

## 储藏

如果食物不按正确方法储藏，或是没有及时使用，都有可能变得不安全。不安全的储藏会让食物受到污染。不安全的储藏温度会让那些本来就存在于有潜在危险的食物中的细菌滋生。为了保证食物在储藏过程中的安全，安全的储藏措施也应该成为食品安全计划的一部分。

### 安全储藏的指导原则

- 切记不能去掉工业化生产的食物的标签。如果标签掉了，就在容器的外面做上标记，如标明食物名称。
- 轮流使用存储的食物，保证先来的先用。
- 扔掉过期的食物。
- 每天都要检查储藏区域和储藏食物的温度。
- 只能在指定的区域储藏食物。
- 保持所有储藏区域的清洁和干燥。

### 清洁用品和化学品的储藏

- 清洁用品和其它化学品要与食物、餐具、器具、纺织用品和一次性使用的物品分开存放。
- 要把这些物品和化学品存放在原装容器中。
- 如果不是在原装容器中，就在现有的容器外面清晰地标明其名称。不要在盖子上作标识，因为盖子是可更换的。

### 干燥储藏

- 保持储藏区域的凉爽、干燥和通风状况良好。
- 食物要离开墙储存，离地面至少6英寸。
- 避免阳光直射。
- 储藏容器要经久耐用，不能被水或害虫损坏。
- 温度应设置在50°F – 70°F (10°C – 21°C)。
- 湿度保持在60%– 70%。
- 保持该区域清洁干净。

### 冷冻储藏

- 除非食物有特殊要求，冷冻箱的温度一般应保持在0°F (-18°C)或更低。
- 在冷冻箱靠前的位置放一个冷冻专用的温度计。
- 不要让冷冻箱装得太多。
- 每天检查冷冻的温度。
- 收到的冷冻食物经检查后，要立即放入冷冻箱。

- 
- 不要把热的食物放进冷冻箱。
  - 合理放置，保证空气流动良好。
  - 如需要，定期给冷冻箱除霜。
  - 尽量减少开门的次数和时间。

#### 冷藏储存

- 温度应保持在39°F (4°C)或更低。有潜在危险的食物必须保存在41°F (5°C)或更低的温度中，以防止细菌滋生。
- 在冷藏箱内靠门的最上层架子上放一个冷藏专用温度计。
- 把生的食物放在熟食或准备好可以食用的食物的下方。
- 每天检查冷藏温度。
- 合理放置食物，保证空气流动良好。
- 不要用铝箔纸或其它材料铺盖架子，因为有可能阻碍空气的循环。
- 尽量减少开门的次数和时间。
- 不可将过多的热食放进冷藏箱来冷却。
- 各种食物分隔、盖好以防止交叉污染。

#### 热保温厨柜

- 温度应设置在135°F (57°C)或更高。有潜在危险的食物必须保存在135°F (57°C)或更高的温度中，以防止细菌滋生。
- 在橱柜靠前最上层的位置放一个温度计。

#### 先进先出(FIFO)

过期的食物品质会下降，随着时间的推移会变得不安全。要防止这种情况的发生，需要制定一套对所储藏的食物进行书面记录的流程。先进先出（FIFO）就是其中的一种方法。先进先出原则保证了食物在储藏过程中的合理流转。收到食物时，将原来存放时间较长的老食物放在前面把最新来到的放在后面。如果食物已经过期，最好扔掉它。

#### 标注日期

冷藏的、准备好可以食用的、有潜在危险的食物包括：熟肉、海鲜沙拉、烹制过的已冷的剩菜。在餐馆里，如果准备了这些食物，并且存放时间超过了24小时，它们必须要有加工日期的标注，并且必须在7天内用掉。对于由食品加工厂加工和包装的食品，打开原包装后，如果它们可能会放置超过24小时，也必须标注开封日期并且必须在7天之内用完。如果会在24小时内用完，就不需要标注。日期必须标明食物该什么时候用完，什么时候售完，什么时候该扔掉。

储藏中如果储藏不当，细菌可能会从某一食物转移到另一食物。应该用盖子或食品级的薄膜来正确地覆盖，比如铝箔或塑料膜。唯一不需要覆盖的时段是冷却的时候。但冷却一结束，必须马上正确地覆盖。

生的食物一定要储存在熟食和准备好可以食用的食物的下方。生的、未处理的食物也要和准备好可以食用的、有潜在危险的食物分开。动物性食物，如牛肉、鱼、禽肉要相互彻底隔离储存。

## 储藏容器

包装不正确或包装受损的食物会受到污染。从原包装里取出的食物要储存在经核准认可的储存容器里。经核准认可的储存容器是指食品级的、完好干净的容器。所有食物容器的外面都要清晰地标识所放食物的通用名，除非该食物的名称是不可能认错的。例如，存放面粉的容器必须要标识，因为有可能被无意中看成是消毒剂。而大米就不需要标识，因为它是不可能被认错的。

## 特殊食物的储藏指导

食物	储藏温度	其它要求
肉	41°F (5°C)	包裹紧实，放在深的容器内。
禽肉	41°F (5°C)	带冰包装的禽肉要放在能自排积水的容器内。经常更换冰块，定期消毒。
鱼	41°F (5°C)	包裹紧实，置于原包装内。发运前，生食的或部分加工过的鱼必须用冷冻处理器在-4°F (-20°C)或更低的温度冷冻7天，或者在气流冷冻室-31°F (-35°C)或是更低的温度中冷冻15小时。
贝类	鲜活保存在45°F (7°C)	鲜货保存在原装容器内。蛤、牡蛎、贻贝和扇贝可以保存在有标记的陈列箱中，如陈列箱无标记，则应得到当地健康部门认可。带壳贝类的标签，从最后一只被用掉后，还要保留90天。
带壳的蛋	41°F (5°C)	从包装日期开始，在4—5周内用完。
奶制品	41°F (5°C)	如果超过食用日期或产品有效期，就该扔掉。
冰淇淋和冷冻的酸奶	6°F-10°F (-14°C-12°C)	如果超过食用日期或产品有效期，就该扔掉。
新鲜产品	温度不确定	如果是用有冰的包装送来的，就按那样的方法来储存。
充气包装和真空包装的食物	41°F (5°C)	如果超过食用日期或产品有效期，就该扔掉。

食物	储藏温度	其它要求
超高温处理过的、无菌包装的产品	50°F-70°F (10°C-21°C)	超高温处理过的食物一旦打开，就要储存在41°F (5°C)或更低的温度中。阅读标签说明确定是否需要冰箱冷藏。
超高温处理过但不是无菌包装的食物	41°F (5°C)	存放在生的食物上方。阅读标签说明确定是否需要冰箱冷藏。
罐装/干缩食物	50°F-70°F (10°C-21°C)	如果从原包装里取出，应储存在干净、密封并且有标签的容器内。

**Prepared by:**

Angela M. Fraser, Ph.D., Associate Professor/Food Safety Specialist  
 Department of Family and Consumer Sciences  
 NC State University, Raleigh, NC 27695-7605

The material in this fact sheet, unless otherwise identified, is based upon work supported by the Extension Service, U.S. Department of Agriculture, under special project number 2005-51110-01715, the National Integrated Food Safety Initiative of the Integrated Research, Education, and Extension Competitive Grants Program. For more information, contact Dr. Angela Fraser at 919-515-9150 or at [angela\\_fraser@ncsu.edu](mailto:angela_fraser@ncsu.edu).

Employment and program opportunities are offered to all people regardless of race, color, national origin, sex, age, or disability through North Carolina State University, North Carolina A & T State University, U.S. Department of Agriculture, and local governments cooperating.