



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

GIDALARIN SAKLAMA SÜRELERİ

Gıda türü Buzdolabı Derin dondurucu
Süt ürünleri
Tereyağı veya margarin 1 -2 hafta 6-8 ay
Peynir 5 gün
Yumurta (pişmiş) 1 hafta
Yumurta (çiğ) 1 hafta 12 ay
Süt 1 hafta 1 ay
Yoğurt 7-10 gün
Yağsız balıklar 1 gün 6 ay
Yağlı balıklar 1 gün 3 ay
Etler
Kuzu etleri 2-4 gün 6-9 ay
Dana eti (çiğ) 2-4 gün 6-12 ay
Tavuk veya hindi eti 1 -2 gün 6-7 ay
Pişirilmiş etler 2-4 gün 2-3 ay
Sosis 2-4 gün 2 ay
Kekler ve tartlar
Tartlar (çiğ meyveli) 1 gün 6-8 ay
Tartlar (pişmiş meyveli) 3 gün 2-4 ay
Kremalı kekler 2-4 ay
Kremasız kekler 2-4 ay
Elma ve narenciye 1 -2 hafta
Kiraz, çilek ve dut 2-3 gün 8-12 ay
Karpuz, şeftali, armut ve erik 3-5 gün 8-12 ay
Sebzeler
Pişirilmiş sebzeler 2-3 gün
Enginar, lahanaya, brokoli, fasulye
patlıcan, bezelye, biber, ıspanak 3-5 gün 8-12 ay
Kabak, havuç 1 hafta 8-12 ay
Mısır 1 gün 8-12 ay
Domates, yeşil salata ve kereviz 1 hafta