



Czy gdy minie termin oznaczony „Należy spożyć do” można jeszcze bezpiecznie zjeść dany produkt?

Pozwól nam pomóc Ci w dokonywaniu bezpiecznych wyborów.


European Food Safety Authority
Godna zaufania nauka dla bezpiecznej żywności

CZY JEST RÓŻNICA MIĘDZY „NALEŻY SPOŻYĆ DO”, A „NAJLEPIEJ SPOŻYĆ PRZED?”

„Najlepiej spożyć przed” określa tak zwaną **datę minimalnej trwałości**. Minimalnej, czyli nie ostatecznej. Ten termin stosowany jest w przypadku produktów, które nawet “po terminie” nie ulegają zepsuciu, a **jedynie może zmieniać się ich konsystencja, kolor, smak czy zapach**.

Do tej grupy zaliczają się między innymi produkty zbożowe:

- mąki,
- makarony,
- kasze,
- ryże,

również

- kawa,
- herbata,
- część słodczy,
- niektóre przyprawy, takie jak cukier (w postaci sypkiej),
- sól;
- wysokoprocentowe alkohole.

“Należy spożyć do” oznacza **termin przydatności do spożycia**, po upływie którego zjedzenie produktu może powodować **groźne konsekwencje zdrowotne**. Sformułowanie to dotyczy najczęściej świeżych produktów, takich jak:

- mięso,
- ryby,
- soki niepasteryzowane
- produkty mleczne
- wyroby garmażeryjne.

Ze względu na brak lub nieznaczną ilość substancji konserwujących, żywność ta ma krótką ważność, której należy bezwzględnie przestrzegać.

Powinna być ona **spożyta najpóźniej w dniu upływu terminu ważności!!!**

Spożycie pokarmów po dacie ważności może doprowadzić do **niebezpiecznych zatruc pokarmowych**, które objawiają się **silnymi bólami brzucha, a nawet wymiotami i biegunką** chorobotwórczych bakterii, przez spożycie których może okazać się konieczne odwiedzenie szpitala.

Data minimalnej trwałości można zamieścić w następujący sposób:

1. Poprzedzoną sformułowaniem: „Najlepiej spożyć przed...”, gdy data zawiera oznaczenie dnia (dd.mm.rr lub dd.mm),
2. W formie: „Najlepiej spożyć przed końcem...” (mm.rr lub rr).

Po ww. sformułowaniach należy umieścić samą datę, np. 12.09.2020, albo odesłanie do miejsca, gdzie data jest podana na etykiecie, np.: „Data podana z boku opakowania” lub „Data podana na klipsie”.

To, co podamy w oznaczeniu daty (dzień, miesiąc czy tylko rok) zależy od długości okresu trwałości środka spożywczego.

1. W przypadku środków spożywczych, których trwałość nie przekracza 3 miesięcy, podana data może składać się z dnia i miesiąca.
2. W przypadku produktów, których trwałość przekracza 3 miesiące, lecz nie przekracza 18 miesięcy, wystarczy oznaczenie miesiąca i roku.
3. W przypadku produktów, których trwałość przekracza 18 miesięcy, wystarczy oznaczenie roku.

Termin przydatności do spożycia umieszcza się w następujący sposób:

Termin przydatności do spożycia poprzedza się sformułowaniem: „Należy spożyć do ...”, po czym podana jest data lub następuje odesłanie do miejsca, w którym podana jest ta data. Data składa się z dnia i miesiąca, może też być podany rok.

Po tych informacjach należy podać opis warunków przechowywania, które muszą być przestrzegane. Informację o terminie przydatności do spożycia należy zamieszczać na każdej z zapakowanych porcji.

Co wpływa na termin przydatności do spożycia?

Uważa się, że na to jak długo dany produkt będzie nadawał się do spożycia wpływ ma kilka czynników:

- prawidłowe przechowywanie;
- opakowanie – ryż przechowywany w plastikowej torebce będzie dłużej zdatny do użytku niż ten sam ryż przechowywany w papierze
- użyta substancja konserwująca: sól (np. w kiszonych ogórkach) lub cukru (w dżemach).