

烹調溫度

烹調食物時，如果溫度不對，可能會導致食物中毒

食物內部最低安全烹調溫度

165°F

- 雞禽類



155°F

- 碎牛肉和豬肉



145°F

- 帶殼蛋
- 魚和貝類（海鮮）
- 大塊牛肉
- 大塊豬肉
- 大塊羊肉



135°F

- 蔬菜 and 熟食



食物煮熟後，應置於 135°F 以上。

危險區

41°F - 135°F

食物不得在室溫下儲藏！

