a 70%
- solução saponificada
- qualquer outro desinfetante adequado.

POR UNID.

8,75€

S/IVA



Características

- PETG, anti reflexo, anti-embaciamento dos dois lados.
- Banda de plástico Polipropileno.
- Elástico de fixação: Poliéster e Poliamida.
- Fabricado em Portugal.
- Reutilizável.



REF. 138.350

KIT PROTEÇÃO INDIVIDUAL 4SECURITY

- Máscara Cirúrgica + Luvas + Saqueta de Álcool Gel

P/KIT

1,99€

S/IVA



SEGURANÇA

higiene e limpeza

LUVAS



Tipos de Luvas e a sua utilização

Nitrilo

São aptas para contacto directo com os alimentos, atos médico, higiene, uso cosmético, tatuadores e limpeza, dependendo dos produtos químicos utilizados.

É hipoalergénica e isenta de látex.



REF. 117.682 - 117.683 - 117.688

CUATROGASA LUVAS NITRILO S/PÓ

- Tamanho S/M/L

- 100 Unid.

P/EMB.

4,29€

P/PAR

±0,09€

S/IVA

Como retirar as Luvas corretamente

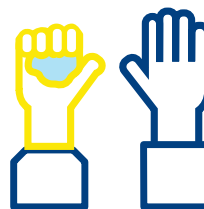
Recomendações de como retirar as luvas.



Lave as mãos com
água e sabão.



Puxe a luva pela palma
da mão e estique até a
remover.



Guarde dentro da mão enluvada,
sem tocar com a mão limpa.



Introduza um dedo entre
a luva e a pele e puxe-a
para cima.



Puxe de forma a que a
parte suja da luva fique
sempre para dentro.



Coloque as luvas no lixo
apropriado.



Lave as mãos com
água e sabão.



FARDAMENTO DESCARTÁVEL



REF. 26.353

SILVEX AVENTAIS DESCARTÁVEIS

- R93110

- 100 Unid.

P/PACK

8,99€

P/UNID.

±0,09€

S/IVA



REF. 143.478

SILVEX TOUCAS FRANZIDAS

- 100 Unid.

P/PACK

5,20€

P/UNID.

±0,05€

S/IVA



SEGURANÇA

higiene e limpeza

TERMÓMETRO

REF. 138.142

TERMÓMETRO INFRVERMELHOS IR988

- Digital
- Sem Contacto

P/UNID.

65,00€

S/IVA



Em 1 segundo



Chip Inteligente



Sensor
Inteligente



32 Posições
de Memória



Alarme de
Temperatura Elevada



Infravermelhos
Sem Contacto



Visor Grande



Alertas LED
Retroluminados
em 3 Cores



Alerta Sonoro
de Febre



Modo °F / °C



Importante medir a Temperatura

Porquê?

"No atual contexto da doença covid-19, e exclusivamente por motivos de proteção da saúde do próprio e de terceiros, podem ser realizadas medições de temperatura corporal a trabalhadores para efeitos de acesso e permanência no local de trabalho" estabelece o Decreto-Lei n.º 20/2020



DIVISÓRIAS DE PROTEÇÃO



REF. 138.355

DIVISÓRIA DE PROTEÇÃO EM ACRÍLICO P/MESA

- 61 x 67 cm

P/UNID.

49,99€

S/IVA



REF. 138.352

DIVISÓRIA DE PROTEÇÃO EM ACRÍLICO C/JANELA

- 80 x 50 cm

P/UNID.

49,99€

S/IVA



REF. 138.353

DIVISÓRIA DE PROTEÇÃO EM ACRÍLICO C/JANELA

- 61 x 67 cm

P/UNID.

49,99€

S/IVA



SEGURANÇA

higiene e limpeza



boas práticas de higiene e segurança alimentar

RECOMENDAÇÕES DGS

Esquema de Lavagem de mãos aconselhável durante 20 segundos:



Enxague as mãos;



Aplique sabão e esfregue as palmas das mãos uma na outra;



Palma com palma, com os dedos entrelaçados;



Esfregue o polegar esquerdo no sentido rotativo, entrelaçando a palma direita e vice versa;



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa;



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa;



Enxague bem as mãos com água;



Seque as mãos com um papel descartável.



SABONETE P/MÃOS



makro
PROFESSIONAL



REF. 125.888

SABONETE EM CREME P/MÃOS

- Especial Doseador
- 5 Litros

P/EMB.

4,99€

P/LITRO

±1,00€

S/IVA



REF. 102.169

FRAGMENT GEL P/MÃOS CREME

- 5 Litros

P/EMB.

4,99€

P/LITRO

±1,00€

S/IVA



REF. 102.170

FRAGMENT GEL P/MÃOS

- Perfumado
- 5 Litros

P/EMB.

4,99€

P/LITRO

±1,00€

S/IVA



REF. 125.140 - 125.141

LOSDI DOSEADOR P/SABÃO LÍQUIDO

- Fume / Branco

P/UNID.

23,95€

S/IVA



REF. 120.143

LOSDI DOSEADOR P/SABONETE LÍQUIDO

- Inox

P/UNID.

29,95€

S/IVA

SEGURANÇA

higiene e limpeza

SOLUÇÃO ALCOÓLICA PARA DESINFECÇÃO



REF. 138.469

COLUNA P/DISPENSADOR DESINFETANTE

P/UNID.

100,00€



- DOSEADOR AUTOMÁTICO À PILHAS
- ✓ FUNCIONA COM TODO TIPO DE GEL DESINFECTANTE
- ✓ 3 OPÇÕES DE DOSAGEM
- ✓ FUNCIONAMENTO COM 6 PILHAS ALCALINAS AA LR6 1.5V (PILHAS NÃO INCLuíDAS)

HIGIENICO

- ✓ BANDEJA DE CONTEÇÃO DE RESÍDUOS
- ✓ FÁCIL REMOÇÃO PARA HIGIENIZAÇÃO

- LOCAL PARA PUBLICIDADE
- ✓ MAIOR VISIBILIDADE PARA SUA MARCA



REF. 138.328

DISPENSADOR AUTOMÁTICO P/HIGIENIZANTE LÍQUIDO

- 1000 ml

* Coluna vendida separadamente
P/UNID.

99,00€



REF. 138.365

BETIK TOALHITAS HIGIENIZANTES P/MÃOS

- 50 Unid.

P/EMB.

12,50€

P/TOALHITA

0,25€

S/IVA



REF. 137.938

BACTEROLINE LÍQUIDO P/HIGIENIZAÇÃO MÃOS

- 80 ml

P/EMB.

1,29€



REF. 137.953 - 137.941

BACTEROLINE LÍQUIDO P/HIGIENIZAÇÃO MÃOS

- 2 Litros / 5 Litros

2 LITROS P/EMB.

20,99€

P/LITRO

±10,50€

S/IVA

5 LITROS P/EMB.

32,49€

P/LITRO

±6,50€

S/IVA





TOALHAS DE MÃO E DISPENSADORES PARA MÃOS



REF. 135.986

TOALHAS DE MÃO TIPO ZIG-ZAG

- 2 Folhas
- 21 x 22 cm
- Pack 30 Emb. x 180 Unid.

P/PACK

21,75€

S/IVA



REF. 135.988

TOALHAS DE MÃO TIPO ZIG-ZAG

- 2 Folhas
- 21 x 25 cm
- Pack 20 Emb. x 160 Unid.

P/PACK

15,75€

S/IVA



REF. 65.393

RENOVA TOALHAS DE MÃO TIPO ZIG-ZAG ECO

- Pack 10 Emb. x 200 Unid.

P/PACK

7,99€

S/IVA

DISPENSADORES P/ TOALHETES DE PAPEL



REF. 125.135

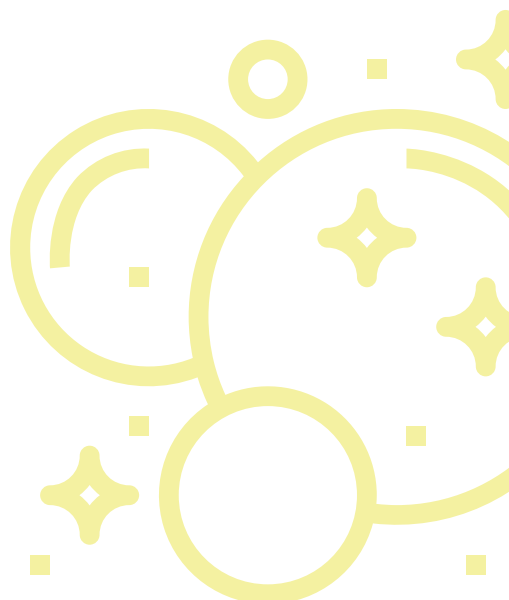
LOSDI DISPENSADOR TOALHAS DE MÃO

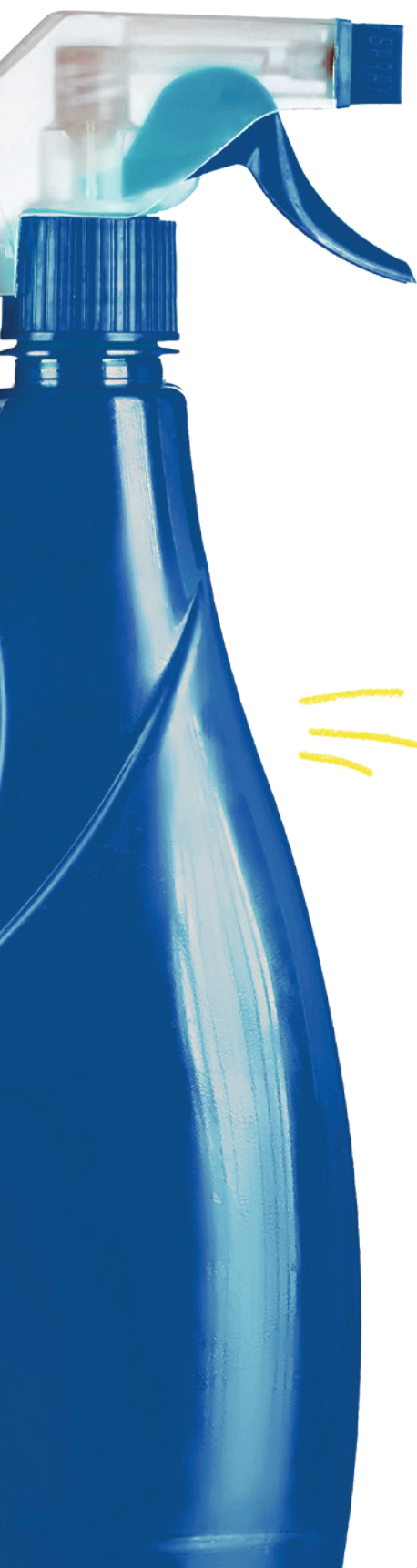
* Outros modelos disponíveis na sua loja

P/UNID.

24,95€

S/IVA





Soluções de limpeza para estabelecimentos

Os estabelecimentos devem assegurar-se que a limpeza segue as seguintes recomendações:

- 1** A limpeza deve ser sempre húmida sem recursos a aspiradores a seco, salvo se forem aspiradores com tanque de água que recolham a sujidade na água. Nestes casos, este depósito deve ser despejado e lavado entre cada uma das áreas a aspirar;
- 2** Deve ser realizada sempre no sentido de cima para baixo e, das áreas mais limpas, para as mais sujas:
 - I. Paredes e teto (se aplicável)
 - II. Superfícies acima do chão (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos, outros);
 - III. Equipamentos existentes nas áreas;
 - IV. Instalações sanitárias;
 - V. Chão – é o último a limpar.



3 A limpeza de superfícies de toque frequente pode ser realizada com detergente de base desinfetante, para conseguir um procedimento mais rápido, isto é, um produto que contém na sua composição, detergente e desinfetante em simultâneo (2 em 1). Estes produtos podem ter várias apresentações: líquida, gel, espuma ou spray, sendo que os spray's não devem ser usados nas áreas de exposição e venda de alimentos já confeccionados;

4 A frequência de limpeza das superfícies de toque constante deve ser no mínimo 6 vezes ao dia, mas pode ser necessário aumentar essa frequência;

5 O chão deve ser lavado com água quente e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de lixívia diluída em água. A frequência de limpeza deve ser no mínimo 2 vezes ao dia;

6 Nesta fase (de possível disseminação do vírus), aconselha-se a que os colaboradores que efetuam a limpeza usem:

- Bata impermeável, embora possa também ser usado um avental impermeável por cima da farda (não usar a roupa de casa);
- Uma máscara comum bem ajustada à face que deve ser mudada sempre que estiver húmida (mínimo de 4-6 horas);
- Luvas resistentes aos desinfetantes (devem ser descartáveis).

DICA MAKRO

Mostre aos seus clientes que se preocupa com a Higiene, Segurança e Limpeza no seu restaurante!

Tire uma fotografia ou grave um vídeo e partilhe nas suas redes sociais!

Planos de limpeza

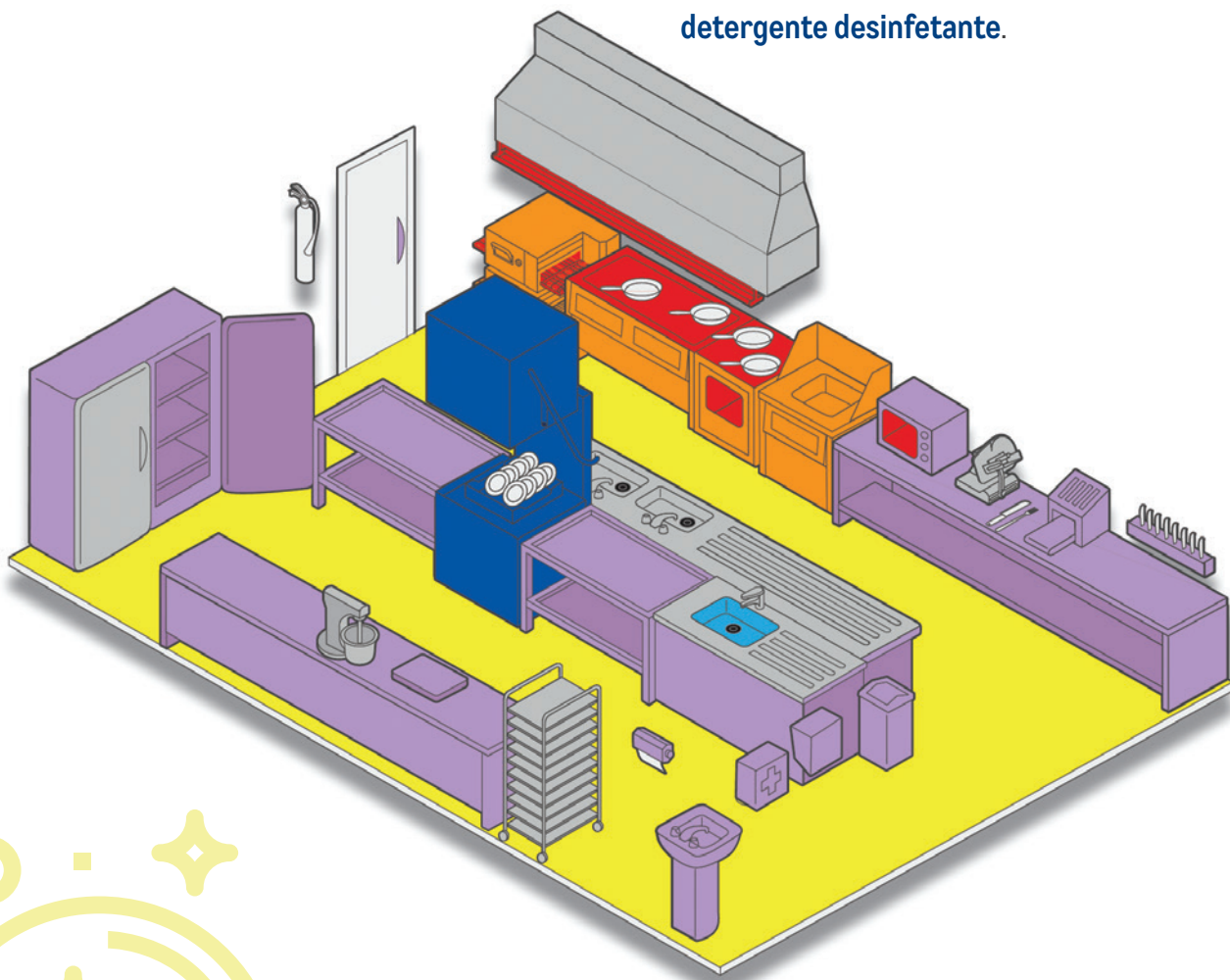
cozinha

Os materiais e produtos de limpeza da cozinha devem ser **exclusivos para esta área** e não podem **contaminar os alimentos**;

Não é permitido usar **desinfetante em spray** nas áreas onde há alimentos em preparação, confeção, exposição ou em empratamento/distribuição;

As torneiras, os puxadores, os interruptores, os manípulos de portas e outros equipamentos análogos, por serem de toque frequente, devem ser **limpos e desinfetados regularmente**;

A louça e utensílios devem ser **lavados na máquina** a temperaturas elevadas, idealmente a **80-90°C**. Quando tal não for possível, deve ser usado um **detergente desinfetante**.



QUE PRODUTOS DEVEM SER UTILIZADOS E ONDE?



REF. 106.882

CIF PROFISSIONAL 2 EM 1 DETERGENTE DESINFETANTE P/COZINHAS

- Spray
- 750 ml

P/UNID.

1,99€

S/IVA



REF. 106.883

CIF PROFISSIONAL DETERGENTE DESENGORDURANTE FORTE

- Spray
- 750 ml

P/UNID.

1,99€

S/IVA



REF. 106.862

CIF PROFISSIONAL DETERGENTE INOX

- Spray
- 750 ml

P/UNID.

1,99€

S/IVA



REF. 106.859

CIF PROFISSIONAL FORNOS E GRELHAS

- Spray
- 750 ml

POR UNID.

1,99€

S/IVA



REF. 122.875

SUN PROFISSIONAL ABRILHANTADOR SECANTE MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA

- 5 Litros

P/UNID.

20,99€

P/LITRO

±4,20€

S/IVA



REF. 108.700

SUN PROFISSIONAL 2 EM 1 DETERGENTE E SECANTE MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA

- 5 Litros

P/UNID.

18,99€

P/LITRO

±3,80€

S/IVA



REF. 107.808

SUN PROFISSIONAL DETERGENTE LÍQUIDO MÁQUINA DE LAVAR LOIÇA

- 10 Litros

P/UNID.

22,99€

P/LITRO

±2,30€

S/IVA

SEGURANÇA

higiene e limpeza



Planos de limpeza

bar e sala

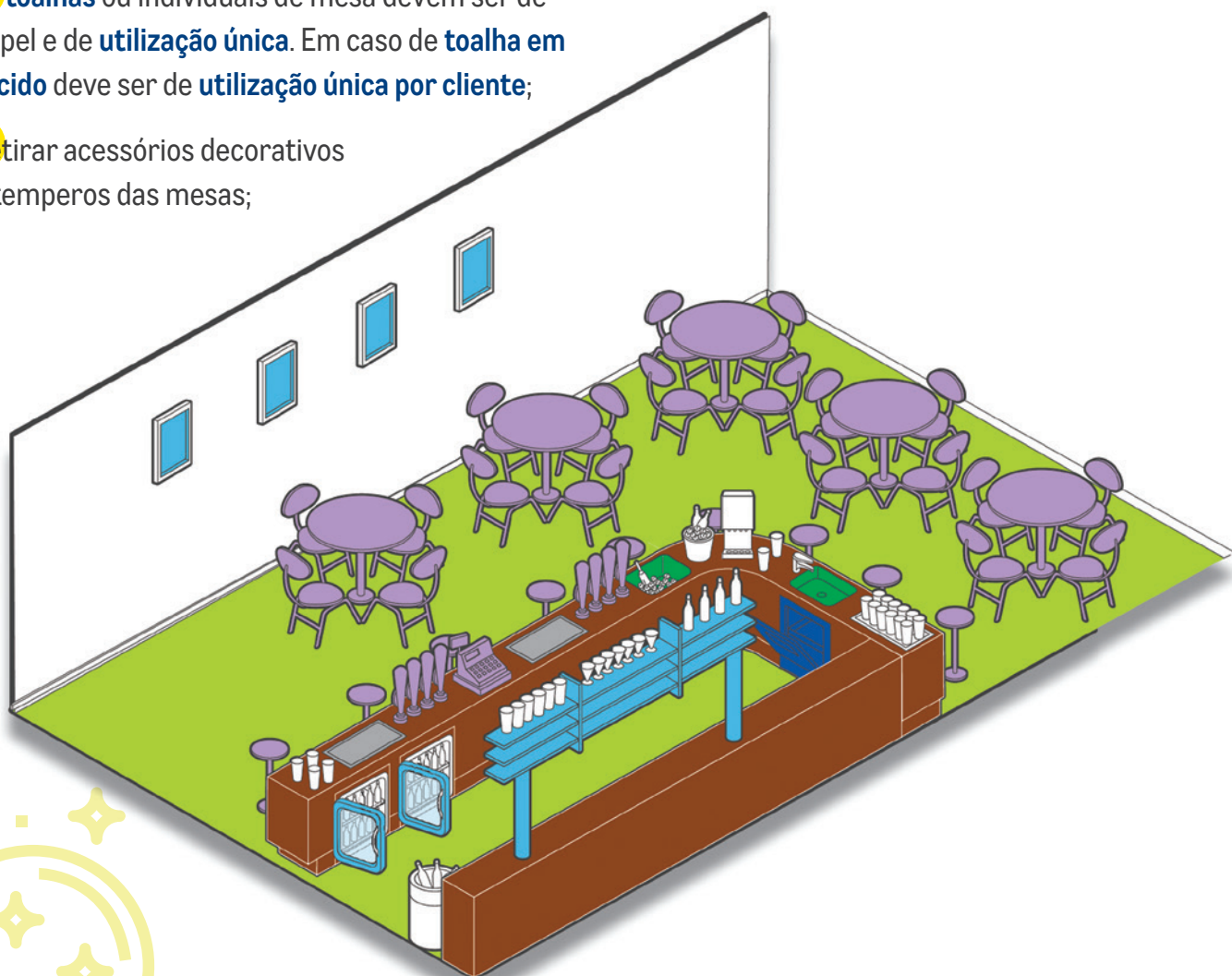
Nas áreas de restauração/cafés, deve ser feita uma **limpeza rápida** quando sai um cliente e entra outro para a mesma mesa.

Os **puxadores** de portas devem ser **limpos com mais frequência** (cerca de 1 vez por hora).

As **toalhas** ou individuais de mesa devem ser de papel e de **utilização única**. Em caso de **toalha em tecido** deve ser de **utilização única por cliente**;

Retirar acessórios decorativos e temperos das mesas;

Os **pratos, copos, talheres e guardanapos**, devem, depois de lavados, ser guardados em **local fechado** devidamente protegido e de acesso exclusivo aos colaboradores, e só devem ser colocados na mesa na presença do cliente que os vai utilizar.



QUE PRODUTOS DEVEM SER UTILIZADOS E ONDE?



REF. 106.882

CIF PROFISSIONAL 2 EM 1 DETERGENTE DESINFETANTE P/COZINHAS

- Spray
- 750 ml

P/UNID.

1,99€

S/IVA



REF. 106.862

CIF PROFISSIONAL DETERGENTE INOX

- Spray
- 750 ml

P/UNID.

1,99€

S/IVA



REF. 94.480

CIF PROFISSIONAL LIMPA VIDROS E MULTISUPERFÍCIES

- Spray
- 750 ml

POR UNID.

2,99€

S/IVA



REF. 141.321

CIF PROFISSIONAL DETERGENTE MULTIUSOS FRESCURA DE PINHO

- 5 Litros

P/UNID.

9,65€

P/LITRO

±1,93€

S/IVA



REF. 101.190

SUN PROFISSIONAL DETERGENTE P/ MÁQUINA DE BAR E COPOS

- 2 Litros

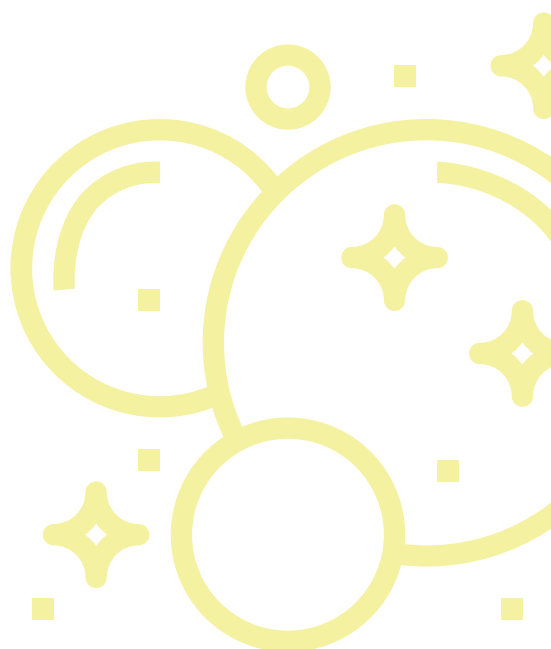
P/UNID.

9,15€

P/LITRO

±4,58€

S/IVA



SEGURANÇA

higiene e limpeza



Planos de limpeza casa de banho

Utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas;

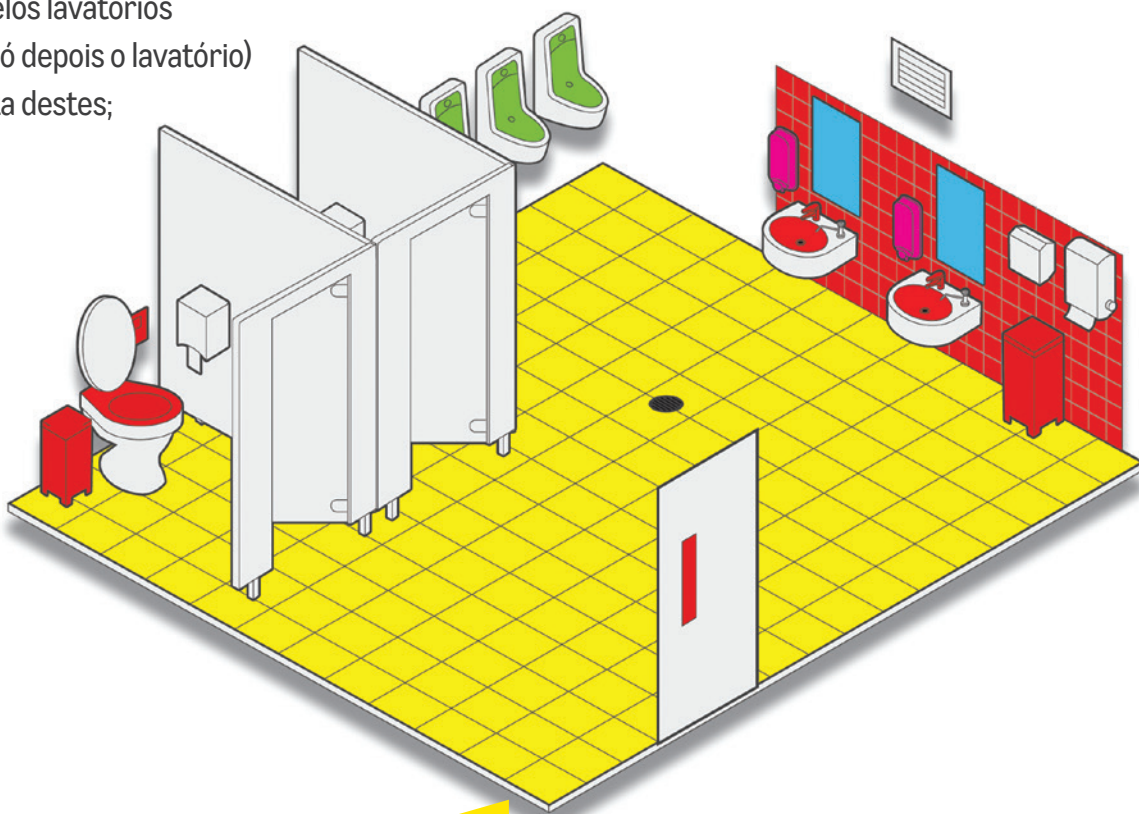
A limpeza da sanita deve ser efetuada com recurso a produto detergente com base desinfetante. Na limpeza do interior deve-se usar apenas o piaçaba, enquanto no exterior deve-se recorrer a um pano; O botão do autoclismo deve ser igualmente limpo e desinfetado, com detergente/desinfetante ou com álcool a 70°-80°.

Seguir a sequência:

Iniciar a limpeza pelos lavatórios
(1.º as torneiras e só depois o lavatório)
e superfícies à volta destes;
Limpar as sanitas;
Limpar o chão.

No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras; Não esquecer de limpar frequentemente as maçanetas das portas das instalações sanitárias.

Sempre que possível, os colaboradores que limpam as áreas de alimentação não devem ser os mesmos que limpam as instalações sanitárias.





QUE PRODUTOS DEVEM SER UTILIZADOS E ONDE?



REF. 94.481

CIF PROFISSIONAL 2 EM 1 DETERGENTE DESINCRUSTRANTE CASAS DE BANHO

- Spray
- 750 ml

P/UNID.

2,49€

S/IVA



REF. 94.480

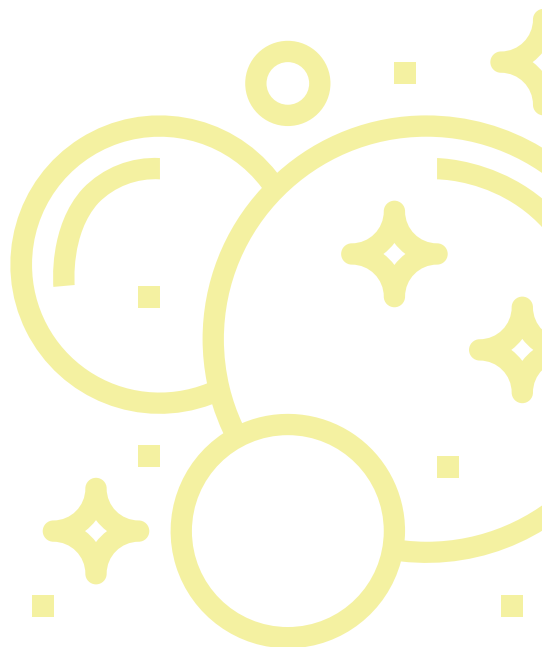
CIF PROFISSIONAL LIMPA VIDROS E MULTISUPERFÍCIES

- Spray
- 750 ml

POR UNID.

2,99€

S/IVA



REF. 122.891

DOMESTOS PROFISSIONAL BLOCOS SANITÁRIOS

- Balde 150 Pastilhas

P/UNID.

30,99€

P/PASTILHA

±0,21€

S/IVA



Como fazer uma solução para desinfecção

Limpeza e desinfecção das superfícies de áreas comuns

- Preparar a solução de lixívia (hipoclorito de sódio) com concentração original de 5% ou mais de cloro livre. A lixívia deve ser diluída na altura de utilizar.
- A solução diluída deve ser a 0,1%, na proporção de 1 parte de lixívia para 99 partes iguais de água;
- Lavar primeiro as superfícies com água e detergente;
- Em seguida, espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies;
- Deixar atuar a lixívia nas superfícies durante pelo menos 10 minutos – ler as instruções do fabricante/fornecedor. Essa etapa é fundamental;
- De seguida enxaguar as superfícies só com água quente;
- Deixar secar ao ar.

LIXÍVIA



aro



REF. 69.247 - 43.666 - 65.645

LIXÍVIA TRADICIONAL

- 1 Litro / 2 Litros / 5 Litros

P/EMB. DESDE

0,39€

S/IVA



REF. 120.685

**THERLIMPA
LIXÍVIA GEL**

- 4 Litros

P/EMB.

2,19€

P/LITRO

±0,55€

S/IVA



REF. 54.632

**NEOBLANC
LIXÍVIA
TRADICIONAL**

- 1 Litro

P/EMB.

0,59€

S/IVA



REF. 14.585

**NEOBLANC
LIXÍVIA
TRADICIONAL**

- 2 Litros

P/EMB.

1,15€

P/LITRO

±0,58€

S/IVA

aro



REF. 65.642

**LIXÍVIA
C/DETERGENTE**

- 5 Litros

P/EMB.

1,39€

P/LITRO

±0,28€

S/IVA

aro



REF. 65.644

**LIXÍVIA
PERFUMADA**

- 5 Litros

P/EMB.

1,19€

P/LITRO

±0,24€

S/IVA



REF. 898.105

**NEOBLANC
LIXÍVIA
TRADICIONAL**

- 4 Litros

P/EMB.

1,69€

P/LITRO

±0,42€

S/IVA

SEGURANÇA

higiene e limpeza

DESINFETANTES



REF. 120.713

THERLIMPA DETERGENTE DESINFETANTE

- 5 Litros

P/EMB.

3,45€

P/LITRO

0,69€

S/IVA



REF. 137.962

SANICENTRO LIMPADOR CLORADO COZINHA E CASA DE BANHO

- 5 Litros

P/EMB.

7,45€

P/LITRO

1,49€

S/IVA



REF. 137.960

SANICENTRO DESINFETANTE PAVIMENTOS E SUPERFÍCIES

- 5 Litros

P/EMB.

7,45€

P/LITRO

1,49€

S/IVA



REF. 137.518

SANICENTRO DESINFETANTE COZINHA E CASA DE BANHO

- 2 Litros

P/EMB.

2,59€

P/LITRO

±1,30€

S/IVA



REF. 137.516

SANICENTRO DETERGENTE DESINFETANTE PAVIMENTOS E SUPERFÍCIES

- 1,5 Litros

P/EMB.

2,29€

P/LITRO

±1,53€

S/IVA



REF. 137.519

SANICENTRO DETERGENTE MULTISUPERFÍCIES

- 750 ml

P/EMB.

2,19€

S/IVA



LAVA TUDO MULTIUSOS



REF. 129.137

LAVA TUDO AMONÍACAL

- 5 Litros

P/EMB.

3,99€

P/LITRO

±0,80€

S/IVA



REF. 123.431

LAVA TUDO AMONÍACAL

- 5 Litros

P/EMB.

3,99€

P/LITRO

±0,80€

S/IVA



REF. 127.415

DETERGENTE MULTIUSOS

- 5 Litros

P/EMB.

3,99€

P/LITRO

±0,80€

S/IVA



REF. 430.872

LAVA TUDO AMONÍACAL PERFUMADO

- 4 Litros

P/EMB.

2,99€

P/LITRO

±0,75€

S/IVA



REF. 125.113

AGERUL VINAGRE DE LIMPEZA MULTIUSOS

- 1 Litro

P/EMB.

0,89€

S/IVA

SEGURANÇA

higiene e limpeza

OUTROS MATERIAS DE LIMPEZA



REF. 127.754

PANO AMARELO MULTIUSOS

- 600 x 40 cm

P/EMB.

3,69€

S/IVA



REF. 127.258

PANO MULTIUSOS

- 38 x 40 cm

- Pack 10 Emb. x 2 Unid.

P/PACK

7,19€

S/IVA



REF. 134.510

VILED PANO MICROFIBRA

- Pack 16 Unid.

P/PACK

11,95€

S/IVA



REF. 134.188

BAYECO PANOS MICROFIBRA MULTIUSOS

- Pack 3 Unid. + 1 Unid. grátis

P/PACK

2,49€

S/IVA



REF. 127.759

PANO ESPONJA

- 17 x 21 cm

- Pack 6 Emb. x 3 Unid.

P/PACK

6,69€

S/IVA



REF. 51.894

PANO FELPO ANTI BACTERIANO

- Pack 4 Unid.

P/PACK

6,90€

S/IVA



REF. 127.756

ROLO PANO UNIVERSAL

- 600 x 38 cm

P/ROLO

6,19€

S/IVA



REF. 111.295

AMOOS ROLO MULTIUSOS

- 1=10

P/ROLO

1,79€

S/IVA

OUTROS MATERIAS DE LIMPEZA



REF. 136.961

VASSOURA + PÁ

- Azul HACCP

P/CONJ.

3,15€

S/IVA



REF. 451.828

**FAPIL
VASSOURA
ESPALMADA C/CABO**

- Várias Cores

P/UNID.

2,95€

S/IVA



REF. 929.045

**VILEDA
VASSOURA STYLE**

P/UNID.

4,50€

S/IVA



REF. 137.957

**VILEDA
MOPA
1.2 SPRAY MAX**

P/UNID.

29,99€

S/IVA



REF. 137.959

**VILEDA
RECARGA MOPA
1.2 SPRAY MAX**

- 140 x 22 cm

P/UNID.

7,49€

S/IVA



REF. 116.459

**CABO DE
TITÂNIO**

- 140 x 22 cm

P/UNID.

1,00€

S/IVA



REF. 344.201

**FAPIL
PÁ P/LIXO
C/CABO**

P/UNID.

1,90€

S/IVA



REF. 929.058

**VILEDA
PÁ C/CABO**

P/UNID.

3,95€

S/IVA

SEGURANÇA

higiene e limpeza

OUTROS MATERIAS DE LIMPEZA



REF. 53.882

VILEDA BALDE SISTEMA MICROFIBRAS C/PEDAL

- 6 Litros

P/UNID.

35,00€

S/IVA



REF. 126.751

ESFREGONA PROFISSIONAL ALGODÃO

- 2 Unidades

P/CONJ.

1,80€

P/UNID.

0,90€

S/IVA



REF. 511.654

FAPIL ESFREGONA C/CABO INDUSTRIAL

P/UNID.

2,90€

S/IVA



REF. 33.189

FAPIL BALDE C/ESPRESSADOR

- Azul

P/UNID.

5,90€

S/IVA



REF. 144.248

TONKITA LAVA VIDROS C/EXTENSÃO

P/UNID.

5,59€

S/IVA

LUVAS



Tipos de Luvas e a sua utilização

Látex

São aptas para contato directo com os alimentos, atos médico, higiene, uso cosmético, tatuadores e limpeza dependendo dos produtos químicos utilizados. Porque contêm látex natural podem provocar reacções alérgicas.

Vinil

São ideais para atividades que requerem proteção sem perder o tato e a sensibilidade das mãos. A luva de vinil é hipoalergénica, isenta de látex, mais resistente que os outros tipos de material descartável e MAIS ECONÓMICA. Indicada para contato directo com alimentos secos e húmidos, limitadas ao contacto direto com alimentos doces e não deverão ser utilizados com alimentos gordurosos ou oleosos como carne, peixe, gordura, óleo, manteiga, etc. Podem ser utilizadas a uma temperatura constante até 40° C por um período máximo de 10 minutos, a temperaturas inferiores não há limite de tempo de utilização. Está também indicada para substituição das luvas de borracha natural em atos médicos simples como triagem, higiene íntima e tratamento ou cuidados geriátricos.



REF. 117.691 - 117.692 - 117.694

CUATROGASA LUVAS LÁTEX C/PÓ

- Tamanho S/M/L

- 100 Unid.

P/EMB.

3,35€

P/PAR

±0,07€

S/IVA



REF. 117.695 - 117.697 - 117.698

CUATROGASA LUVAS VINIL C/PÓ

- Tamanho S/M/L

- 100 Unid.

P/EMB.

3,09€

P/PAR

±0,06€

S/IVA

SEGURANÇA

higiene e limpeza

CONTENTOR DE RESÍDUOS COM ABERTURA NÃO MANUAL



REF. 131.900 - 131.902 - 131.903

BALDE P/LIXO SELECTIVO

- 60 L / 80 L / 120 L

P/UNID. DESDE

32,50€

S/IVA

Tarrington House



REF. 136.891

BALDE P/LIXO P/RECICLAGEM

- 40 L

P/UNID.

79,90€

S/IVA

Tarrington House



REF. 124.174

BALDE DE METAL C/PEDAL

- 30 L

P/UNID.

24,90€

S/IVA

SACOS PARA O LIXO



REF. 129.628 - 129.629 -
129.632 - 129.634

SACOS P/O LIXO FECHO FÁCIL

- Pack 4 x 30 Litros
- Pack 4 x 50 Litros
- Pack 4 x 100 Litros
- Pack 4 x 130 Litros

P/PACK DESDE

5,99€

S/IVA



REF. 129.614 - 129.616 -
129.617 - 129.619

SACOS P/O LIXO CINZENTOS

- Pack 4 x 30 Litros
- Pack 4 x 50 Litros
- Pack 10 x 100 Litros
- Pack 20 x 130 Litros

P/PACK DESDE

3,89€

S/IVA





Cuidados a ter na preparação e confeção de alimentos

Lavagem

Lave muito bem as mãos com água e sabão durante 20 segundos antes e enquanto está a confeccionar as refeições. Tenha o cuidado de lavar adequadamente os alimentos crus. Lave sempre muito bem a fruta e as hortícolas folha a folha, com água corrente e abundante, especialmente os que irão ser consumidos crus. Quando possível, desinfete-os com produtos próprios.

**Algumas medidas de prevenção
que deve implementar no seu espaço:**









SEGURANÇA

higiene e limpeza

Confeção

Não partilhe comida ou objetos entre pessoas durante a sua preparação, confeção e consumo. Em todos os momentos, adote as medidas de etiqueta respiratória. Evite a contaminação entre comida crua e cozinhada. Separe sempre os alimentos crus dos alimentos cozinhados, e utilize sempre utensílios diferentes para ambos.

-  Carne Crua
-  Pescado Cru
-  Carne de Aves Crua
-  Frutas e Verduras
-  Produtos Lacteos, Padaria e Pastelaria
-  Alimentos Cozinhados

Cozinhe-os preferencialmente a temperaturas superiores a 75°, especialmente carne, ovos e pescado. Mantenha os alimentos cozinhados quentes até ao momento de serem servidos, e não se esqueça de lavar as mãos entre tarefas.



Consulte aqui a nossa
Solução HACCP para Clientes!



REF. 113.161 - 113.162 - 113.164 -
113.167 - 113.168

ICEL TECHNIK FAÇA DE COZINHA

- 20 cm
- Branco / Amarelo / Vermelho /
Verde / Azul

P/UNID.

14,95€

S/IVA



REF. 123.598 - 123.599

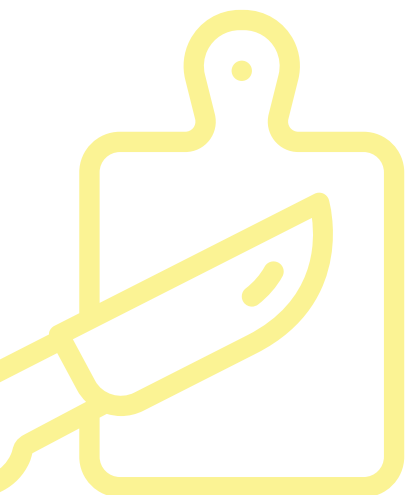
TÁBUA DE CORTE

- 28 x 20 x cm / 40 x 30 x 1,5 cm

P/UNID. DESDE

2,90€

S/IVA





Refrigeração

Não descongele os alimentos à temperatura ambiente, mas sim no frigorífico. Sempre que os retirar do frio, prepare-os, e volte a colocar os alimentos cozinhados e/ou perecíveis no frigorífico, logo que se justifique.

REF. 151.539

ROLO 1000 ETIQUETAS

- 40x45 M1

- Pack 2

P/PACK

5,49€

S/IVA

Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom
Produto		Hora		Dia		
Descongelação						
Preparação						
Validade						
Preparado por						
Validade						
Lote						

Colocar a dia da semana que iniciou a transformação
Designação do produto
Indicar a data de início da descongelação (se existir)
Início da transformação do produto
Fim da validade do produto após a sua transformação
Responsável pela preparação do produto
Indicar a rastreabilidade do produto (refere-se à embalagem de origem)

REF. 89.629 - 89.630 - 89.632 -
89.633 - 89.636 - 89.638 - 89.639

ARAVEN CAIXA HERMÉTICA P/ALIMENTOS

- 6 Litros GN 1/9
- 1,1 Litros GN 1/6
- 1,5 Litros GN 1/9
- 1,7 Litros GN 1/6
- 1,8 Litros GN 1/4
- 10 Litros GN 1/2
- 12,5 Litros GN 1/2

P/UNID. DESDE

2,45€

S/IVA



CONHEÇA TODAS AS NOSSAS

OPÇÕES DE COMPRA



MAKRO GO

COMPRE NA LOJA E NÓS TRANSPORTAMOS
CONSULTE A SUA LOJA



SERVIÇO DE ENTREGA

VOCÊ RECEBE SEM SE DESLOCAR
CONSULTE O SEU GESTOR COMERCIAL
www.makro.pt



CASH & CARRY

COMPRE NA LOJA

PELA SEGURANÇA DOS NOSSOS COLABORADORES E CLIENTES, RECOMENDAMOS AOS NOSSOS CLIENTES QUE PREFERENCIALMENTE EFETUEM O PAGAMENTO ATRAVÉS DE MB WAY OU CARTÃO EM VEZ DE DINHEIRO.



Os preços incluídos nesta publicação não incluem IVA e são vigentes apenas nas lojas Makro, salvo erro tipográfico ou de fotografia, durante o período de oferta. Aos preços apresentados acresce o IVA à taxa legal em vigor. Todas as ofertas são válidas até rutura de stock. A MAKRO reserva-se o direito de fixar um máximo por cliente/dia. Makro Cash & Carry Portugal, S.A., NIF 502030712, sede: Rua Quinta do Paizinho, nº1, Portela de Carnaxide, 2790-236 Carnaxide.

VEJA AQUI OS NOVOS HORÁRIOS PARA O MÊS DE JUNHO

ALFRAGIDE

Segunda - Sábado: 6h - 21h
Feriado **7 de Junho** e Domingos: 8h - 18h
Feriados dias **10 e 11 de Junho: 6h - 21h**

MATOSINHOS

Segunda - Sábado: 7h - 20h | Domingos: das 8h - 13h
Feriados dias **10, 11 e 24 de Junho: 7h - 19h**

VILA NOVA DE GAIA

Segunda - Sábado: 7h - 20h | Domingos: das 8h - 13h
Feriados dias **10, 11 e 24 de Junho: 7h - 19h**

PALMELA

Segunda - Sábado: 7h - 20h | Domingos: das 8h - 13h
Feriados dias **1, 10 e 11 de Junho: 7h - 20h**

ALBUFEIRA

Segunda - Sábado: 7h - 20h | Domingos: das 8h - 13h
Feriados dias **10 e 11 de Junho: 7h - 18h**

COIMBRA

Segunda - Sábado: 7h - 20h
Domingos: 8h - 13h
Feriados dias **10 e 11 de Junho: 7h - 20h**

BRAGA

Segunda - Sábado: 7h - 20h | Domingos: das 8h - 13h
Feriados dias **10, 11 e 24 de Junho: 7h - 19h**

CASCAIS

Segunda - Sábado: 6h - 20h | Domingos: das 8h - 13h
Feriados dias **10, 11 e 13 de Junho: 6h - 20h**

FARO

Segunda - Sábado: 7h - 20h | Domingos: Encerrado
Feriados dias **10 e 11 de Junho: 7h - 18h**

LEIRIA

Segunda - Sábado: 7h - 20h | Domingos: Encerrado
Feriados dias **10 e 11 de Junho: 7h - 18h**

Horário em vigor a partir de **1 de Junho de 2020**



INSTALE A APP
MAKRO COMPANION
O seu cartão Makro
sempre à mão.



ACOMPANHE AS NOSSAS
REDES SOCIAIS!



@MAKROPORTUGAL

MAKRO.PT