

食物

熟食能够存放更长时间

- 如果您的食物开始解冻，应尽可能地立即进行烹饪，以延长食物的保存时间。
- 如果您有工具，可将食物脱水。

食物安全至关重要

- 先吃容易变质的食物。
- 有关具体食物类别的信息，请见下文。
- 乳制品非常容易变质。
- 鸡蛋可以存放 1-2 周。

共享储藏资源

- 与邻居合作，共享冷却设备和发电机，以保证食物安全。
- 与邻居合作管理容易变质的食物，并进行分享以先吃这些食物。

不要在室内使用燃气或木炭烤架来烹饪食物，这样做可能会导致一氧化碳中毒。使用漂白剂溶液来保持食物制备区域的清洁。经常洗手或使用消毒洗手液。

停电时...

保持冰箱和冰柜的门关闭状态，以保持低温。

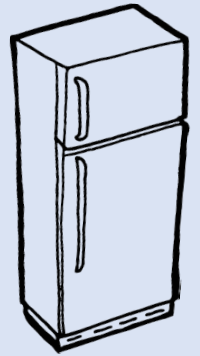
如果门保持关闭...

冰箱安全储存食物的时间最多为 **4 小时**

装满状态的冰箱保持其温度的时间为 **48 小时**

如果是半满状态，冰箱保持其温度的时间为 **24 小时**

- 如果外部温度较高，食物将会变质得更快。
- 用鼻子和眼睛来判断 - 如果食物闻起来有异味，或者看起来好像发霉了，立即将其扔掉！
- 不要通过品尝食物来判断它是否正常！



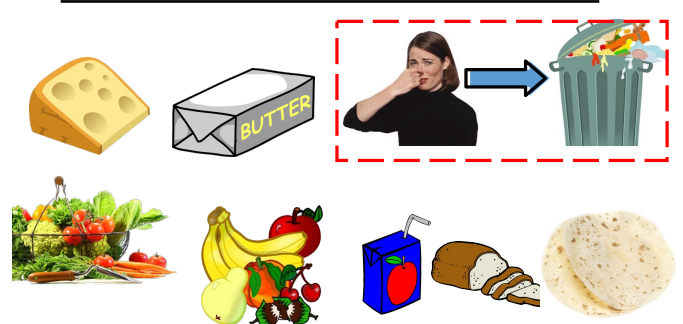
一旦容易变质的食物处于 40 度或以上：

有 **4**



所有煮熟的食物应在 4 小时后扔掉！

存放至可闻到/看出腐坏为止：



有些食物可以将变质的部分切除。利用烹饪书来帮助做与食物有关的决定。