

GUÍA PARA A BOA CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS NO FRIGORÍFICO

1. Mantén a temperatura correcta. O frigorífico ten que manterse entre os 5º e os 6º C e o conxelador, entre os -17º e os -18º C.
2. No verán, é aconsellable que baixes a temperatura do frigorífico e o conxelador, para que se conserven mellor os alimentos.
3. A temperatura é diferente en cada espazo do frigorífico, por iso debes conservar cada un no seu lugar.
4. Na porta do frigorífico van os ovos, a auga, zumes e refrescos, as salsas, manteiga e marmelada.
5. Na parte superior do frigorífico garda as sobras, conservas, queixos e demais produtos lácteos.



6. Na zona media do frigorífico garda o peixe e o marisco, a ser posible conservados en envases de cristal.
7. Nos caixóns da parte de abaxio garda a froita e a verdura. Os tomates, as patatas e as cebolas non deben de ser conservadas no frigorífico.
8. No conxelador, etiqueta todos os produtos coa data na que foron gardados para poder conservalos en bo estado.
9. Limpa o frigorífico e o conxelador con regularidade, para evitar bacterias, malos cheiros e outros riscos de contaminación alimentaria.
10. O frigorífico debe contar con espazos separados e ben diferenciados para toda clase de comida.