



ỦY BAN Y TẾ CÔNG CỘNG BOSTON

AN TOÀN THỰC PHẨM

CHÚC BAN & GIA ĐÌNH MỘT MÙA NGHỈ
LỄ VUI VẺ VÀ KHỎE MẠNH!

ĐỂ RIÊNG

Khi mua sắm, hãy lấy thịt, thịt gia cầm, và hải sản cuối cùng và để chúng tách riêng khỏi các thực phẩm khác trong xe đẩy và túi đựng.

KHÔNG ĐỂ LÂY NHIỄM CHÉO

Vứt bỏ nước chấm và nước sốt đã dính thịt sống. Để thịt đã nấu chín ra đĩa sạch.



NẤU

Sử dụng nhiệt kế thực phẩm để đảm bảo thịt được nấu đủ nóng để tiêu diệt hết vi trùng có hại.

Nấu đến nhiệt độ an toàn bên trong như sau:

THỊT BÒ / THỊT HEO / THỊT CỪU / THỊT BÊ	145°F
CÁ	145°F
THỊT XAY	160°F
GIA CẦM (GÀ/GÀ TÂY)	165°F

LÀM LẠNH

Bảo quản thịt, thịt gia cầm, và hải sản trong tủ lạnh cho đến khi mang ra nướng. Khi vận chuyển, hãy bỏ vào thùng làm mát cách nhiệt và giữ ở nhiệt độ từ 40°F trở xuống.

BẢO QUẢN LẠNH

Chia thức ăn còn lại thành các phần nhỏ và cho vào hộp đựng nông, có nắp đậy. Đặt vào tủ đông hoặc tủ lạnh trong vòng hai giờ sau khi nấu (một giờ nếu nhiệt độ bên ngoài trên 90°F).



VỆ SINH

Rửa tay bằng xà phòng trước và sau sơ chế thịt, thịt gia cầm và hải sản sống. Rửa sạch bề mặt sơ chế, đồ dùng nhà bếp, và vỉ nướng trước và sau khi nấu.