

Conservation des aliments

Produits frais

- La plupart des fruits et légumes restent plus frais lorsqu'ils sont réfrigérés à quelques exceptions près :
- La tomate et la banane ne doivent pas être réfrigérées.
- Les légumes comme l'oignon, l'ail, la pomme de terre et les courges d'hiver se conservent mieux dans des endroits frais et sombre à l'extérieur du réfrigérateur.

Conserves/aliments dans le carton/secs

- Stocker sur le sol et à 18 pouces des murs.
- Placer les articles dans un endroit sec entre 50 et 70 degrés Fahrenheit (F).
- Le pain que vous n'allez pas manger dans les 2 prochains jours peut être bien emballé et stocké dans le congélateur jusqu'à 3 mois.

Aliments réfrigérés

- Gardez tous les aliments à ou en dessous de 40 ° F.
- Laissez de l'espace pour que l'air circule dans le réfrigérateur.
- Cuire la viande fraîche, a volaille ou des fruits de mer le jour que vous les recevez ou congelez-les pour une utilisation ultérieure.
- Consommez des aliments pré-préparés dans les 5 jours à partir de la date de stockage ; si reconditionnés, suivez les instructions sur l'étiquette.

Aliments congelés

- Conservez tous les aliments congelés à une température de ou inférieure à 0° F.
- Frozen meats may be kept frozen up to 4 months prior to thawing and cooking.

Rappelez-vous : Stocker de nouveaux produits derrière les anciens de sorte à utiliser les plus anciens en premier.

Premier Entré - Premier Sorti

Décongeler en toute sécurité

NE JAMAIS décongeler les aliments à la température ambiante.

Il ya quatre moyens sécurisés de décongeler :

1. Dans un réfrigérateur à 41°F ou inférieur
2. Dans un four à micro-ondes si les aliments seront immédiatement cuits.
3. Submersion dans l'eau courante à 70F ou moins.
4. Dans le cadre du processus de cuisson ; faire cuire à l'état congelé.

Cuire en toute sécurité

- Se laver les mains, laver les ustensiles, la planche à découper et les comptoirs avant et après la préparation des aliments.
- Conservez la viande crue, la volaille, les œufs, les fruits de mer et leurs jus loin des aliments prêts pour la consommation.
- La meilleure façon de déterminer si la nourriture est saine pour la consommation après la cuisson c'est d'utiliser un thermomètre pour aliments. Insérer le thermomètre dans la partie la plus épaisse de la viande, loin des os, de la graisse, et du cartilage.

Faire cuire des aliments à ces températures :

- Volaille, ragoût et autres viandes farcies - 165 ° F.
- Viandes hachées et les plats d'œufs -160 ° F
- Bœuf, porc, veau et agneau (rôties, steaks, côtelettes et poissons) - 145 ° F

Coordonnées



COMMUNITY FOOD RESCUE

Informations sur la sécurité alimentaire

WWW.COMMUNITYFOODRESCUE.ORG

Community Food Rescue

Community Food Rescue (CFR) est un système de récupération des aliments coordonné du comté de Montgomery. L'objectif du CFR est de réduire la quantité d'aliments qui est encore gaspillé et la rediriger vers les fournisseurs d'aide alimentaire.

Retenez qu'une grande partie des aliments que vous recevrez a dépassé la date de péremption imprimée sur l'emballage. Mais ils restent toujours sains pour la consommation !

Les informations suivantes sont basées sur les directives fédérales et les meilleures pratiques établies par le réseau de banque alimentaire nationale.

Que signifie date de péremption ?

Date d'expiration – Exemple : "Expire le 01/04/15"

- Sur les aliments pour bébé, les formules, les vitamines, les médicaments, la levure, la poudre à pâte
- Ne pas consommer ces aliments après cette date. La levure et la poudre à pâte sont sains pour la consommation après la date d'expiration, mais elles peuvent aussi être périmées.

Date d'emballage – Exemple : "Emballé le 01/01/15"

- Généralement sur les conserves
- Cette date c'est la date à laquelle les aliments ont été emballés et il est généralement sans danger de consommer ces aliments pendant une longue période de temps après cette date.

Date de péremption – Exemple : "Vendre avant le 15/03/15"

- Sur les aliments réfrigérés tels que le lait, le fromage, le yogourt, les œufs et la viande.
- Après cette date, les aliments peuvent perdre leur qualité et certains éléments nutritifs, mais ils sont toujours sains.

Date d'utilisation - Exemple : "Meilleur si utilisé jusqu'au 30/03/15" (également appelé Date de qualité)

- Généralement sur les produits secs comme des craquelins, biscuits et céréales sèches.
- Après cette date, les aliments peuvent perdre leur qualité et certains éléments nutritifs, mais ils sont toujours sains.



Durée de vie des aliments courants

Selon l'USDA, si les aliments ne sont pas ouverts et sont correctement stockés, ils sont sains pour la consommation au-delà de la "date d'emballage", la "date de vente" ou la "date d'utilisation" Utilisez les indications suivantes pour déterminer combien de temps après les aliments restent sains après la date sur l'emballage.

Aliments frais / Congelés

- Viande fraîche et crue - 2-5 jours
- Salade de thon préparée, salade de poulet, salade de pâtes - 3-5 jours
- Lait- 5-7 jours
- Yaourt- 7-10 jours
- Œuf- 3-5 semaines
- Repas congelés – 3-5 mois
- Viande congelée – 4-8 mois à compter de la date de congélation

Aliments secs

- Préparations à cuire au four – 8 mois
- Haricots secs, noix, et graines - 1 an
- Riz/pâtes/céréales – 1-2 ans
- Conserves (élevées en acide) - 12-18 mois
- Aliments en conserve (viande et légumes - 2-3 ans
- Alimentation en bidon de verre / plastique – 1 an

Indices sur la sécurité alimentaire

Toutes les organisations du CFR présélectionnent les aliments pour la sécurité, mais utilisez votre bon sens et votre jugement avant de consommer tout aliment.

Éliminer :

- Viandes et produits malodorants.
- Les boîtes gonflées, avec des fuites, des taches, la rouille, extrêmement bosselées sur les scellés ou les couvercles, serties, fissurées ou malodorantes. De légères bosses sont OK.
- Conteneurs avec des couvercles ouverts ou manquants et des joints de sécurité cassés ou manquants.
- Les aliments en boîte avec des sacs à l'intérieur qui sont déchirés ou qui fuient, contenant des moisissures ou des objets étrangers
- Produits alimentaires en boîte qui sont ouverts, déchirés, souillés, humides, ou des insectes vivants ou morts, les toiles ou les excréments.
- **NE JAMAIS goûter les aliments suspects !**

SAIN



PAS SAIN

