

Understanding the meaning of food dates is important in lowering food waste. Dates marked on food product reflect quality, not safety. The U.S. Food and Drug Administration (FDA) does not require expiration dates on consumable product, except for baby formula, medications, and vitamins.

LABELING PHRASES		
“Best Before” “Best if Used-By” “Use By”	“Sell By”	“Expires On”
When the flavor or quality of the food is best	For retailers to determine when to sell the product to ensure quality	Only applies to the safety of baby formula, medicine, and vitamins. Do not consume after the date listed

Unopened shelf-stable foods (canned, dry goods, jarred items) are generally safe to consume well after the date printed on the packaging.

Canned Foods	After Printed Date
Beans	3 years
Meat and fish	2-3 years
Fruit	1-2 years
Vegetables/Soups	2-3 years
Tomato-based	1-2 years
Dry Goods	After Printed Date
Dried Beans	1 year
White Rice	2 years
Brown Rice	1 year
Pasta	2-3 years
Cereal, Oatmeal	1 year
Crackers	18 months
Dried Fruit	18 months

Refrigerated foods can also be consumed after the printed date when there are no visual signs of spoilage (odor, changes in texture, mold, etc.).

Refrigerated Dairy Products	After Printed Date
Butter	3 months
Hard Cheese	6 months
Soft Cheese	1-2 weeks
Sour Cream	2-3 weeks
Cottage Cheese	10-15 days
Yogurt	2 weeks
Eggs in shell	4-5 weeks
Milk (liquid)	1 week

Refrigerated/Thawed Meats	After Printed Date
Poultry	2 days
Beef, Pork, Lamb	5 days
Ground Meats, Sausage	2 days
Deli Meats, Hot Dogs	14 days
Bacon	7 days

Additional Tips:

- Discard cans that are dented, rusted, or swollen.
- Canned goods high in acidity (tomato products, fruit, shelf-stable juices) lose their quality faster than non-acidic foods.
- Visually inspect produce and fresh bakery goods before consuming.

Properly packaged and handled frozen foods remain safe indefinitely, including meats.

References Used:
USDA Food Product Safety
Leahspantry.org

This institution is an equal opportunity provider.



FECHAS DE VENCIMIENTO DE ALIMENTOS

Comprender el significado de las fechas en los alimentos es importante para reducir el desperdicio de alimentos. Las fechas marcadas en los productos alimenticios reflejan la calidad, no la seguridad. La Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA) no exige fechas de vencimiento en los productos consumibles, a excepción de la fórmula para bebés, los medicamentos, y las vitaminas.

FRASES DE ETIQUETADO

“Best Before” “Best if Used-By” “Use By”	“Sell By”	“Expires On”
Cuándo el sabor o la calidad de la comida es mejor	Para que las tiendas determinen cuándo vender el producto para garantizar la calidad	Solo se aplica a la seguridad de la fórmula para bebés, medicamentos y vitaminas. No consumir después de la fecha indicada

Los alimentos no perecederos sin abrir (en latas, productos secos, artículos en frascos) generalmente son seguros para consumir mucho después de la fecha impresa en el empaque.

Comidas Enlatadas	Después de la Fecha Impresa
Frijoles	3 años
Carne y pescado	2-3 años
Fruta	1-2 años
Vegetales/Sopas	2-3 años
A base de tomate	1-2 años
Productos Secos	Después de la Fecha Impresa
Frijoles Secos	1 año
Arroz Blanco	2 años
Arroz Integral	1 año
Pasta	2-3 años
Cereal, Avena	1 año
Galletas	18 meses
Frutos Secos	18 meses

Los alimentos refrigerados también se pueden consumir después de la fecha impresa cuando no haya signos visuales de deterioro (olor, cambios en la textura, moho, etc.).

Productos Lácteos Refrigerados	Después de la Fecha Impresa
Mantequilla	3 meses
Queso Duro	6 meses
Queso Blando	1-2 semanas
Crema Agria	2-3 semanas
Requesón	10-15 días
Yogur	2 semanas
Huevos en cáscara	4-5 semanas
Leche (líquida)	1 semana
Carnes Refrigeradas/Descongeladas	Después de la Fecha Impresa
Aves	2 días
Carne de Res, Cerdo, Cordero	5 días
Carnes Molidas, Chorizo	2 días
Carnes Frías/Deli, Hot Dogs	14 días
Tocino	7 días

Consejos Adicionales:

- Deseche las latas que estén abolladas, oxidadas, o hinchadas.
- Los productos enlatados con alto contenido de acidez (productos de tomate, frutas, jugos no perecederos) pierden su calidad más rápido que los alimentos no ácidos.
- Inspeccione visualmente los productos agrícolas y los productos de panadería frescos antes de consumirlos.

Alimentos congelados debidamente empaquetados y manipulados permanecen seguros indefinidamente, incluyendo las carnes.

Referencias Usadas:
USDA Food Product Safety
Leahspantry.org

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.