

Πίνακας συντήρησης τροφών στο ψυγείο και την κατάψυξη



Αφού οι ημερομηνίες των προϊόντων δεν είναι οδηγός για την ασφαλή διαφύλαξη του κάθε προϊόντος, συμβουλευτείτε τον ακόλουθα πίνακα και ακολουθήστε τις ακόλουθες συμβουλές. Αυτά τα χρονικά πλαίσια επιτρέπουν τη διατήρηση των τροφών στους 40° F (4° C) χωρίς αυτά να χαλάσουν ή να γίνουν επικίνδυνα για βρώση.

- Αγοράστε τα προϊόντα πριν την ημερομηνία λήξης τους.
- Ακολουθήστε τις οδηγίες για αποθήκευση του κάθε

προϊόντος.

- Αφήστε το κρέας και τα πουλερικά στη συσκευασία τους μέχρι τη χρήση τους.
- Αν θα καταψύξετε το κρέας και τα πουλερικά στη συσκευασία τους για περισσότερο από 2 μήνες, τότε ξανατυλίξετέ τα αεροστεγώς ή τοποθετείστε τα σε ακόμη ένα πλαστικό σακούλι.

Λόγω του ότι η κατάψυξη στους 0° F (-18° C) διατηρεί τα τρόφιμα ασφαλή για αόριστο χρονικό διάστημα, οι ακόλουθοι χρόνοι είναι μόνο για ποιοτική διατήρηση.

Προϊόν	Ψυγείο	Καταψύχτης
Αυγά		
Φρέσκα, στο κέλυφος	4 με 5 βδομάδες	Όχι
Ωμοί κρόκοι, ασπράδια	2 με 4 μέρες	1 χρόνος
Βραστά αυγά	1 βδομάδα	Όχι
Μαγιονέζα εμπορίου	2 μήνες	Όχι
Βάλτε στο ψυγείο όταν ανοιχτεί		
Τρόφιμα ευκολίας – έτοιμα γεύματα		3 με 4 μήνες
Πρέπει να μείνουν στην κατάψυξη μέχρι τη χρήση		

Κιμάδες

Χαμ-μπέργκερ	1 με 2 μέρες	3 με 4 μήνες
Ground turkey, veal, pork, lamb	1 με 2 μέρες	3 με 4 μήνες

Χαμ, Παστό βοδινό

Παστό βοδινό σε τουρσί	5 με 7 μέρες	Χωρίς ζωμό, 1 μήνα
Χαμ, κονσερβοποιημένο, κλειστό	6 με 9 μήνες	Όχι
Χαμ, κονσερβοποιημένο, ανοιχτό	3 με 5 μέρες	1 με 2 μήνες
Χαμ, πλήρως μαγειρευμένο, ολόκληρο	7 μέρες	1 με 2 μήνες
Χαμ, πλήρως μαγειρευμένο, μισό	3 με 5 μέρες	1 με 2 μήνες
Χαμ, πλήρως μαγειρευμένο, φέτες	3 με 4 μέρες	1 με 2 μήνες

Λουκάνικα & αλλαντικά

Λουκάνικα, ανοικτό πακέτο	1 βδομάδα	1 με 2 μήνες
Λουκάνικα, κλειστό πακέτο	2 βδομάδες	1 με 2 μήνες
Αλλαντικά, ανοικτό πακέτο	3 με 5 μέρες	1 με 2 μήνες
Αλλαντικά, κλειστό πακέτο	2 βδομάδες	1 με 2 μήνες

Σούπες & Βραστά κρέατα με λαχανικά (Stews)

Με λαχανικά ή με κρέας	3 με 4 μέρες	2 με 3 μήνες
------------------------	--------------	--------------

Μπέικον & Λουκάνικα

Μπέικον	7 μέρες	1 μήνα
Λουκάνικο, ωμό από χοιρινό, βοδινό, κοτόπουλο ή γαλοπούλα	1 με 2 μέρες	1 με 2 μήνες

Φρέσκο Κρέας (Βοδινό, Μοσχαρίσιο, Αρνίσιο & Χοιρινό)

Φιλέτα	3 με 5 μέρες	6 με 12 μήνες
Κοτολέτες	3 με 5 μέρες	4 με 6 μήνες
Ρόστο	3 με 5 μέρες	4 με 12 μήνες
Ποικιλία κρεάτων (γλώσσα, συκωτάκι, καρδιά κλπ)	1 με 2 μέρες	3 με 4 μήνες

Κατάλοιπα κρεάτων

Μαγειρεμένο κρέας ή γεύματα με κρέας	3 με 4 μέρες	2 με 3 μήνες
Σάλτσα κρέατος ή ζωμός	1 με 2 μέρες	2 με 3 μήνες

Φρέσκα πουλερικά

Κοτόπουλο ή γαλοπούλα, ολόκληρο	1 με 2 μέρες	1 χρόνο
Κοτόπουλο ή γαλοπούλα, κομμάτια	1 με 2 μέρες	9 μήνες
Συκωτάκια	1 με 2 μέρες	3 με 4 μήνες

Μαγειρεμένα πουλερικά, κατάλοιπα

Τηγανιτό κοτόπουλο	3 με 4 μέρες	4 μήνες
Μαγειρεμένα γεύματα με κοτόπουλο	3 με 4 μέρες	4 με 6 μήνες
Κομμάτια, σκέτα	3 με 4 μέρες	4 μήνες
Κομμάτια με σάλτσα ή ζωμό	1 με 2 μέρες	6 μήνες
Κοτόπουλο-μπουκιές, μπιφτέκια	1 με 2 μέρες	1 με 3 μήνες

Ψάρια & Θαλασσινά

Άπαχο ψάρι	1 με 2 μέρες	6 μήνες
Λιπαρό ψάρι	1 με 2 μέρες	2 με 3 μήνες
Μαγειρεμένο ψάρι	3 με 4 μέρες	4 με 6 μήνες
Καπνιστό ψάρι	14 μέρες	2 μήνες
Νωπές γαρίδες, καλαμάρι, όστρακα, καραβίδες	1 με 2 μέρες	3 με 6 μήνες
Κονσερβοποιημένα θαλασσινά	Όταν ανοιχτούν 3 με 4 μέρες	Από την κονσέρβα 2 μήνες