Tiempo de conservación de los alimentos para el bebé

Los alimentos preparados en casa deben servirse inmediatamente o refrigerarse para consumir más tarde. De esta manera, las bacterias no tendrán tiempo de multiplicarse.
Luego de la comida, deseche todos los alimentos que se ofrecieron al bebé.

Refrigeración a 4 °C (39 °F)

Congelación

	Refrigeración	Congelación
Leche materna fresca	**8** días	**6** meses (no guardarla en la puerta)
Leche materna congelada	**24** horas	No volver a congelar

Si los alimentos permanecieron más de dos horas a temperatura ambiente, es mejor desecharlos.

	Puré – Refrigeración	Puré – Congelación	Trozos – Refrigeración	Trozos – Congelación
Verduras y frutas cocidas	De **2** a **3** días	De **2** a **3** meses	De **2** a **3** días	De **6** a **8** meses
Carnes cocidas	De **1** a **2** días	De **1** a **2** meses	De **3** a **4** días	De **2** a **3** meses
Aves cocidas	De **1** a **2** días	De **1** a **2** meses	De **3** a **4** días	De **4** a **6** meses
Pescado cocido	De **1** a **2** días	De **1** a **2** meses	De **2** a **3** días	De **1** a **2** meses
Legumbres cocidas	**5** días	**3** meses	**5** días	**3** meses
Tofu	De **6** a **7** días	De **1** a **2** meses	De **6** a **7** días Sumergido en agua y cambiando el agua cada dos días	De **1** a **2** meses
Huevos cocidos	—	—	**7** días	—
Alimentos combinados	De **1** a **2** días	De **1** a **2** meses	De **3** a **4** días	Alrededor de **3** meses

Importante: ¡Nunca guarde nuevamente en el congelador un alimento que ya estuvo congelado!

Todos los derechos reservados – **fondationolo.ca**

Fondation Olo