

食物降溫記錄表

食物降溫/散熱

- 降溫開始時間從食物測出華氏 135 度(攝氏 57 度)時開始計算。食物可放置在常溫中，直至降至華氏 135 度開始步驟。
- 在 2 小時之內從華氏 135 度(攝氏 57 度)降至華氏 70 度(攝氏 21 度)。
 - 糾正措施：如果到了 2 小時但食物溫度仍高於華氏 70 度，請再次加熱至華氏 165 度(攝氏 74 度)，再從第一步重新開始或是扔掉。再加熱的方法只可以用一次。如果已超過 2 小時了但食物還沒有達到溫度就必須丟棄。
- 如果 2 小時以內達到華氏 70 度(攝氏 21 度)，請繼續在餘下的 4 小時(總需時 6 小時)之內繼續冷卻至華氏 41 度(攝氏 5 度)。
 - 糾正措施：如果冷卻總共需時超過 6 小時，食物必須扔掉。
- 達到華氏 41 度(攝氏 5 度)後，即可以加蓋、貼上標籤、標註日期、並存放至冰箱中

加快降溫流程的竅門

- 降溫期間不停攪拌食物，食物可以虛掩鍋蓋或不用覆蓋。
- 使用冰浴法，將一盤食物放在裝滿冰和水的大容器或水槽中不斷攪拌。
- 使用裝冰的漿頻繁攪拌。
- 加入冰塊作為其中的成分。
- 將食物放在冰箱的上層或冷卻架上。分開不同的容器讓空氣流通。
- 將大份的食物分成小份。
- 將食物攤成薄層或放在烤盤上。
- 金屬材質的平底鍋比塑膠材質的更能使食物快速冷卻。

日期	食物	開始時間和溫度	第 1 小時	第 2 小時	2 小時內是否在 70° F (21° C) 或以下?	第 3 小時	第 4 小時	第 5 小時	第 6 小時	6 小時之內是否在 41° F (5° C) 或以下?	修正措施	記錄人	負責人審查
範例: 1/1/19	燉牛肉	上午 8 點 135°F	上午 9 點 109°F	上午 10 點 67 °F	是: 繼續下一步 否: 重新加熱	上午 11 點 56°F	晚上 12 點 50°F	下午 1 點 44°F	下午 2 點 38°F	是: 加上標籤 否: 丟棄	重新加熱 或丟棄	AB	CD