



Department of Health

Bureau of Environmental Health
& Radiation Program
Food Safety Program

食品安全与停电： 何时保留以及何时丢弃

冷藏食品

肉类、家禽、海鲜	40°F 以上 > 2 小时
生的或剩余的熟肉、家禽、鱼或海鲜； 豆制肉类替代品	丢弃
解冻的肉类或家禽	丢弃
沙拉：肉类、金枪鱼、虾、鸡肉或鸡蛋沙拉	丢弃
肉汁、馅料、肉汤	丢弃
午餐肉、热狗、培根、香肠、牛肉干	丢弃
比萨 - 带有任何馅料	丢弃
标有“冷藏”字样的罐装火腿	丢弃
已开封的肉类和鱼类罐头	丢弃
砂锅菜、汤类、炖菜	丢弃
奶酪	40°F 以上 > 2 小时
软奶酪：青纹奶酪、罗克福干酪、布里奶酪、 卡蒙贝尔奶酪、茅屋奶酪、奶油、埃德 姆干酪、蒙特里杰克干酪、欧芝达奶酪、莫 札瑞拉奶酪、芒斯特乳酪、纽夏特奶酪、墨 西哥奶酪	丢弃
硬奶酪：切达干酪、科尔比干酪、瑞士干 酪、帕尔马干酪、普罗沃干酪、罗曼诺 干酪	安全
加工过的奶酪	安全
切碎的奶酪	丢弃
低脂奶酪	丢弃
搓碎的帕尔马干酪、罗马诺干酪，或二者组 合（罐装或瓶装）	安全
乳制品	40°F 以上 > 2 小时
牛奶、奶油、酸奶油、酪乳、淡奶、酸奶、 蛋酒、豆浆	丢弃
黄油、人造黄油	Safe
已开封的婴儿配方奶粉	丢弃
鸡蛋	40°F 以上 > 2 小时
新鲜鸡蛋、带壳水煮蛋、鸡蛋菜、蛋制品	丢弃
蛋奶沙司和布丁、乳蛋饼	丢弃
水果	40°F 以上 > 2 小时
切好的新鲜水果	丢弃
已开封的果汁	安全
已开封的水果罐头	安全
新鲜水果、椰子、葡萄干、干果、蜜饯、 红枣	安全

蔬菜	40°F 以上 > 2 小时
新鲜蘑菇、香草、香料	安全
预切、预洗和包装好的绿叶蔬菜	丢弃
生蔬菜	安全
熟蔬菜；豆腐	丢弃
已开封的蔬菜汁	丢弃
烤土豆	丢弃
购买的油浸蒜	丢弃
土豆沙拉	丢弃
砂锅菜、汤类、炖菜	丢弃
沙司、抹酱、果酱	40°F 以上 > 2 小时
已开封的蛋黄酱、鞑靼沙司、辣根	如果温度 50°F 以上 > 8 小时， 丢弃。
花生酱	安全
果冻、调味料、塔可酱、芥末、番茄酱、 橄榄、泡菜	安全
伍斯特郡酱、大豆、烧烤、海鲜酱	安全
鱼露、耗油	丢弃
已开封的醋基调味料	安全
已开封的乳状调味料	丢弃
已开罐的意大利面酱	丢弃
面包、蛋糕、饼干、意大利面	40°F 以上 > 2 小时
面包、面包卷、蛋糕、松饼、速食面包、 玉米饼	安全
冰箱饼干、面包卷、饼干面团	丢弃
熟的意大利面、米饭、土豆	丢弃
加蛋黄酱或醋汁的意大利面沙拉	丢弃
新鲜的意大利面	丢弃
芝士蛋糕	丢弃
早餐食品 - 华夫饼、煎饼、百吉饼	安全
馅饼、糕点	40°F 以上 > 2 小时
奶油夹心糕点	丢弃
馅饼：奶酪夹心蛋奶沙司或戚风；乳蛋饼	丢弃
馅饼、水果	安全

来源：www.foodsafety.gov

冷冻食品

食品	仍含有冰晶， 感觉像冷藏了一样冰冷	已解冻。温度保持在 40°F 以上 并超过 2 小时
肉类、家禽、海鲜		
牛肉、小牛肉、羊肉、猪肉和碎肉	重新冷冻	丢弃
家禽和绞碎的禽肉	重新冷冻	丢弃
各种肉类（肝，肾，心脏，猪肠）	重新冷冻	丢弃
砂锅菜、炖菜、汤类	重新冷冻	丢弃
鱼类、贝类、裹面包屑海鲜产品	重新冷冻。但质地和味道会有所损失。	丢弃
乳制品		
牛奶	重新冷冻。质地可能会有所损失。	丢弃
鸡蛋（去壳）和蛋制品	重新冷冻	丢弃
冰淇淋、冷冻酸奶	丢弃	丢弃
软奶酪和半软奶酪	重新冷冻。质地可能会有所损失。	丢弃
硬奶酪	重新冷冻	重新冷冻
切碎的奶酪	重新冷冻	丢弃
含有牛奶、奶油、鸡蛋、软奶酪的砂锅菜	重新冷冻	丢弃
芝士蛋糕	重新冷冻	丢弃
水果		
自制或购买的包装食品	重新冷冻。质地和味道会有所变化。	重新冷冻。如有发霉、发酵或发粘的情况，应予以丢弃。
果汁	重新冷冻	重新冷冻。如有发霉、发酵或发粘的情况，应予以丢弃。
蔬菜		
自制或购买的已包装或经沸水焯的蔬菜	重新冷冻。会有些质地和味道损失。	如果温度在 40°F 以上超过 6 小时，应予以丢弃。
果汁	重新冷冻	如果温度在 40°F 以上超过 6 小时，应予以丢弃。
面包、糕点		
面包、面包卷、松饼、蛋糕（无奶油夹心）	重新冷冻	重新冷冻
带奶油或奶酪夹心的糕点、馅饼和蛋糕	重新冷冻	丢弃
馅饼皮、购买和自制的包包面团	重新冷冻。会出现一些品质损失。	重新冷冻。会有较大品质损失
其他		
砂锅菜 – 以意大利面和米饭为基础食材	重新冷冻	丢弃
面粉、玉米粉、坚果	重新冷冻	重新冷冻
早餐食品 – 华夫饼、煎饼、百吉饼	重新冷冻	重新冷冻
冷冻食品、主菜、特色食品（比萨、香肠和饼干、肉馅馅饼、方便食品）	重新冷冻	丢弃

来源: www.foodsafety.gov