

le plaisir de manger santé

Aliments	Durée de congélation
Légumes frais congelés	10 à 12 mois
Fruits frais congelés	12 mois
Viande maigre hachée (bœuf, dinde, porc, poulet)	3 à 4 mois
Viandes cuisinées	5 mois
Soupe, potage, bouillon	3 mois
Pain, pita, bagel, pain fajitas, etc.	3 mois
Poissons frais et cuisinés	2 mois
Tarte, tourte, pizza, pâté	2 mois
Muffins, barres de céréales, crêpes, gaufres, gâteau, pâte à tarte et à biscuits	3 mois
Crevettes surgelées	10 à 12 mois
Poche de lait	2 à 3 mois

1.866.354.1333 418.478.1636 info@makea.ca www.makea.c