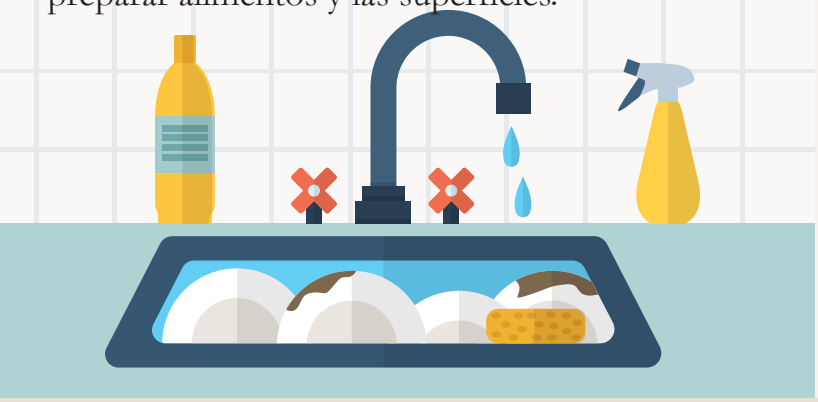
Reglas del juego para la seguridad de los alimentos

Mantenga la limpieza

Antes de comer o manipular alimentos, lávese las manos y limpie los utensilios de preparar alimentos y las superficies.



Cocine a una temperatura adecuada

Utilice un termómetro de alimentos para verificar que estos se cocinen a una temperatura adecuada:

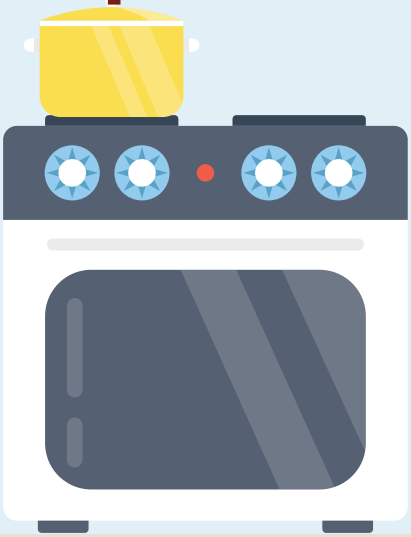
165 °F para el pollo y

160 °F para la carne molida.

Mire el reloj

Deseche los alimentos perecederos que han estado a temperatura ambiente por más de dos horas; una hora si hay **90 °F** o más.

Sirva a una temperatura adecuada



Mantenga los alimentos calientes a **140 °F** o más y los alimentos fríos a **40 °F** o menos.

www.cdc.gov/foodsafety

CS272887-H