



Mme BienCuit présente ses
**P'tits trucs
 d'hygiène
 alimentaire**



Ne prenez pas de risques! Respectez la date de consommation recommandée!

Tableau pour l'entreposage au réfrigérateur et au congélateur

	Réfrigérateur 4° C (40° F)	Congélateur -18° C (0° F)
Viande fraîche		
Bœuf – steaks, rôtis	2-4 jours	10-12 mois
Porc – rôtis, côtelettes	2-4 jours	8-12 mois
Agneau – rôtis, côtelettes	2-4 jours	8-12 mois
Rôtis de veau	3-4 jours	8-12 mois
Viande hachée	1-2 jours	2-3 mois
Volaille fraîche		
Poulet entier ou dinde entière	2-3 jours	1 an
Morceaux de poulet ou de dinde	2-3 jours	6 mois
Poisson frais		
Poisson maigre (morue, plie, etc.)	3-4 jours	6 mois
Poisson gras (saumon, etc.)	3-4 jours	2 mois
Mollusques et crustacés (palourdes, crabe, homard)	12-24 heures	2-4 mois
Pétoncles, crevettes, mollusques et crustacés cuits	1-2 jours	2-4 mois
Jambon		
Jambon en conserve	6-9 mois	Ne pas congeler
Jambon, entièrement cuit (en moitiés ou en tranches)	3-4 jours	2-3 mois
Bacon et saucisses		
Bacon	1 semaine	1 mois
Saucisse crue (porc, bœuf ou dinde)	1-2 jours	1-2 mois
Saucisses de petit déjeuner et galettes de saucisses précuites, fumées	1 semaine	1-2 mois
Restes		
Viande, plats à la viande, plats aux œufs, ragoûts ou légumes cuits	3-4 jours	2-3 mois
Sauce au jus de viande et bouillon de viande	1-2 jours	2-3 mois
Volaille et poisson cuits	3-4 jours	4-6 mois
Soupes	2-3 jours	4 mois

Réfrigérateur
4° C (40° F)

Congélateur
-18° C (0° F)

Hot-dogs et viandes préparées

Hotdogs	2 semaines	1-2 mois
paquet ouvert	1 semaine	
Viandes préparées	2 semaines	1-2 mois
paquet ouvert	3-5 jours	1-2 mois

Aliments fins

Entrées, froides ou chaudes	3-4 jours	2-3 mois
Salades achetées ou préparées à la maison	3-5 jours	Ne pas congeler

Plateaux télé / Plats congelés

Gardez au congélateur jusqu'au moment de servir		3-4 mois
---	--	----------

Œufs

Frais – dans la coquille	3-4 semaines	Ne pas congeler
hors de la coquille	2-4 jours	4 mois
Durs	1 semaine	Ne se congèlent pas bien
Substituts d'œufs	10 jours	1 an
paquet ouvert	3 jours	Ne pas congeler

Produits laitiers

Lait	Vérifier la date de consommation recommandée	6 semaines
contenant ouvert	3 jours	
Fromage cottage	Vérifier la date de consommation recommandée	Ne se congèlent pas bien
contenant ouvert	3 jours	
Yogourt	Vérifier la date de consommation recommandée	1-2 mois
contenant ouvert	3 jours	
Fromage		
à pâte molle	1 semaine	Ne se congèlent pas bien
à pâte semi-molle	2-3 semaines	8 semaines
à pâte ferme	5 semaines	3 mois
à pâte dure	10 mois	jusqu'à un an
fondus	plusieurs mois	3 mois
contenant ouvert	3-4 semaines	Ne pas congeler
Beurre	8 semaines	1 an (salé)
		3 mois (non salé)
paquet ouvert	3 semaines	Ne pas congeler

Mayonnaise commerciale

(réfrigérer après ouverture)	2 mois	Ne pas congeler
------------------------------	--------	-----------------

Légumes

Haricots verts ou haricots jaunes	5 jours	8 mois
Carottes	2 semaines	10-12 mois
Céleri	2 semaines	10-12 mois
Laitue à feuilles	3-7 jours	Ne pas congeler
Laitue iceberg	1-2 semaines	Ne pas congeler
Épinards	2-4 jours	10-12 mois
Courge d'été	1 semaine	10-12 mois
Courge d'hiver	2 semaines	10-12 mois
Tomates	Il n'est pas recommandé de réfrigérer les tomates	2 mois