






GLEANERS

"IS THIS FOOD STILL GOOD?"

Helpful information for deciding how long foods can safely be stored before use

- Most foods are good past the date printed on the package ("use by", "sell by", "pack" date, etc.). Exceptions include baby food, infant formula, and medications - do NOT use these products after the date printed on the package.
- You can make foods last longer by storing them at the proper temperature, protecting them from pests and chemical exposure, and discarding spoiled items. Cook with foods that will expire first before using newer foods. This helps prevent food waste.
- When in doubt, throw it out!* Below are some signs of unsafe foods:
 - Cans that are swollen, bulging, or have significant dents, especially in the seam
 - Rust that cannot be wiped off
 - Holes, torn packages, broken seals, signs of leaking or pests
 - Discoloration, mold, texture changes, foul odors
 - Homemade containers, missing or unreadable labels
 - Produce with severe decay or skin not intact



Type of Food	General Storage Guidelines**
 Shelf-stable (cans, bottles, jars, boxed foods, etc.)	Store at 50-70°F, many foods are good for several months or more past the container date
 Refrigerated (dairy, eggs, bakery, produce, etc.)	Store at or below 40°F, freeze most meats and breads on or before the "use by" date or within 2-5 days of the "sell by" date for longer storage
 Frozen (meat, fish, entrees, etc.)	Store at or below 0°F, fresh foods that are properly packaged and frozen (see guidelines above) are safe indefinitely but may have flavor and/or quality changes over time

**Unless otherwise noted by Gleaners in reference to Feeding America Donor Requirements or USDA Guidelines

See backside for specific guidelines on a variety of common food products



Common foods and how long they can safely be consumed past the container date (if unopened)**

Shelf-Stable Foods	Safe for up to:
Beans/lentils, dried	1 year
Biscuit or pancake mix	9 months
Brownie or cake mix	12-18 months
Canned foods, high-acid (e.g. tomatoes, fruit, pickles)	12-18 months
Canned foods, low-acid (e.g. meat, soup, veggies)	2- 5 years
Cereal and oatmeal	6-12 months
Cookies, crispy	4-6 months
Cookies, soft	2-3 months
Crackers, pretzels	4-9 months
Dried fruit	6 months
Gravy (jars, cans, packets)	2-5 years
Flour, white	6-12 months
Flour, whole wheat	3-6 months
Honey	2 years
Icing/frosting	10-12 months
Jams, jellies, preserves	6-18 months
Jerky	1 year
Juice	12-18 months
Ketchup, BBQ sauce	1 year
Macaroni & cheese, dry mix	2 years
Mayonnaise	3-6 months
Milk, powdered	3-5 years
Non-dairy milk (almond, soy, shelf stable)	3-4 weeks
Nuts, unshelled, bagged/bulk	2-4 weeks
Nuts, jarred/canned/bottled	1 year
Oils, olive or vegetable	6-12 months
Onions, fresh	1 month
Pasta, dry	2 years
Peanut butter	1-2 years
Popcorn, microwave	6-12 months
Popcorn, popped in bags	2-3 months
Potatoes, fresh	1-2 months
Potatoes, instant	10-15 months
Pudding mix	1 year
Rice, brown	1 year
Rice, white or wild	2 years
Salad dressing	10-12 months
Sauce, spaghetti and salsa	12-18 months
Spices, dried	2-3 years
Sweet potatoes	2-3 weeks
Syrup, pancake	1-2 years
Tea bags	2-3 years
Vinegar	2-5 years

Refrigerated Foods	Safe for up to:
Apples, fresh	4-6 weeks
Breads	2-3 weeks
Butter	1-2 months
Cakes, pastries, desserts	7 days
Carrots, fresh	2-3 weeks
Cheese, hard or string	5-6 months
Cheese, soft or cream	1-2 weeks
Cheese, Parmesan, shredded	1 year
Cheese, shredded	1 month
Coffee creamer, liquid	3 weeks
Cottage cheese	2 weeks
Deli/luncheon meat	2 weeks
Eggs, in shell	3-5 weeks
Milk, fresh	5-7 days
Non-dairy milk (almond, soy)	5-7 days
Pre-cut fruits or vegetables	2-5 days
Prepared pasta/potato salad	3-5 days
Tortillas	3 months
Whipped cream	3-4 weeks
Winter squash	1-3 months
Yogurt	1-2 weeks

Frozen Foods	Best quality for up to:
Bacon, hot dogs, sausage	1-2 months
Cakes, desserts	3-6 months
Cheese, shredded	3-4 months
Chicken tenders, nuggets	1-3 months
Cookie dough	2 months
Deli/luncheon meat	1-2 months
Egg substitute, frozen	1 year
Entrees, meals, pizza	6-12 months
Fish, lean, raw (cod, tilapia)	4-8 months
Fish, fatty, raw (salmon, catfish)	2-3 months
Fruits, frozen	10-18 months
Ice cream	3-6 months
Juice concentrate	1-2 years
Meat, ground	3-4 months
Meat, whole cuts	4-12 months
Pancakes, waffles	2-3 months
Vegetables, frozen	10-18 months
Whipped topping tub	14 months



For more product dating information, visit www.foodsafety.gov or stilltasty.com, or download the **FoodKeeper** app






GLEANERS

"¿ES SEGURO ESTE ALIMENTO?"

Información útil para decidir cuánto tiempo se pueden almacenar los alimentos de forma segura antes de su uso

- La mayoría de los alimentos son buenos después de la fecha impresa en el paquete ("use by", "sell by", "pack date", etc.). Las excepciones incluyen comida para bebés, fórmula para bebés y medicamentos - NO use estos productos después de la fecha impresa en el paquete.
- Puede hacer que los alimentos duren más almacenándolos a la temperatura adecuada, protegiéndolos de plagas y exposición a sustancias químicas, y desechando artículos en mal estado. Cocine con alimentos que expiren primero antes de usar alimentos más nuevos. Esto ayuda a prevenir el desperdicio de alimentos.
- En caso de duda, ¡deséchelo! A continuación, se presentan algunos signos de alimentos peligrosos:
 - Latas hinchadas, abultadas o con abolladuras significativas, especialmente en la costura
 - Óxido que no se puede limpiar
 - Agujeros, paquetes rotos, sellos rotos, signos de fugas o plagas
 - Decoloración, moho, cambios de textura, malos olores
 - Envases caseros, etiquetas faltantes o ilegibles
 - Productos frescos con pudrición severa o piel no intacta



Tipo de Comida	Pautas Generales de Almacenamiento**
 No Perecedero (latas, botellas, frascos, alimentos en caja, etc.)	Almacene a 50-70°F, muchos alimentos son buenos por varios meses o más allá de la fecha del envase
 Refrigerado (leche, huevos, panadería, productos, etc.)	Almacene a 40°F o menos, congele la mayoría de las carnes y panes en la fecha de "use by" o antes o dentro de los 2-5 días de la fecha de "sell by" para un almacenamiento más prolongado
 Congelado (carne, pescado, platos, etc.)	Almacene a 0°F o menos, los alimentos frescos que estén envasados y congelados correctamente (consulte las pautas anteriores) son seguros indefinidamente , pero pueden tener cambios de sabor y/o calidad con el tiempo

**A menos que Gleaners indique lo contrario en referencia a los requisitos para donantes de Feeding America o las pautas del USDA

Consulte el reverso para obtener pautas específicas sobre una variedad de alimentos comunes



Alimentos comunes y cuánto tiempo se pueden consumir de manera segura después de la fecha del envase (si no se abre)**

Alimentos No Perecederos	Seguro hasta por:
Aceite, de oliva or vegetal	6-12 meses
Aderezo para ensalada	10-12 meses
Arroz, integral	1 año
Arroz, blanco o salvaje	2 años
Batatas	2-3 semanas
Carne seca, cecina	1 año
Cebollas, frescas	1 mes
Comida enlatada, alta en ácido (e.g. tomates, fruta, pepinillos)	12-18 meses
Comida enlatada, baja en ácido (e.g. carne, sopa, vegetales)	2- 5 años
Cereales y avena	6-12 meses
Especias, secas	2-3 años
Frijoles/lentejas secos	1 año
Fruta seca	6 meses
Galletas, crujientes	4-6 meses
Galletas, blandas	2-3 meses
Galletas saladas, pretzels	4-9 meses
Glaseado/cobertura	10-12 meses
Harina, blanca	6-12 meses
Harina, trigo integral	3-6 meses
Jarabe	1-2 años
Jugo	12-18 meses
Jugo de carne (frascos, latas)	2-5 años
Ketchup, salsa barbacoa	1 año
Leche en polvo	3-5 años
Leche no láctea (de almendras/ soya, de larga duración)	3-4 semanas
Macarrones con queso, seca	2 años
Mantequilla de maní	1-2 años
Mayonesa	3-6 meses
Mermeladas, jaleas	6-18 meses
Mezcla de panqueques/panecillos	9 meses
Mezcla de pasteles/brownies	12-18 meses
Mezcla de pudín	1 año
Miel	2 años
Nueces, enloquecidos/enlatados	1 año
Nueces, sin cáscara, embolsado	2-4 semanas
Pasta, seca	2 años
Palomitas, embolsadas	2-3 meses
Palomitas, para microondas	6-12 meses
Papas, frescas	1-2 meses
Papas, instantáneas	10-15 meses
Salsa para pasta	12-18 meses
Té, en bolsitas	2-3 años
Vinagre	2-5 años

Alimentos Refrigerados	Seguro hasta por:
Calabaza de invierno	1-3 meses
Crema batida	3-4 semanas
Crema para café, líquido	3 semanas
Ensalada de pasta/papa	3-5 días
Fiambres	2 semanas
Frutas/verduras pre-cortadas	2-5 días
Huevos, en cáscara	3-5 semanas
Leche, fresca	5-7 días
Leche no láctea (almendra/soya)	5-7 días
Mantequilla	1-2 meses
Manzanas, frescas	4-6 semanas
Pan	2-3 semanas
Pasteles, postres	7 días
Queso, crema o blando	1-2 semanas
Queso, duro o en tiras	5-6 meses
Queso, Parmesan, rallado	1 año
Queso, rallado	1 mes
Requesón	2 semanas
Tortillas	3 meses
Yogur	1-2 semanas
Zanahorias, frescas	2-3 semanas

Alimentos Congelados	La mejor calidad hasta:
Carne, entera	4-12 meses
Carne, molida	3-4 meses
Crema batida ("whipped topping")	14 meses
Fiambres	1-2 meses
Frutas, congeladas	10-18 meses
Helado	3-6 meses
Jugo en concentrado	1-2 años
Masa para galletas	2 meses
Nuggets/dedos de pollo	1-3 meses
Panqueques, waffles	2-3 meses
Pasteles, postres	3-6 meses
Pescado, graso, crudo (salmón, bagre)	2-3 meses
Pescado, magro, crudo (bacalao, tilapia)	4-8 meses
Platos, pizza	6-12 meses
Queso, rallado	3-4 meses
Sustituto del huevo, congelado	1 año
Tocino, salchichas	1-2 meses
Vegetales, congelados	10-18 meses



Para más información sobre las fechas de los productos, visite www.foodsafety.gov o descargue la aplicación **FoodKeeper**

**A menos que Gleaners indique lo contrario en referencia a los requisitos para donantes de Feeding America o las pautas del USDA
Fuentes: www.foodsafety.gov, stilltasty.com. Visite gleanersnutritionhub.org para más consejos de nutrición y recetas saludables!