

Dicas para conservar os alimentos de forma segura:



Armazenar os alimentos em **caixas fechadas, identificadas**, ou tapadas com película aderente no frigorífico.

Não encher demasiado o frigorífico/congelador, de forma a garantir a livre circulação do ar frio que ajuda a manter a temperatura adequada.

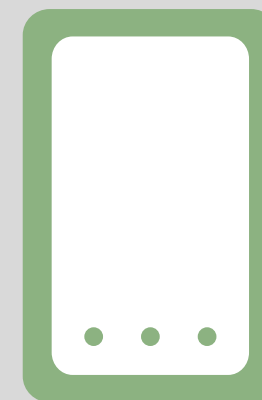
Não deixar embalagens abertas dentro do frigorífico nomeadamente as de metal (exemplo: conservas de atum, grão ou feijão). Transferir os alimentos para um recipiente de vidro com tampa, identificando o produto e a data de abertura da embalagem original.

Ajustar a temperatura (frigorífico: 4°C e congelador -18°C) salvo indicações específicas do fabricante do frigorífico.

Verificar os **prazos de validade** dos alimentos, dispondo os produtos com um prazo inferior na frente.

Verificar a existência de **líquidos derramados ou odores desagradáveis**.

A **limpeza regular** é uma forma de prolongar a vida do seu equipamento mas também de evitar o desperdício alimentar.



Alimentos prontos a consumir, **já cozinhados/ sobras** de refeições, **iogurtes, queijo, natas** e **compotas**.



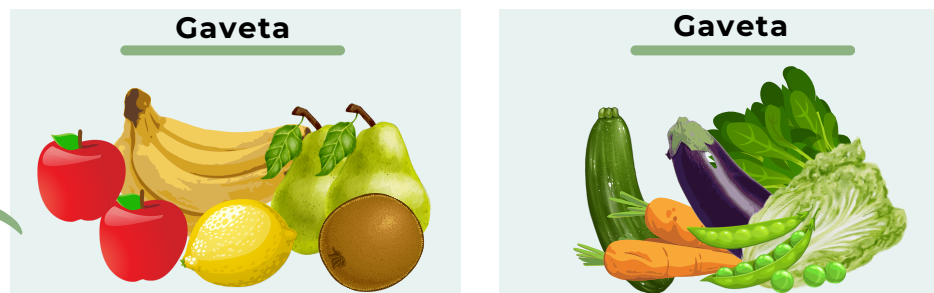
Carne e pescado, produtos de **charcutaria, conservas abertas** (num recipiente próprio) e **produtos de pastelaria**.



Produtos em descongelação, como carnes e pescado.



As gavetas são desenvolvidas para manter a temperatura adequada para os **produtos hortícolas (legumes e hortalças), frutas e leguminosas**.

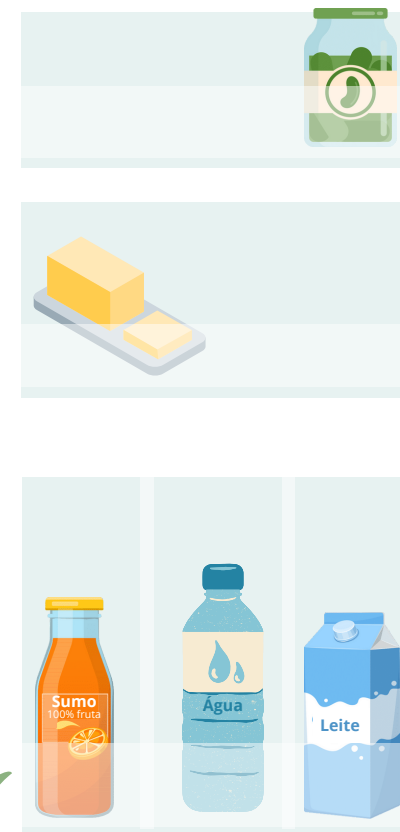


Se for possível reserve uma gaveta só para frutas e outra só para hortícolas

Manter a temperatura do congelador a



Porta
(zona mais quente)



Área mais sujeita a variações de temperatura.

Armazenar **condimentos, manteigas, margarinas, bebidas** (água simples ou aromatizada/ sumos naturais, **leite**) e outros **produtos que não sejam sensíveis à temperatura**.