



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YİYECEKLERİN DAYANMASI

Başlıca yiyecek maddelerinin buzdolabında bozulmaya başlamadan dayanma süreleri şöyledir

Gıda maddeleri----- Sıfırın atanda 4-5 derece---Sıfırın üstünde 2-3 derece --Sıfırın üstünde 6-8 derece

Kıyma -----	25 - 30 gün-----	1 - 2 gün -----	1 gün
Kızartılmış etler-----	3 - 4 gün-----	8 - 10 gün-----	4 - 5 gün
Haşlanmış etler-----	20-25 gün-----	8 - 9 gün -----	3-4 gün
Çiğ balık-----	15-20 gün-----	5-6 gün -----	3-4 gün
Pişmiş Balık-----	15-20 gün-----	5-6 gün -----	3-4 gün
Makarna -----	20-25 gün-----	5-6 gün -----	2-3 gün
Pilavlar-----	20-25 gün -----	5 - 6 gün -----	3-4 gün
Zeytinyağlı sebzeler----	15-20 gün -----	4 - 5 gün -----	3-4 gün
Sadeyağlı sebzeler-----	20-25 gün -----	5 - 6 gün -----	2-3 gün
Kuru fasulye yemekleri--	15 gün-----	4 gün-----	2-5 gün
Salçalı makarna-----	25 - 30 gün -----	10 gün -----	5 gün
Börekler -----	30-35 gün -----	9 gün -----	4 - 5 gün
Tereyağı, margarin-----	35- 40 gün -----	14 -15 gün -----	8 - 9 gün
Kremalı pastalar-----	16 gün -----	3,5 gün -----	1,5 gün