

# COOK IT

# HOT

**165°F** Poultry/Stuffed Foods

**155°F** Ground Meats

**145°F** Seafood/Pork

*Minimum internal temperatures of foods  
must be maintained  
for 15 seconds.*

# 烹煮

# 温度

**165°F** 家禽和包馅食物

**155°F** 碎肉

**145°F** 海鲜/猪肉

保持食物内部最低的  
温度至少为  
15 秒钟

由俄克拉荷马州卫生局 · 消费者保护部提供 · [www.health.ok.gov](http://www.health.ok.gov)