



## 如何理解捐赠食品标签上的日期

作者, 弗吉尼亚理工学院食品科学与技术系, 助理研究员, H. Lester Schonberger; 弗吉尼亚理工学院食品科学与技术系, 消费者食品安全项目经理 Melissa Chase; Virginia Cooperative Extension Loudoun County 技术推广代理 Stuart Vermaak; 以及弗吉尼亚理工学院食品科学与技术系, 教授及技术推广专家 Renee Boyer

食品企业希望您能了解其产品的重要信息。这就是为什么他们会提供营养成分表、公司联系信息以及“最佳品鉴期”、“出售日期”和“冷冻日期”。这些日期通常被称为过期日。有人认为, 这些日期会告诉他们, 食品在何时已不适合安全食用, 但是这些日期其实与食品安全无关。这些内容根据用词不同, 各有其意。

过期食品可以 - 并且通常会 - 捐赠给食品银行和副食店进行分发, 或是用于慈善厨房。这些机构致力于提供安全、高品质的食品 (Feeding America, n.d.)。本出版物是为从饥饿救济组织接收食物的人编写的, 以及如何解释食品包装上的日期。

### 日期有何意义?

表 1 食品日期的类型、含义和示例。

标签短语	也被称为	意义	示例
最佳食用期	最佳使用期 最佳日期 有效期	总体而言, 这些短语将帮助消费者了解应在何时食用食品, 以符合其企业的质量标准。这些标签通常见于不易腐烂的物品, 如耐贮存包装食品	
出售日期	展示日期	常见于乳制品, 如牛奶或奶酪以及烘焙食品, 这些标签主要意在让商店了解其应于何时出售该产品, 以便在消费者食用该产品时能符合企业的质量标准。	
冷冻日期	制作或冷冻日期 食用或冷冻日期	常见于肉类及其他易腐烂食品, 这些标签主要在于让消费者们了解何时冷冻食品, 以便在食品被食用前能够保持生产商的质量标准。	

备注: 在这些日期后, 食品仍然可能保持高品质并且可以安全食用。婴儿配方奶粉例外。严禁在“有效期”日期后食用婴儿配方奶粉。

(摄影 H. Lester Schonberger 弗吉尼亚理工学院)

### 日期为什么很重要?

食品企业提供了“食用日期”、“出售日期”、“冷冻日期”, 让消费者和零售商了解产品味道和外观的最佳日期。

**除婴儿配方奶粉外, 联邦政府不要求在产品上提供日期。** 婴儿和儿童的成长需要特定的营养, 如果在包装上的日期后适用, 则生产商将无法保证配方奶粉拥有所需的营养价值和品质。这就是为什么切勿在日期之后使用婴儿配方奶粉 (美国农业部, n.d.)。

食品包装日期假定食品和饮料已正确储存以保持其品质 and 安全性。例如，一袋切片切达奶酪应保存在等于或低于 40 °F 的环境下，以保持其品质 and 安全性。当在室温下保存超过两小时，或在温度高于 90°F 环境下保存超过一小时，切片切达奶酪虽然看起来品质没有问题，但可能已经滋生了细菌生长，出现安全问题。(Boyer 和 McKinney, 2018)。

## 应该什么时候食用食品？

食品的品质 and 安全性取决于很多因素，比如食品的类型，储存方式，以及包装已经打开了多久。一些重要问题如下：

- 食品储存需要控制温度，包括如肉类和奶酪等易腐败的食品，其有效期要远远短于如饼干或未开封罐头食品。
- 一些食品(如牛奶)的包装上可能会说，“开封后 7 天为最佳品鉴期”。其意在表示品质，而与安全性无关(美国卫生和公共服务部, n.d.)。
- 来自商店或餐厅的预包装食品(例如熟食三明治或沙拉)应标明制作日期。应确保在 40°F 或以下妥善储存。为获得最佳品质，请在四天内食用这些预制食品，并在制作后七天内将其丢弃。
- 食品品质可能不佳，但是仍然可以安全食用。香蕉就是一个很好的示例：有些人认为长了棕色斑点的香蕉品质低劣，而另一些人则钟爱有加。

## 鸣谢

作者谨在此感谢 Erika Huddleston 及其 Loudoun 饥饿救济组织的同事们对本文的反馈。

## 参考书目

Boyer, Renee, 和 Julie McKinney. 2018. Food Storage Guidelines for Consumers 消费者食品储存规范)。348-960 (FST-286P). <https://digitalpubs.ext.vt.edu/vcedigitalpubs/9729126989263873/>.

Feeding America (养活美国)。“Ensuring Food Safety” 确保食品安全)。摘自 2021 年 4 月 28 日 Accessed April 28, 2021. <https://www.feedingamerica.org/our-work/our-approach/ensure-food-safety>.

美国农业部。“Product Dating” (产品日期)。摘自 2021 年 4 月 28 日 <https://www.fsis.usda.gov/food-safety/safe-food-handling-and-preparation/food-safety-basics/food-product-dating>.

美国卫生和公共服务部。“Food Keeper App” (食品守护者应用程序) 摘自 2021 年 4 月 28 日 <https://www.foodsafety.gov/keep-food-safe/foodkeeper-app>.

Visit our website: [www.ext.vt.edu](http://www.ext.vt.edu)

Produced by Virginia Cooperative Extension, Virginia Tech, 2022

Virginia Cooperative Extension is a partnership of Virginia Tech, Virginia State University, the U.S. Department of Agriculture, and local governments. Its programs and employment are open to all, regardless of age, color, disability, gender, gender identity, gender expression, national origin, political affiliation, race, religion, sexual orientation, genetic information, military status, or any other basis protected by law.

VT/1122/FST-438P