

Guía para el manejo seguro de LOS ALIMENTOS

Temperaturas Seguras

Cocine a temperaturas internas seguras. Temperatura interna recomendada:

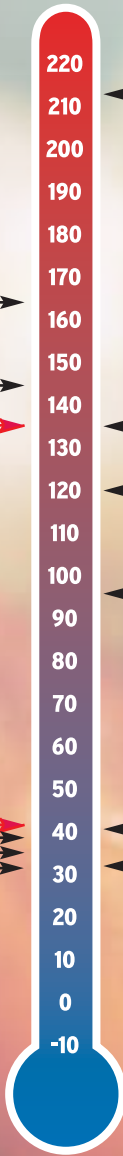
Aves: 165°F
Carne de res molida: 155°F cuando menos
Cerdo: 145°F cuando menos
Huevos: 145°F cuando menos
Cocción en microondas: 165°F

Por 15 segundos

Zona de peligro =
Desde más de 41°F hasta menos de 135°F
Margen de temperatura ideal para la reproducción y crecimiento de bacterias.

41°F — Descongele alimentos a esta temperatura. Gradúe su refrigerador entre 35° — 41°F para garantizar una temperatura adecuada de los alimentos.

Conserve los alimentos congelados por debajo de los **32°F** para que la comida se mantenga en forma sólida.



212°F — Temperatura para calibrar el termómetro.

135°F — Temperatura mínima para mantener caliente la comida. Incluye alimentos "listo para comer" y "buffet".

135°F — Temperatura mínima para recalentar comidas comercialmente procesadas y pre cocinadas por 15 segundos.

120°F — Temperatura mínima del agua caliente en un establecimiento de alimentos.

98.6°F — Temperatura corporal.

41°F — Temperatura máxima para mantener la comida fría.

32°F — Temperatura para calibrar el termómetro.

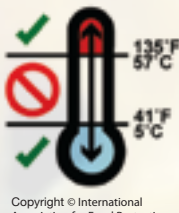
Use siempre un termómetro (+/- 2°F) exacto para verificar la temperatura de los alimentos.

SÍ



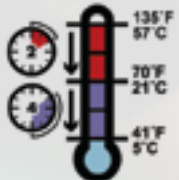
Lávese las manos

Antes de manejar los alimentos, después de ir al baño y siempre que cambie de actividad.



Temperatura adecuada de conservación

Mantenga los alimentos potencialmente peligrosos a 41°F o menos, o a 135°F o más.



Enfriamiento de alimentos

Enfríe los alimentos de 135°F a 70°F en un espacio de dos horas y después a 41°F en un periodo de cuatro horas más.



Limpie y desinfecte los utensilios y las superficies que entren en contacto con los alimentos

1. Lavar con agua caliente y jabón detergente.
2. Enjuagar.
3. Remojar en desinfectante aprobado.
4. Secar al aire.



Cocción

Cueza perfectamente los alimentos conforme a la temperatura interna adecuada (véase gráfica anterior).



Alimentos potencialmente peligrosos

Un alimento que requiere control de tiempo y temperatura para ser seguro.



Proveedores autorizados de alimentos

Acepte únicamente alimentos de proveedores autorizados, que se entreguen a temperaturas seguras.

NO



Limite el contacto directo con las manos

Limite el contacto directo con alimentos listos para comer; utilice guantes o utensilios limpios.



En caso de enfermedad o si sufre de diarrea o vomito

No trabaje con alimentos ni utensilios.



Evite la contaminación indirecta

SEPARA LOS ALIMENTOS Siempre conserve los alimentos crudos separados de los alimentos que están listos para comer.

Elimine las dudas a la hora de comprar equipo gastronómico visitando las cocinas de prueba de Southern California Gas Company y Southern California Edison Company. Aquí, usted podrá poner el equipo a prueba con sus propias recetas sin cargo alguno y sin obligación de compra. Aprenda de los expertos disponibles en cada una de las instalaciones, quienes también podrán ayudarle con la selección y las especificaciones del equipo.

teléfono: 626.812.7558
 teléfono: 562.803.7323

correo electrónico: andre.saldivar@sce.com
 correo electrónico: ercfoodsvc@semprautilities.com

fax: 626.812.7397
 fax: 562.803.7518

website: www.sce.com/CTAC
 website: www.socalgas.com/erc/

Para obtener más información sobre el Condado de Los Angeles Departamento de Salud, por favor, póngase en contacto con: 1-888-700-9995 www.lapublichealth.org/eh

Toda la información de la preparación de alimentos obtenidos de fuentes publicadas salud y seguridad, y no hay garantía de que la información iscomprehensive, libre de error, o de adaptarse a cualquier uso o propósito concreto. Southern California Edison se exime de cualquier responsabilityfor de datos, o cualquier uso del mismo. © 2010 Southern California Edison. Trademarks belong to their respective owners. All rights reserved. 0980240 1109 XM

