

ጉዳት የማያስከትሉ ምግቦች፤ ጉዳት የማያደርሱ ማዕድቤቶች

አንዳንድ ምግቦች እንዳይበላሹና አደገኛ እንዳይሆኑ በማቀዝቀዣ ወይም ፍሪዘር መቀመጥ አለባቸው።

ፍሪዘር

ዳቦ (3 ወራት)

ጥሬ ሥጋ (2-4 ወራት)

ሥጋው በረዶ ከተጋገረበት፤ ሊቀቀል አንድ ቀን ሲቀረው ከፍሪዘር አውጥቶ በፍሪጅ ማስቀመጥ፤



በሰንዳቅ የተያዘ ግግር በረዶ ወይም በፕላስቲክ የተሞላ ቀዝቃዛ ውሀ በምሳሌ መያዣ ውስጥ ተጨምሮ ምግቡን ያቀዝቅዝ፤

ፍሪጅ

አይብ፤ እርጎ

የታሸጉ ምግቦች ከተከፈቱ በኋላ በፍሪጅ መቀመጥ አለባቸው፤

ወተት (5-7 ቀናት)



(የምግብ ዓይነቶች ሳይበላሹ የሚቆዩበት የጊዜ ግምት በጥንቅቅ ይታያል፤)



ማርጅሪን፤

የበሰለ ምግብ (2-3 ቀናት) መሸፈንና በፍሪጅ ማስቀመጥ

ሥጋ፤ (3-4 ቀናት) በዝቅተኛው መደርደሪያ ይቀመጥ

እርጎ (3-4 ሳምንታት) ከወተት ወይም ዕንቁላል የተሠሩ ምግቦች በማቀዝቀዣ ውስጥ መቀመጥ አለባቸው፤

ፍሬና ቅጠላቅጠል (3-4 ቀናት) በፍሪጅ ክሪስፐር ይቀመጥ