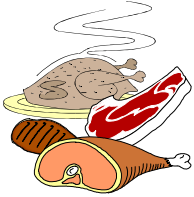


Temperaturas seguras para los alimentos

Los alimentos necesitan el control de temperatura para prevenir la intoxicación alimenticia. Estas son algunas maneras de mantener los alimentos seguros:



Cocinar carne

- Pollo y pavo deben cocinarse a 165° F.
- Carne de puerco a 145° F.
- Carne de res a 140° F, excepto el rosbif y bistec poco hecho que pueden cocinarse a 130° F.
- Carne de res molida a 155° F.

Temperaturas para mantener los alimentos fríos y calientes

- Los alimentos fríos deben mantenerse a 41° F o menos.
- Los alimentos calientes deben mantenerse a 135° F o más.
- Cuando los alimentos se han mantenido entre 41° F y 135° F por más de 4 horas, deben tirarse a la basura.

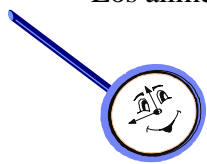


Enfriar alimentos calientes

- Los alimentos calientes deben enfriarse rápidamente de 135° F a 70° F o menos dentro de 2 horas, y de 70° F a 41° F o menos dentro de 4 horas.
- Los alimentos deben tener una profundidad de 3 pulgadas o menos en los recipientes.
- No tape los alimentos al enfriarlos.
- No apile los recipientes de alimentos.
- Permita espacio alrededor de los recipientes en el refrigerador.
- Para enfriar los alimentos rápidamente, ponga los recipientes en agua con hielo y revuelva los alimentos con frecuencia.

Recalentar alimentos

- Recaliente los alimentos rápidamente a 165° F o más, **ANTES** de servirlos o de ponerlos a vapor.
- No debe usar vapor para recalentar los alimentos.
- Los alimentos deben recalentarse a 165° F o más en 2 horas o menos.



Termómetros

- Refrigeradores y congeladores deben tener un termómetro en el frente superior de la unidad.
- Un termómetro metálico de tallo debe usarse para saber la temperatura de la comida mientras se cocina, mantiene a cierta temperatura, enfría, y refrigera. El termómetro debe medir de 0° F a 220° F.



Aurora: 15400 E. 14th Place, Suite 309, Aurora, CO (303) 341-9370
Castle Rock: 4400 Castleton Court, Castle Rock, CO (303) 663-7650
Commerce City: 4201 E. 72nd Ave., Commerce City, CO (303) 288-6816
Greenwood Village: 6162 S. Willow Drive, Suite 100, Greenwood Village, CO (303) 220-9200
Website: www.tchd.org