



Tiempo de almacenamiento en el congelador*

Frutas	6 meses	Verduras	8 meses
Frutos secos	2 años	Tomates y Pimientos	4 meses
Arroces, pasta	6 meses	Quinoa	6 meses
Carne Cocinada	2 meses	Aves cocinadas	2 meses
Carne cruda	10 meses	Aves crudas	2 meses
Cerdo	6 meses	Pescado crudo	6 meses
Salmon	2-3 meses	Pescado cocido	4 meses
Pescado ahumado	2 meses	Mariscos	2 meses
Almejas, ostras	10 días	Tofu	5 meses**

*Estos son recomendaciones para los alimentos que congelas en casa utilizando las envases apropiados. Siempre consulta con el empaque de los alimentos que compras y añade la fecha que lo compartes para usarlo de referencia.

**Este es el tiempo si el tofu se congela desde el día que se compro.

Para una lista mas extensa accede a <https://espanol.foodsafety.gov/tablas-de-seguridad-alimentaria-mfu8/Tabla-de-conservación-de-alimentos-fr%C3%ADos>