

## CONSEJOS PARA USAR EL MICROONDAS CON SEGURIDAD

**ASEGÚRATE** de usar recipientes aptos para hornos microondas. Trae tu lonchera en recipientes de vidrio o plástico especial para microondas.

**DESTAPA** siempre los recipientes para evitar que puedan explotar.

**EVITA** quemaduras, no uses un horno si la puerta no cierra bien o si está doblada, deformada o dañada de algún modo.

**RECUERDA**, nunca calentar los alimentos en descartables, frascos y botellas de vidrio delgado, utensilios metálicos, bolsas de papel, recipientes de porcelana con diseños metálicos, papel de aluminio, tecnopor o bolsas plásticas, esto podría afectar seriamente tu salud. Tampoco ingreses huevos o uvas.



**USA ESTE EQUIPO, SÓLO PARA  
CALENTAR ALIMENTOS**

## BUEN USO DEL MICROONDAS

Tengamos en cuenta algunas recomendaciones para darle buen uso al horno microondas que el Club ha puesto a su servicio. Recuerda que nos pertenece a todos.

**1** No ocupar el micro por más de **4 minutos**



**2** Tapar tu comida para que **no salpique**



**3** Si algo no está bien con el micro **reportalo de inmediato**



**4** No tocar los alimentos de los demás



**5** No ponga en funcionamiento el horno vacío



**6** Dejar el timer del micro en **00:00** después de usarlo



**7** No utilice papel aluminio ni icopor para calentar los alimentos



**8** Deja el micro **siempre limpio** después de usarlo



**PRECAUCIÓN:** Asegúrese que los tiempos de calentamiento estén dados correctamente ya que el sobrecalentamiento puede causar fuego y como consecuencia dañar el horno.