

Inocuidad Alimentaria para la Generación de la Postguerra y Más



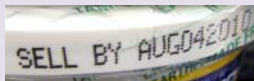
Gráfica para Guardar Alimentos¹ Sea Seguro - Siga las Guías

Revise las fechas de los alimentos antes de comprarlos y esté enterado de por cuánto tiempo se pueden guardar los alimentos

Las fechas de los alimentos y lo que significan

Vender antes de:

La tienda debe vender el producto antes de esta fecha



Mejor si se usa antes de:

El consumidor debe usar el producto antes de esta fecha —mejor sabor, calidad y seguro para comer



Vencimiento:

Los productos deben desecharse después de esta fecha- no son seguros para comer



	Refrigerador (<40° F) días	Congelador (<0° F) meses	Refrigerador (<40° F) días	Congelador (<0° F) meses
Carne Fresca			Huevos	
Res	2-4	10-12	Frescos, con cáscara	21-28 No congelar
Cerdo	2-4	8-12	Frescos, sin cáscara	2-4 4
Cordero	2-4	8-12	Bien cocidos	7 No congelar
Molida	1-2	2-3	Substitutos de Huevo	10 No congelar
Aves Frescas			Abiertos	3 12
Enteras	2-3	12	Productos Lácteos	
Pedazos	2-3	6	Leche	Revisar fecha 1 ½
Pescado Fresco			Abierta	3 No congelar
Salmón, bacalao	3-4	2-6	Queso Cottage	Revisar fecha No congelar
Mariscos (cangrejo, langosta)	1	2-4	Abierto	3 No congelar
Ostiones, camarones	1-2	2-4	Yogur	Revisar fecha 1-2
Jamón			Abierto	3 No congelar
Enlatado	6-9 meses	No congelar	Queso	
Cocinado completamente	3-4	2-3	Suave	7 No congelar
Tocino y Salchichón			Semi-suave	14-21 2
Tocino	7	1	Firme	35 3
Salchichón, cruda	1-2	1-2	Duro	10 meses 12
Salchichón precocido	7	1-2	Procesado	2-3 meses 3
Sobras			Abierto	24-30 No congelar
Carnes cocinadas, estofados, huevos o platillos con verduras	3-4	2-3	Mantequilla	
Salsa para carnes & caldo de carne	1-2	2-3	Salada	40 12
Pollo o pescado	3-4	4-6	Sin sal	40 3
Sopas	2-3	4	Abierta	21 No congelar
Salchichas /Carnes Embutidas			Guardando Alimentos Enlatados:	
Salchichas	14	1-2	Guarde en un lugar frío, limpio y seco	
Abiertas	7	1-2	Póngale fecha a los alimentos enlatados y consúmalos en 1 año o antes de la fecha de vencimiento	
Carnes embutidas	14	1-2	Nunca use o compre latas con hendiduras, sarro o abultadas	
Abiertas	3-5	1-2	Nunca use o compre frascos con tapaderas flojas o abultadas	

* ¡La única forma aceptable de descongelar comida congelada es en el refrigerador, bajo agua que corre, o en un microondas si la comida va a cocinarse inmediatamente o como parte del proceso de cocina! ¡Sea inteligente, descongele en forma segura!

Fuente: ¹Sociedad Canadiense para la Educación sobre Inocuidad Alimentaria del Consumidor, Inocuidad Alimentaria para Adultos Mayores



Kansas State University — Manhattan, KS

www.ksre.ksu.edu/foodsafety

