

● 工具

可以列印的表

每一行是保存指南裡的一種狀態。時間就是那些儲存格。冷凍欄的月份說的是品質。

這是一個窗口，不是保證。發酸、發黏或長霉，第一天也該停。不是醫療建議。應用也不判斷食物是否仍然安全。 聲明

1. 打開圖表。
2. 列印，或下載 PDF。
3. 時間是保存指南裡的儲存格。
4. 冷凍的月份說的是品質。

食物	狀態	冰箱	冷凍	常溫
麵包 — 商店麵包，未開封	通常不放這裡	3個月 USDA FoodKeeper為3至5個月 Tarım ve Orman	14至18天 USDA FoodKeeper	
麵包 — 開封後放冰箱	2至3週 USDA FoodKeeper	3個月 USDA FoodKeeper為3至5個月 Tarım ve Orman	通常不放這裡	
起司 — 硬質起司，未開封	6個月 USDA FSIS	6個月 USDA FSIS	放冰箱	
起司 — 硬質起司，開封後	3至4週 USDA FSIS	6個月 USDA FSIS	放冰箱	
起司 — 軟質起司	1週 USDA FoodKeeper為1至2週 USDA FSIS	不適合冷凍	放冰箱	
起司 — 碎起司	1個月 USDA FoodKeeper	3至4個月 USDA FoodKeeper	放冰箱	
起司 — 茅屋起司和瑞可達	1週 USDA FSIS	不適合冷凍	放冰箱	
雞肉 — 整隻生雞	1至2天 Tarım ve Orman (Bayburt)為3天	9至12個月 USDA FSIS為12個月	不安全	

食物	狀態	冰箱	冷凍	常溫
	USDA FSIS	Tarım ve Orman		
雞肉 — 生雞塊	1至2天 Tarım ve Orman (Bayburt)為3天 USDA FSIS	9個月 Tarım ve Orman為9至12個月 USDA FSIS	不安全	
雞肉 — 生雞肉末	1至2天 USDA FSIS	3至4個月 USDA FSIS	不安全	
雞肉 — 熟雞肉	2天 USDA FSIS為3至4天 UK FSA	4個月 USDA FSIS	不安全	
雞肉 — 烤雞或炸雞	2天 USDA FoodKeeper為3至4天 UK FSA	4個月 USDA FoodKeeper	不安全	
米飯 — 熟米飯	1天 USDA FoodKeeper為3至4天 USDA FoodKeeper為4至6天 UK FSA	1至2個月 Tarım ve Orman為2至4個月 USDA FoodKeeper為6個月 USDA FoodKeeper	不安全	
米飯 — 乾白米，未開封	通常不放這裡	通常不放這裡	2年 USDA FoodKeeper	
米飯 — 乾白米，開封後	6個月 USDA FoodKeeper	通常不放這裡	1年 USDA FoodKeeper	
米飯 — 乾糙米	6個月 USDA FoodKeeper	通常不放這裡	1年 USDA FoodKeeper	
雞蛋 — 帶殼生雞蛋	3至5週 USDA FSIS	不要帶殼冷凍	放冰箱	
雞蛋 — 生蛋白	2至4天 USDA FSIS	12個月 USDA FSIS	放冰箱	
雞蛋 — 生蛋黃	2至4天 USDA FSIS	蛋黃單獨冷凍效果差	放冰箱	
雞蛋 — 水煮蛋	1週 USDA FSIS	水煮蛋不適合冷凍	放冰箱	
雞蛋 — 蛋類熟食	2天 USDA FSIS為3至4天 UK FSA	2至3個月 USDA FSIS	不安全	
魚 — 肥魚，生	1至2天	2至3個月	不安全	

食物	狀態	冰箱	冷凍	常溫
	FoodSafety.gov為1至3天 USDA FSIS	Tarım ve Orman為2至4個月 FoodSafety.gov		
魚 — 瘦魚，生	1至2天 FoodSafety.gov為1至3天 USDA FSIS	4至8個月 FoodSafety.gov為6至8個月 FoodSafety.gov	不安全	
魚 — 熟魚	2天 USDA FSIS為3至4天 UK FSA	3個月 Tarım ve Orman為2至4個月 USDA FSIS	不安全	
牛肉末 — 生牛肉末	1天 USDA FSIS為1至2天 Tarım ve Orman (Bayburt)	3至4個月 USDA FSIS	不安全	
牛肉末 — 熟牛肉末	2天 USDA FSIS為3至4天 UK FSA	2至3個月 USDA FSIS	不安全	
牛奶 — 巴氏奶，未開封	1週 USDA FSIS	1個月 USDA FSIS為3個月 Tarım ve Orman	不安全	
牛奶 — 開封之後	1週 USDA FSIS	1個月 USDA FSIS為3個月 Tarım ve Orman	不安全	
牛奶 — 常溫奶，未開封	通常不放這裡	不要冷凍	依包裝上的日期	
馬鈴薯 — 生的，整顆	1至2週 USDA FoodKeeper	煮熟或搗碎後再凍，不要生凍	1至2個月 USDA FoodKeeper	
馬鈴薯 — 水煮或烤	2天 USDA FoodKeeper為3至4天 UK FSA	1至2個月 USDA FoodKeeper	不安全	
馬鈴薯 — 馬鈴薯泥	2天 USDA FoodKeeper為3至4天 UK FSA	10至12個月 USDA FoodKeeper	不安全	
優格 — 優格	1至2週 USDA FSIS	1至2個月 USDA FSIS	不安全	

冷凍欄裡的月份說的是品質。USDA 寫明，持續保持在 -18°C (0°F) 的食物在安全上沒有到期日；部會也說明冷凍不會殺死細菌。

各表並不一致。大字是已公布範圍裡更短的那一端。

大家會問的

▶ 可以列印嗎？

▶ 數字從哪來？

▶ 為什麼有的格子是句子？

▶ PDF 是另一張表嗎？