

# SAFE FOOD EXTENSION DATES

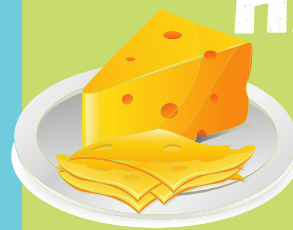
WHAT DO THOSE DATES MEAN & HOW LONG CAN I KEEP IT?

## "SELL BY DATE"

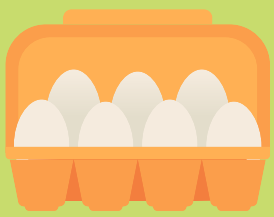
*A manufacturer's suggestion to the grocery store for dates by which a product should be sold. This date does not determine quality.*



**MILK**  
**1 WEEK**



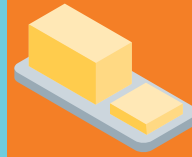
**HARD CHEESE**  
**6 MONTHS**



**EGGS**  
**4-5 WEEKS**



**PLANT-BASED MILK**  
**6 MONTHS**



**BUTTER**  
**3 MONTHS**

## "BEST BY"/ "USE BY"

*When the product's flavor and quality will be best. After this date, the product is still safe to eat even though nutrients and quality slowly decline.*



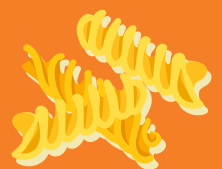
**BREAD**  
**4 DAYS ON SHELF**  
**14 DAYS IN REFRIGERATOR**  
**3 MONTHS IN FREEZER**



**WHITE RICE**  
**BROWN RICE**  
**1-2 YEARS**



**SPAGHETTI SAUCE**  
**18 MONTHS**



**PASTA**  
**2-3 YEARS**

**WHOLE WHEAT FLOUR**  
**6 MONTHS**



**WHITE FLOUR**  
**12 MONTHS**



**CEREAL/ OATMEAL**  
**1 YEAR**

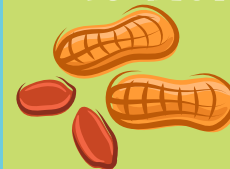


**DRY BEANS**  
**1 YEAR**



**CANNED FRUIT/CANNED SOUP**  
**1-2 YEARS**  
**CANNED MEAT/CANNED FISH**  
**3 YEARS**  
**CANNED BEANS**  
**3 YEARS**

**PEANUT BUTTER**  
**18 MONTHS**



**CRACKERS**  
**8 MONTHS**



## "EXPIRATION DATE"

*Only used on baby formula, medicines, and vitamins, and should not be used after the date.*

# FECHAS DE CADUCIDAD PARA ALIMENTOS SEGUROS

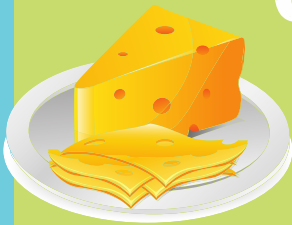
¿QUÉ SIGNIFICAN ESTAS FECHAS Y CUÁNTO TIEMPO PUEDO CONSERVARLO?

## “FECHA DE CADUCIDAD”

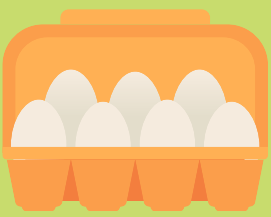
Son las fechas que da el fabricante a las tiendas para cuando debe venderse un producto. Esta fecha no determina la calidad.



**LECHE**  
**1 SEMANA**



**QUESO DURO**  
**6 MESES**



**HUEVOS**  
**4-5 SEMANAS**



**LECHE DE ORIGEN DE PLANTA**  
**6 MESES**



**MANTEQUILLA**  
**3 MESES**

## ”BEST BY”/ ”USAR ANTES DE ESTA FECHA”

Cuando el sabor y la calidad del producto serán mejores. Después de esta fecha, el producto aún es seguro para comer aunque los nutrientes y la calidad disminuyan lentamente.



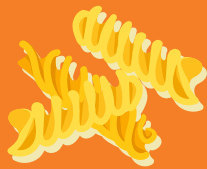
**BARRA DE PAN**  
**4 DIAS EN EL ESTANTE**  
**14 DIAS EN EL REFRIGERADOR**  
**3 MESES EN EL CONGELADOR**



**ARROZ BLANCO**  
**ARROZ INTEGRAL**  
**1-2 AÑOS**



**SALSA DE ESPAGUETI**  
**18 MESES**



**HARINA DE TRIGO INTEGRAL**  
**6 MESES**



**HARINA BLANCA**  
**12 MESES**

**PASTA**  
**2-3 AÑOS**



**CEREAL/ AVENA**  
**1 AÑO**



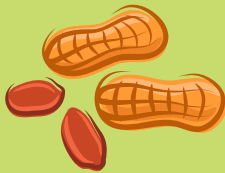
**FRIJOLES SECOS**  
**1 AÑO**



**FRUTA ENLATADA/ SOPA ENLATADA**  
**1-2 AÑOS**  
**CARNE ENLATADA/PESCADO ENLATADO**  
**3 AÑOS**  
**FRIJOLES ENLATADOS**  
**3 AÑOS**



**MANTEQUILLA DE MANÍ/**  
**18 MESES**



**GALLETAS SALADAS**  
**8 MESES**

## “FECHA DE CADUCIDAD”

Solo se usa en fórmula para bebés, medicamentos y vitaminas y no debe usarse después de la fecha.

# 安全食品延长日期

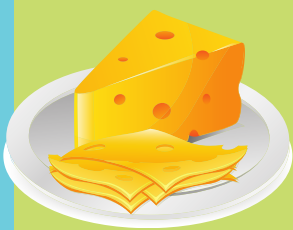
这些日期是什么意思以及我可以保留食品多长时间？

## “按日期出售”

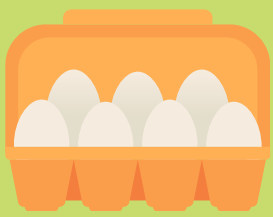
制造商向杂货店提出的关于产品销售日期的建议。此日期并不决定质量。



牛奶  
1 周



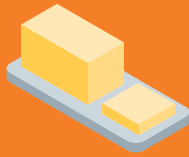
硬质乳酪  
6 个月



鸡蛋  
4-5 周



植物性  
牛奶  
6 个月



黄油  
3 个月

## “最佳使用期限”/“在此日期前食用”

产品的风味和质量最佳之时。在此日期之后，产品仍可安全食用，即使营养和质量缓慢下降。



面包

上架后可保质 4 天  
放入冰箱中可保质 14 天  
冷冻后可保质 3 个月

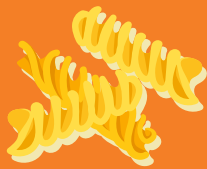


白米  
糙米  
1-2 年



意大利面酱  
18 个月

意大利面  
2-3 年



全麦面粉  
6 个月



白面粉  
12 个月



谷类食物/燕麦片  
1 年



干豆类  
1 年



水果罐头/汤罐头  
1-2 年  
肉罐头/鱼罐头  
3 年  
豆类罐头  
3 年



花生酱  
18 个月

咸饼干  
8 个月

## “有效期”

仅用于婴儿配方奶粉、药物和维生素，在此日期后不应使用。



# 식품별 안전한 보관 기간

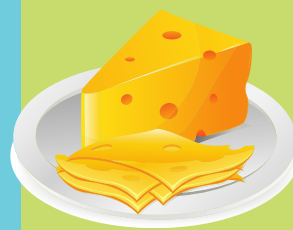
해당 기한은 무엇을 의미하며, 얼마나 오래 보관할 수 있나요?

## "유통기한(SELL BY DATE)"

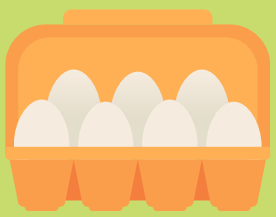
제조업체가 권고하는, 해당 제품을 상점에서 판매할 수 있는 기간을 의미합니다.  
유통기한은 제품의 품질에 영향을 미치지 않습니다.



우유  
1주



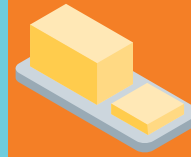
고형 치즈  
6개월



계란  
4~5주



식물성 우유  
6개월



버터  
3개월

## "최상품질기한(Best By)"/ "소비기한(Use By)"

제품의 맛과 품질이 최상의 상태로 유지되는 기간을 의미합니다. 해당 기간 경과 후, 제품 섭취는 문제가 없으나 영양 성분 감소 및 품질 저하가 점차 발생합니다.



빵

4일간 상온 보관 가능  
14일간 냉장 보관 가능  
3개월간 냉동 보관 가능



백미  
현미  
1~2년



스파게티 소스  
18개월

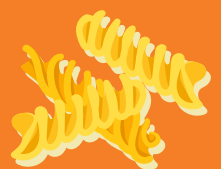
통밀가루  
6개월



밀가루  
12개월



파스타  
2~3년



시리얼/ 오트밀  
1년

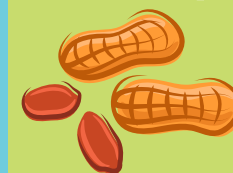


말린 콩  
1년



통조림 과일/통조림 수프  
1~2년  
통조림 육류/통조림 생선  
3년  
통조림 콩  
3년

땅콩 버터  
18개월



크래커  
8개월

## "제품 유효 기간(Expiration Date)"

유아용 유동식, 의약품 및 비타민에만 적용되며, 해당 기간 경과 후에는 해당 제품을 섭취할 수 없습니다.



# БЕЗОПАСНЫЕ СРОКИ ХРАНЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ

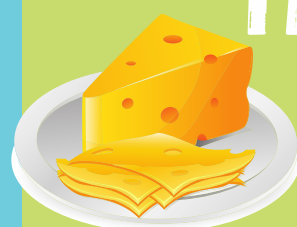
ЧТО ОЗНАЧАЮТ ЭТИ СРОКИ, И КАК ДОЛГО Я МОГУ ХРАНИТЬ  
ПРОДУКТЫ?

## «СРОК ПРОДАЖИ»

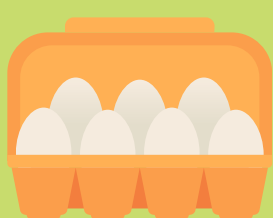
Предложение производителя продовольственному магазину относительно дат, до которых продукт должен быть продан. Эти даты не определяют качество продукта.



**МОЛОКО**  
**1 НЕДЕЛЯ**



**ТВЕРДЫЙ СЫР**  
**6 МЕСЯЦЕВ**



**ЯЙЦА**  
**4–5 НЕДЕЛЬ**



**РАСТИТЕЛЬНОЕ  
МОЛОКО**  
**6 МЕСЯЦЕВ**



**СЛИВОЧНОЕ  
МАСЛО**  
**3 МЕСЯЦА**

## «УПОТРЕБИТЬ ДО» / «ИСПОЛЬЗОВАТЬ ДО»

Когда вкус и качество продукта будут наилучшими.  
После этой даты продукт по-прежнему безопасен для  
употребления, но его питательные свойства и качество  
постепенно снижаются.



**ХЛЕБ**  
**4 ДНЯ НА ПОЛКЕ**  
**14 ДНЕЙ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ**  
**3 МЕСЯЦА В МОРОЗИЛЬНОЙ  
КАМЕРЕ**



**БЕЛЫЙ РИС,  
КОРИЧНЕВЫЙ  
РИС**  
**1–2 ГОДА**

**ЦЕЛЬНОПШЕНИЧНАЯ  
МУКА**  
**6 МЕСЯЦЕВ**

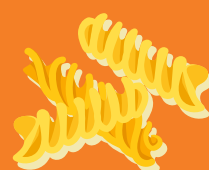


**БЕЛАЯ МУКА**  
**12 МЕСЯЦЕВ**



**СОУС ДЛЯ  
СПАГЕТТИ**  
**18 МЕСЯЦЕВ**

**МАКАРОНЫ**  
**2–3 ГОДА**



**ХЛОПЬЯ/ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ**  
**1 ГОД**

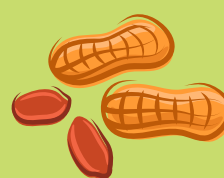


**СУХИЕ БОБЫ**  
**1 ГОД**



**КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ФРУКТЫ/СУП**  
**1–2 ГОДА**  
**МЯСНЫЕ КОНСЕРВЫ/  
РЫБНЫЕ КОНСЕРВЫ**  
**3 ГОДА**  
**КОНСЕРВИРОВАННЫЕ БОБЫ**  
**3 ГОДА**

**АРАХИСОВОЕ МАСЛО**  
**18 МЕСЯЦЕВ**



**КРЕКЕРЫ**  
**8 МЕСЯЦЕВ**



## «СРОК ГОДНОСТИ»

Используется только для детских смесей, лекарств и  
витаминов, и продукт не может быть использован после  
указанной даты.