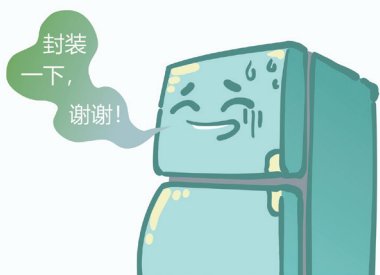


**9** **及时冷藏：**暴露在空气中越久，越容易受细菌感染。预估到有剩饭菜时，尽可能在出锅时单独分类盛放放凉。保鲜膜、保鲜盒及时封装，尽早放进冰箱冷藏，减少亚硝酸盐的产生。



**11** **生的熟的分开放：**冰箱里的生食和熟食要严格区分，防止交叉污染。保存隔夜汤时，最好是汤底不要放盐之类的调味料，并用玻璃或陶瓷器皿（如瓦锅）盛装冷藏于冰箱里。



**10** **彻底加热：**剩菜一定要彻底加热，通常加热到100度，持续3分钟以上，就算是彻底加热。



**12** 生活条件越来越好了，我们不能浪费粮食，但也要吃的健康哟。

