



교과	기술·가정	()학년 ()반 ()번
단원	Ⅱ. 안전한 가정생활 2. 건강과 환경을 지키는 식품 선택과 보관	이름 :

식품의 안전한 보관과 관리

- ▶ 냉장고 안전 사용 10계명과 교과서 60쪽의 식품과 음식의 보관 방법을 참고하여 우리 집 냉장고의 식품과 음식 보관 상태를 점검해 보고, 개선할 점을 이야기해 봅시다.

냉장고 안전 사용 10계명

- ① 식품 표시 사항 중 보관 방법을 꼭 확인한 뒤 보관한다. (O, △, X)
- ② 장보기 시간을 최소화한 후 냉장, 냉동이 필요한 식품은 곧바로 냉장고에 넣는다. (O, △, X)
- ③ 이물질, 흙을 없앤 뒤 랍이나 용기에 밀봉하여 보관한다. (O, △, X)
(고기, 생선, 채소 등 신선 식품에는 미생물이나 곤충, 세균 등의 이물질이 묻어 있어서 그대로 넣으면 다른 식품까지 오염될 수 있다.)
- ④ 채소는 신문지에 싸서 보관하지 않는다. 인쇄 물질이나 이물질이 묻어 있으면 식품을 오염시킨다. (O, △, X)
- ⑤ 오래 보관해야 하거나 열에 민감한 식품은 냉장고의 안쪽 깊숙이 보관한다. (O, △, X)
(위치별 온도: 냉장실 문 쪽>냉장실 채소 칸>냉장실 안쪽>냉동실 문 쪽>냉동실 안쪽)
- ⑥ 냉장고 공간의 70% 이하로 채운다. 식품을 꽉 채우면 냉기의 순환이 원활하지 않게 된다. (O, △, X)
- ⑦ 뜨거운 식품은 반드시 식힌 뒤 보관한다. (O, △, X)
(뜨거운 식품을 냉장고에 바로 넣으면 내부 온도를 높여 주변 식품에 영향을 주게 된다.)
- ⑧ 냉장고 문을 자주 열면 온도가 상승하므로 되도록 여닫지 않는다. (O, △, X)
- ⑨ 냉동 보존 기간을 1~3주로 제한한다. (O, △, X)
- ⑩ 항상 청결하게 사용해야 한다. (O, △, X)

[자료: 식품의약품안전처]

우리 집 냉장고의 보관 상태	잘함	보통	노력 필요함.
개선할 점	• • •		

정리하기

- ▶ 다음 문제를 풀면서 학습한 내용을 정리해 봅시다.
- 1 바나나, 망고 등의 열대 과일은 햇볕이 잘 들고 온도가 높은 곳에 보관하는 것이 좋다. (O, X)
 - 2 생선 핏물은 생선을 빨리 상하게 하므로 씻어서 보관하는 것이 좋다. (O, X)