La fecha solo cuenta parte de la historia

Antes de botar comida, contesta estas preguntas

Paso 1: ¿Se ve bien el empaque?

Si ves problemas con el empaque, no confíes en la fecha. Bota el producto si:

- Está hinchado o tiene fugas
- No está sellado
- Está muy abollado
- Tiene perforaciones o está rasgado

Paso 2: ¿Se guardó correctamente?

Piensa en cómo se guardó el alimento.

- ¿Ha estado congelado o refrigerado, si así debe guardarse?
- ¿Se dejó fuera por más de dos horas (o por más de una a 90°F) ?

Si la respuesta es sí, no confíes en la fecha.

Paso 3: ¿Se ve normal?

Si el alimento muestra señales de estar dañado, no lo comas, incluso si no ha pasado la fecha.

Esto puede incluir:

- Moho
- Olor amargo o extraño
- Textura babosa
- Envase hinchado

Paso 4: Ahora, chequea la fecha.

La mayoría de las fechas indican únicamente la calidad. Estos alimentos aún son seguros para consumir si se han almacenado adecuadamente.

- Best by / Use by: Mejor sabor o textura, es seguro para comer si se guardó correctamente
- Sell by: ayuda a las tiendas con sus inventarios

Excepción a la regla: La fórmula de bebé no debe usarse pasada la fecha "use-by" por regulaciones federales.

***Recuerda:** Ninguna señal, por sí sola, cuenta toda la historia. Revisa el empaque y la condición del alimento, piensa en cómo se guardó y chequea la fecha antes de decidir si botar algo o no.*

Guarda los Alimentos Correctamente. Haz que tu Comida Rinda Más.

Descubre más consejos para guardar alimentos y guías en UseFoodWell.org

Use Food Well

Accesibilidad bajo la ADA: Para solicitar una adaptación bajo la ADA, escriba a FoodCenter@ecy.wa.gov, llame al 360-628-4031, o marque el 711 para conectar con el Servicio de Retransmisión de Washington para servicios como teléfono de texto (TTY).

Visite ecology.wa.gov/ADA para más información de accesibilidad.

Publication ID: 26-07-059-ES

DEPARTMENT OF ECOLOGY
State of Washington