



Interpreting Label Dates

Confused about the different dates you see stamped on food packages? These dates are commonly misunderstood as “expiration dates,” a date that signifies the item is no longer safe to eat. This is in fact not true for most items. Many non-perishable items are safe to eat long after the date on their packaging, and the shelf life of refrigerated and frozen foods can be extended if they are handled properly. Baby food and formula and over-the-counter medications are the only items that are required by federal law to have an actual expiration date.

Here are explanations of different code dating you may see on food packages:

Expiration Date- (“Expires 1/1/11”, “Do not use after 1/1/11”)

- Look for it on: Baby food and formula, medicines, vitamins, yeast, baking powder.
- What it means: Do not distribute or consume infant formula, baby food, vitamins or medicines after the expiration date! Yeast and baking powder work less effectively after expiration, but are still safe to eat.

Sell By Date - (“Sell by 1/1/11”, also called “Pull Date”)

- Look for it on: Refrigerated foods such as milk, yogurt, cottage cheese, eggs, lunch meat, packaged salad mixes.
- What it means: This tells the store how long to display the product for sale. If the food has been handled properly, it may still be safe to eat past this date.

Use By or Quality Date - (“Best if used by 1/1/11” or “Use before 1/1/11”)

- Look for it on: Crackers, cookies, cereals, canned goods, and other dry, shelf stable foods.
- What it means: This date is the manufacturer’s recommendation for how long the food will be at peak quality. After the quality date, the food is still safe to eat but slowly begins to lose nutrients and the quality begins to lessen.

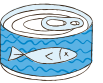
Pack Date or Coded Date - (“Packed on 1/1/11”, “A70319R 23:16”)

- Look for it on: Canned food, crackers, cookies, spices, and other dry shelf-stable foods.
- What it means: These dates represent the date on which the food was packaged or processed for sale. They are not intended for consumers but rather are used by manufacturers and retailers to track inventory, rotate food on shelves, and locate items in case of a recall. Since dates are printed at the manufacturer’s discretion, their meanings may be different for each product line, and therefore be difficult to decipher. Usually this food is safe to eat for a long time past the date, as long as the packaging is not damaged.

The suggested shelf life (how long an item is considered “good” past the code date) varies drastically from product to product, even between similar types of items. For example, some shelf-stable items can be kept for 3-5 years past the date, while others might only be good for 1 month after the date. Because it is impractical to memorize hundreds of different items’ shelf lives, we have created a more user-friendly list of broad category shelf life guidelines. It is important to remember that these guidelines are in fact just that – guidelines! They are primarily intended to ensure quality, not safety. The product should be safe as long as the product has been properly handled and stored, and does not have significant damage. The following should be used for training staff and volunteers who will be inspecting donations.



Food Item	Shelf Life After Code Date
SHELF STABLE	
Canned good (low acidity)	3 years
Canned good (high acidity)	18 months
Dry beans, pasta, rice, ramen	2 years
Boxed/bagged goods- cereal, crackers, mixes, etc.	1 year
Sauces, condiments, dressings	1 year
Beverages	1 year
Chips	2 months
Mayonnaise, cream based items	3 months
Baby food/adult formula	discard after date
FROZEN	
All assorted meats/poultry	2 months
Fruit, vegetables	6 months
Ice cream	2 months
DAIRY/COOLER	
Juice	3 weeks
Milk (except borden)	1 week (discard Borden products after date)
Cheese	1 week (soft) 1 month (hard)
Eggs	3 weeks
Yogurt, sour cream, dips	2 weeks
Salsa, pesto	discard after date
Hummus	1 week
Prepared dishes or meals	3 days
Salads	3 days
PRODUCE	
Packaged produce (bagged lettuce, etc.)	discard after date
Cut produce	discard after date
BREAD/PASTRY	
Fresh	4 days
Frozen	1 month
Containing cream	throw away if not kept refrigerated/frozen





Interpretación de las Fechas de Etiquetas

¿Está confundido acerca de las diferentes fechas que ve estampadas en los paquetes de alimentos? Estas fechas comúnmente se malinterpretan como "fechas de vencimiento", una fecha que significa que el artículo ya no es seguro para comer. De hecho, esto no es cierto para la mayoría de los artículos. Muchos artículos no perecederos son seguros para comer mucho después de la fecha que figura en su empaque, y la vida útil de los alimentos refrigerados y congelados se puede extender si se maneja adecuadamente. Los alimentos y fórmulas para bebés y los medicamentos de venta libre son los únicos artículos que la ley federal requiere que tengan una fecha de vencimiento real.

Aquí hay explicaciones de diferentes fechas de códigos que puede ver en los paquetes de alimentos:

Fecha de Vencimiento- ("se vence 1/1/11", "no usar después 1/1/11")

- Busquelo en: Alimentos y fórmulas para bebés, medicamentos, vitaminas, levadura, levadura en polvo.
- Lo que significa: ¡No distribuya ni consuma fórmula infantil, alimentos para bebés, vitaminas o medicamentos después de la fecha de vencimiento! La levadura y el polvo de hornear funcionan con menos eficacia después de la caducidad, pero aún son seguros para comer.

Vender antes de la fecha: ("Vender antes del 1/1/11", también llamado "Fecha de extracción")

- Búsquelo en: Alimentos refrigerados como leche, yogur, requesón, huevos, fiambres, mezclas de ensaladas envasadas.
- Qué significa: Esto le dice a la tienda cuánto tiempo debe mostrar el producto para la venta. Si el alimento se ha manejado correctamente, aún puede ser seguro comerlo después de esta fecha.

Usar Antes de o Fecha de calidad: ("Mejor si se usa antes del 1/1/11" o "Usar antes del 1/1/11")

- Búsquelo en: Galletas saladas, galletas dulces, cereales, productos enlatados y otros alimentos secos y estables.
- Qué significa: esta fecha es la recomendación del fabricante sobre cuánto tiempo la comida estará en su máxima calidad. Después de la fecha de calidad, la comida aún es segura para comer, pero lentamente comienza a perder nutrientes y la calidad comienza a disminuir.

Fecha de empaque o fecha codificada: ("Embalado el 1/1/11", "A70319R 23:16")

- Búsquelo en: alimentos enlatados, galletas saladas, galletas, especias y otros alimentos secos estables en almacenamiento.
- Qué significa: estas fechas representan la fecha en que se empaquetó o procesó el alimento para la venta. No están destinados a los consumidores, sino que los utilizan los fabricantes y minoristas para realizar un seguimiento del inventario, rotar los alimentos en los estantes y ubicar artículos en caso de un retiro del mercado. Dado que las fechas se imprimen a discreción del fabricante, sus significados pueden ser diferentes para cada línea de productos y, por lo tanto, pueden ser difíciles de descifrar. Por lo general, este alimento es seguro para comer durante mucho tiempo después de la fecha, siempre que el empaque no esté dañado.

La vida útil sugerida (el tiempo que un artículo se considera "bueno" después de la fecha del código) varía drásticamente de un producto a otro, incluso entre tipos de artículos similares. Por ejemplo, algunos artículos no perecederos se pueden conservar durante 3 a 5 años después de la fecha, mientras que otros solo se pueden conservar durante 1 mes después de la fecha. Debido a que no es práctico memorizar la vida útil de cientos de artículos diferentes, hemos creado una lista más fácil de usar de pautas de vida útil de categoría amplia. Es importante recordar que estas pautas son, de hecho, solo eso: ¡directrices! Su objetivo principal es garantizar la calidad, no la seguridad. El producto debe ser seguro siempre que se haya manipulado y almacenado correctamente y no tenga daños significativos. Lo siguiente debe usarse para capacitar al personal y los voluntarios que inspeccionarán las donaciones.



Alimento	Vida útil después de la fecha del código
LARGA CONSERVACIÓN	
Comida enlatada (baja acidez)	3 años
Comida enlatada (alta acidez)	18 meses
Frijoles secos, pasta, arroz, ramen	2 años
Productos en caja/embolsados: cereal, galletas saladas, etc.	1 año
Salsas, condimentos, aderezos	1 año
Bebidas	1 año
Papas fritas	2 meses
Mayonesa, artículos a base de crema	3 meses
Alimentos para bebés/fórmula para adultos	discard after date
ARTÍCULOS CONGELADOS	
Todo surtido de carnes/aves	2 meses
Fruta, vegetales	6 meses
Helados	2 meses
LÁCTEOS/REFRIGERADOR	
Jugo	3 semanas
Leche (excepto borden)	1 semana
Queso	1 semana (suave) 1 mes (duro)
Huevos	3 semanas
Yogur, crema agria, salsas	2 semanas
Salsa, pesto	descartar después de la fecha
Hummus	1 semana
Platos o comidas preparadas	3 días
Ensaladas	3 días
PRODUCTOS FRESCOS	
Productos envasados (lechugas en bolsas, etc.)	descartar después de la fecha
Productos frescos cortados	descartar después de la fecha
PAN/PASTELERÍA	
Fresco	4 días
Congelado	1 mes
Relleno de crema	Desechar si no se mantiene refrigerado / congelado