

Southern California Preparedness Foundation

Seguridad de Comida Refrigerada- Descartar o Salvar

La comida en su **refrigerador** debe mantenerse a salvo durante una emergencia que resulte en falla de energía eléctrica *provisto* que la electricidad no haya fallado por más de 4 horas. Mantenga la puerta cerrada lo más posible. Deseche comida perecedera (carne, gallina, pescado, huevos, productos de huevos y sobras de comida) que haya estado arriba de 40° por más de 2 horas. Mantenga un termómetro electrodoméstico en su refrigerador. Nunca pruebe la comida para determinar si esta buena porque no puede confiar en la apariencia ni en el olor para determinar si está segura para comer. Siempre tire artículos del refrigerador que haya tenido contacto con jugos de carne cruda. Tendrá que evaluar cada artículo separadamente. Use esta tabla como guía. Esta guía no es absoluta ni completa.

Categoría de Comida	Comida Especifica	Se mantuvo arriba de 40° por más de 2 horas
Carne, Pollo, mariscos	Comida cruda o previamente cocinada, pollo, mariscos; substituciones de carne de soya. Carne que se ha puesto a deshelar. Ensaladas: carne, atún, pollo, o huevo. Salsa de puré de patatas, relleno, caldo. Carnes de almuerzo, perros calientes, tocino, salchicha, carne seca. Pizza- con cualquier ingrediente. Jamones de lata que digan "Mantener refrigerado." Latas de carne y pescado abiertas. Cazuelas, sopas, y guisos.	DESCARTAR
Queso	<i>Quesos suaves:</i> Queso azul, Roquefort, Brie, Camembert, requesón, queso crema, Edam, Monterey Jack, Ricota, Mozzarella, Muenster, Neufchatel, queso blanco, queso fresco. Queso rallado o queso bajo en grasa.	DESCARTAR
	<i>Quesos duros:</i> Cheddar, Colby, Suecio, Parmesano, Provolon, Romano. Quesos procesados, parmesano rallado, o una combinación en lata o en frasco.	SALVAR
Lechería	Leche, crema, crema agria, suero de leche, leche evaporada, yogur, ponche de huevo, leche de soya. Formula de bebe abierta.	DESCARTAR
	Mantequilla y margarina.	SALVAR
Huevos	Huevos frescos, huevos duros en cascara, platillos de huevo, productos de huevos, lactosa, pudin, quiche.	DESCARTAR
Frutas	Fruta fresca partida.	DESCARTAR
	Jugos de fruta abiertos, latas de fruta abierta, frutas frescas, coco, pasas, fruta seca, fruta en miel, dátiles.	SALVAR
Salsa, Comida untada, Mermeladas	Mayonesa abierta, salsa tártara, rábano picante.	DESCARTAR si sobre 50° por más de 8 horas
	Salsa de pescado, salsa de ostias, aderezó basado en crema, salsa de espagueti abierta	DESCARTAR
	Cacahuete de maní, gelatina, condimento de comida, salsa de taco, mostaza, salsa de tomate, olivos, pepinillos; Worcestershire, soya.	SALVAR
Pan, Pasteles, Galletas, Pasta, Granos	Bizcocho de refrigeración, rollitos, y masa para galletas; pasta cocida, arroz y patatas; ensalada de patatas con mayonesa o vinagreta; pasta fresca; tarta de queso.	DESCARTAR
	Pan, rollitos, pasteles, magdalenas, tortillas; comida de desayuno- waffles, panqueques, rosquillas.	SALVAR
Tarta, Pasteles	Pasteles rellenos de crema; tarta- lactosa, o gasa; quiche.	DESCARTAR
	Tarta de fruta	SALVAR
Vegetales	Verdes, pre-cortados, pre-lavados, empaquetados; vegetales cocinados, tofu, jugo de vegetales abierto, patatas cocidas, ajo en aceite, ensalada de patatas, guisos, sopa	DESCARTAR
	Hongos frescos, hierbas, especias, vegetales crudos	SALVAR

Southern California Preparedness Foundation

Seguridad de Comida Congelada- Descartar o Salvar

Mantenga su **congelador** a 0°F o menos. Comida descongelada parcialmente o completamente puede ser re-congelada provisto que contenga cristales de hielo a 40°F o menos. Mantenga la puerta/tapa cerrada el tiempo más posible. La descongelada parcial y re-congelada puede afectar la calidad de algunas comidas, pero la comida todavía se podrá consumir. Mantenga un termómetro electrodoméstico en su congelador. Cuando la energía eléctrica este restaurada, verifique el termómetro. Si lee a 40° o menos, la comida está segura y se puede volver a congelar. Nunca pruebe la comida para determinar si esta buena porque no puede confiar en la apariencia ni en el olor para determinar si está segura para comer. Siempre tire artículos del refrigerador que haya tenido contacto con jugos de carne cruda. Tendrá que evaluar cada artículo separadamente. Use esta tabla como guía aunque esta guía no es absoluta ni completa.

Categoría de comida	Comida Especifica	Contiene cristales de hielo y se siente helada como si estuviera refrigerada	Descongelada y mantenida arriba de 40° por más de 2 horas.
Carne Aves de Corral Mariscos	Res, ternera, cordero, puerco, y carne molida.; aves de corral y aves molidas; variedad de carnes (hígado, riñón, corazón, menudos); guisos, caldos, y sopas.	Vuelva A Congelar	DESCARTAR
	Pescado, mariscos, o productos empanizados de mar	Vuelva A Congelar. Aunque perderá alguna de la textura y el sabor.	DESCARTAR
Lechería	Huevos (afuera de la cascara) y productos de huevo, queso rallado, tarta de queso. Guisos que contienen leche o lechería, crema, huevos, quesos suaves, quesos duros	Vuelva A Congelar	DESCARTAR
	Leche; queso suave	Vuelva A Congelar. Aunque perderá sabor	DESCARTAR
	Nieve, yogur congelado	DESCARTAR	DESCARTAR
Frutas	Quesos duros	Vuelva A Congelar.	Vuelva A Congelar.
	Jugos	Vuelva A Congelar.	Vuelva A Congelar. Descártelo si siente un olor o nota viscosidad.
	De casa o empaçadas comercialmente	Vuelva A Congelar. Vuelva a congelar aunque perderá alguna de la textura y el sabor.	Vuelva A Congelar. Descártelo si siente un olor o nota viscosidad
Vegetales	Jugos	Vuelva A Congelar.	DESCÁRTELO si se mantiene por encima de 40°F durante 6 horas o más.
	De casa o empaçadas comercialmente	Vuelva A Congelar. Aunque perderá alguna de la textura y el sabor.	DESCÁRTELO si se mantiene por encima de 40°F durante 6 horas o más
Pan, Pasteles	Pan, rollitos, pasteles, magdalenas (sin lactosa)	Vuelva A Congelar.	Vuelva A Congelar.
	Pasteles, tartas, pasteles con lactosa o rellenas de queso	Vuelva A Congelar.	DESCARTAR
	Borde de tarta, masa de pan comercial o hecha en casa	Vuelva A Congelar. Aunque perderá alguna de la textura y sabor.	Vuelva A Congelar. La pérdida de calidad es considerable
Otra comida	Guisos- pasta, basada en arroz; comida congelada, artículos de especialidad (pizza, salchichas, galletas, tarta de carne, comida de conveniencia)	Vuelva A Congelar.	DESCARTAR
	Harina, harina de maíz, nueces, artículos de desayuno- waffles, panqueques, y bagels	Vuelva A Congelar.	Vuelva A Congelar.