



بعد از قطع برق مراقب ایمنی غذا باشید!

ممکن است پس از قطع برق، خوردن غذاهای داخل یخچال و فریزر ایمن نباشد. برای ایمن نگه داشتن مواد غذایی در طول قطعی برق دقت کنید چه کارهایی می‌توانید انجام دهید و چه زمانی باید غذاهایی را که ممکن است شما را بیمار کند دور بریزید.

بهار ۱۴۰۱

قبل از قطع برق

دمای دماسنج یخچال و فریزر خود را کنترل کنید.

دمای یخچال باید ۴ درجه سانتی‌گراد یا کمتر باشد.

دمای فریزر باید ۱۸- درجه سانتی‌گراد یا کمتر باشد.

برای شرایط اضطراری یا بلایای طبیعی آماده شوید.

ظروف آب و بسته‌های ژل را فریز کنید تا برای نگه‌داری غذای شما در دمای ۴ درجه سانتی‌گراد یا کمتر کمک کند.

یک دستگاه خنک‌کننده دستی داشته باشید.

اگر امکان قطعی برق برای مدت طولانی وجود دارد، برای سرد نگه‌داشتن غذا در یخچال، یخ خشک بخريد یا مواد غذایی را در یخ نگه‌دارید.

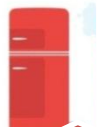
در طول مدت قطعی برق

درب یخچال و فریزر را بسته نگه دارید

مدت زمانی که مواد غذایی بعد از قطعی برق در یخچال و فریزر سالم می‌مانند:



۴۸ ساعت در
فریزر پر



۴ ساعت در
یخچال



۲۴ ساعت در فریزر
نیمه پر

پس از ۴ ساعت بدون برق، غذاهای فاسد شدنی در یخچال را در یک دستگاه خنک‌کننده دستی قرار دهید. یخ یا منبع سرد دیگری را به دستگاه اضافه کنید تا مواد غذایی را در دمای ۴ درجه سانتی‌گراد یا کمتر نگه‌دارید.

ارتباط با ما

آدرس: یزد، میدان عالم، دانشگاه علوم پزشکی
شهید صدوقی یزد، مرکز تحقیقات سلامت و
ایمنی غذا

تلفن: ۰۳۵-۳۸۲۰۹۱۴۴

نمابر: ۰۳۵-۳۸۲۰۹۱۱۹

پست الکترونیک: rcfhs.ssu@gmail.com

تارنما: <http://rcfhs.ssu.ac.ir>

❖ دمای مواد غذایی که در خنک کننده با منبع سرد یا یخچال خود نگهداری می‌شوند را بررسی کنید. غذا با دمای بالای ۴ درجه سانتی‌گراد را دور بریزید.

❖ دماسنج فریزر خود را بررسی کنید که دمای فریزر هنوز در ۴ درجه سانتی‌گراد یا کمتر قرار دارد یا خیر.

❖ می‌توانید با خیال راحت غذای منجمد ذوب‌شده را که هنوز حاوی کریستال‌های یخ هستند یا در دمای ۴ درجه سانتی‌گراد یا کمتر هستند، دوباره منجمد کنید یا بپزید.



بعد از وصل شدن برق

هرگز غذا را برای اطمینان از اینکه آیا خوردن آن بی خطر است یا خیر نچشید.
وقتی دو به شکی، غذا را دور بریز!



❖ مواد غذایی فاسد شدنی (گوشت، ماهی، میوه‌ها و سبزیجات خرد شده، تخم مرغ، شیر و باقیمانده غذا) را پس از ۴ ساعت بدون برق یا منبع سرد، دور بریزید.



❖ هر غذایی با بو، رنگ یا بافت غیر معمول را دور بریزید.