

# Chakula salama kilichoandaliwa mahali safi (katika jiko safi)

Vyakula vingine huhitaji kuhifadhiwa katika jokofu (friji) ili visiharibike na viwe salama kwa kula.

## Friza

**Mikate** (inaweza kukaa kwa miezi mitatu ndani ya friza)

**Nyama mbichi** (inaweza kukaa kwa miezi miwili au mitatu ndani ya friza).  
Ondoa nyama iliyoganda kwenye friza na kuihifadhi ndani ya friji ili iyeyuke siku moja kabla ya kuipika.



**Paketi za barafu au chupa za maji** ya kunywa zinaweza kuwekwa ndani ya makasha ya chakula /boksi la chakula ili ubaridi wake usaidie kuhifadhi chakula.

## Friji

**Maziwa ya mgando**

**Vyakula vya kopo au vilivyo** ndani ya chupa lazima viwekwe kwenye friji mara baada ya kufunguliwa.

**Maziwa** (siku tano mpaka saba)



*Muda ambao ni salama kuhifadhi vyakula hivi umeonyeshwa katika parandesi.*

**Siagi**

**Vyakula vilivyopikwa** (siku mbili au tatu). Funika na kuhifadhi ndani ya jokofu (friji).

**Nyama** (siku tatu au nne). Hifadhi/weka chini kabisa ndani ya jokofu (friji).

**Mayai** (wiki tatu mpaka nne) Vyakula vyenye asili ya maziwa au mayai (yaani vilivyopikwa kutumia maziwa au mayai) lazima vihifadhiwe/viwekwe kwenye sehemu ya baridi.

**Matunda na mboga** (siku tatu mpaka nne). Hifadhi kwenye sehemu iliyofunika ndani ya friji ambayo imewekwa maalum kwa ajili ya mboga na matunda (inaitwa krispa).

