

# Un frigo rangé



Le dossier du Professeur G. MOKUP

Vous allez remplir votre frigo une fois par semaine.

Il faut bien s'occuper de son frigo.

Il faut bien ranger de ce qu'on va mettre dedans.

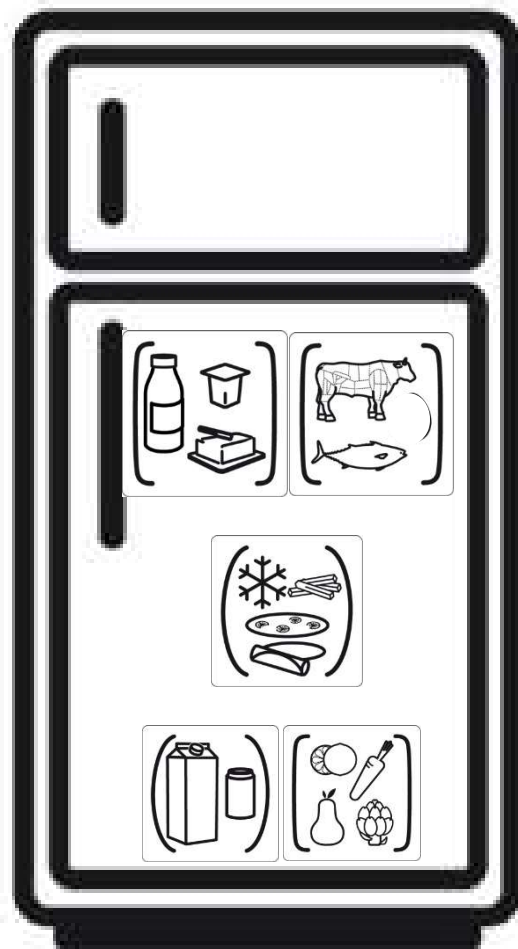
Une fois par mois, le jour avant les courses :

- Nettoyez l'intérieur du frigo avec un mélange d'eau et de vinaigre blanc
- Rincez à l'eau.

Après les courses, il faut ranger son frigo.

Enlevez les cartons qui ne servent à rien.

- Au-dessus, on met :  
Les fromages et les yaourts,  
La charcuterie et la viande,
- Au milieu, on met :  
Les restes,  
Ce qui a déjà été cuisiné,
- En bas, on met :  
Les légumes et les fruits  
Les boissons,



Jeter tous les produits dont la date est dépassée.

Il faut manger en premier les produits achetés il y a longtemps.