

가정내 올바른 식품보관방법

식품을 보관할 때는 부패·변질이 되지 않도록 식품표시사항에 기재되어 있는 보관 기준을 확인하고 보관 방법 및 저장 방법에 맞게 보관하여야 합니다.

계절별 냉장고 온도 범위 및 식품 보관 시 주의사항

냉장고의 내부 온도는 주위 영향을 받으므로 **계절별로 냉장고의 설정온도**를 조정해 주어야 합니다.



	보관법	냉장	냉동
계절	봄·가을	3~4℃	-19℃
	여름	5℃	-20℃
	겨울	1~2℃	-18℃

* 냉장실과 냉동실의 내부와 외부의 온도 차이를 가능한 적게하여야 냉각기능을 원활하게 활용할 수 있습니다.

- 같은 종류의 식품이라도 제조회사마다 **개봉 전, 후의 보관 방법이 다를 수 있으므로 표시사항을 꼭 확인**합니다.
- 식품의 냉장고 보관 외 실온 보관 시 1~35℃, 상온 보관 시 15~25℃의 온도에서 보관합니다.

냉장고 속 안전한 식재료 보관방법

- 식재료 사이의 교차오염으로 인한 식중독 위험을 줄이기 위해 **분리 보관**하여야 합니다.
- **알레르기 유발 성분**이 있는 식품도 다른 식재료와 **분리 보관**합니다.



그 외 식품별 보관방법



우유

1. 우유는 1~5℃에 냉장보관하기
2. 구입 또는 배달 받은 후 상온에서 방치하지 않기
3. 개봉한 우유는 가급적 빨리 섭취하기



치즈

1. 직사광선을 피하고 통풍이 잘되는 곳에서 보관
2. 3~5℃에서 냉장보관하기



쌀

1. 습도 60%이하, 10~15℃ 이하에서 보관하기
2. 온도변화가 적은 곳에서 겉질째 보관하기
3. 가급적 공기와의 접촉 줄이기



감자

1. 싹을 틔우지 못하게 사과와 함께 보관하기
2. 통풍이 잘 되는 그늘에 신문지와 함께 보관하기
3. 서로 닿지않게 자루나 냉동실에 보관하기

출처: 식품의약품안전처

이 자료의 내용은 인천광역시 관내 어린이급식관리지원센터(미추홀구, 서구, 부평구, 남동구, 동구, 계양구, 중구, 연수구, 서구검단, 강화군)에서 공동 제작하였습니다.



계양구
어린이·사회복지급식관리지원센터

