

烘焙食品保質期延期

產品	貨架儲存保質期限	冰箱儲存保質期限	冷庫儲存保質期限
百吉餅	1 至 2 天	不推薦	3 個月
切片	3 至 5 天	不推薦	3 個月
麵包、麵包卷等	14 至 18 天	2-3 周	3-5 個月
蛋糕	3 至 7 天	7 至 10 天	6 個月
水果蛋糕	6 個月	12 個月	12 個月
餅乾	2-3 個月	不適用	8-12 個月
丹麥甜點	5 至 10 天	14 個月	不推薦
鬆餅	3 至 7 天	不推薦	3 個月

冷藏食品保質期延期

產品	儲存保質期/有效期
飲料	
高酸果汁（番茄、橙子、葡萄柚等）	10 天
蔬菜汁（冷藏銷售商品）	1 個月
乳製品	
黃油	1-2 個月
奶酪	硬奶酪 6 個月（開封后 3-4 周）
	奶酪絲 1 個月
茅屋奶酪	2 周
奶油乳酪	2 周
蘸醬（酸奶油基）	2 周
雞蛋（帶殼）	3-5 周
雞蛋替代品（液體）	7 天
人造奶油	6 個月
牛奶	原味或調味 有效期
非乳製品（大米、杏仁、椰子等）	包裝有效期（開封后 7-10 天）
酸奶油	有效期
攪打奶油/氣霧罐攪打奶油	4 周
酸奶	1-2 周
即食產品	
水果，切塊	有效期
熱狗、午餐肉或禽類（臘腸、火腿等）	2 周（開封后 3-5 天）
新鮮香蒜醬	有效期
意大利麵醬（罐裝）	18 個月（開封后 4 天）
新鮮莎莎醬	4 至 7 天
沙拉（雞蛋、雞肉、火腿、金槍魚和通心粉）	3 至 4 天
熟魚	3 至 4 天
星巴克 Mercado 產品	2 天
麵糰產品	
餅乾麵糰	有效期
意大利麵（新鮮）	1 至 2 天
餡餅皮（即烤）	有效期

管罐（餅乾、麵包卷、披薩麵糰等）	有效期
大豆產品	
豆奶	有效期
豆腐	1 周

食品上的保質期並不意味著食物不適合食用！請參考此方便指南瞭解保質期延期資訊。

可儲存食品保質期延期	
產品	儲存保質期/有效期
主食	
豆類、乾貨（平托豆、紅豆、黑豆等）	1-2 年
高酸度罐裝食品（果汁、水果、泡菜、酸菜、番茄湯和各種醋基醬汁食品）	12-18 個月，只要罐體沒有凹痕、生鏽或鼓脹。
低酸度罐裝食品（肉類、禽類、魚、肉汁、燉菜、湯、豆類、胡羅卜、玉米、意大利麵、豌豆、土豆、菠菜）	2-5 年，只要罐體沒有凹痕、生鏽或鼓脹。
麥片	煮熟后食用，燕麥片 無需烹飪，即食
	12 個月 6-12 個月
罐裝咖啡（和無咖啡因咖啡）粉	2 年
雞蛋麵（乾）	2 年
面粉	白麵 全麥
	6-12 個月 3-6 個月
牛奶	罐裝脫脂或濃縮 奶粉（乾燥）
	12 個月 3-5 年
乾意大利麵，不含雞蛋（意大利麵、通心粉、寬麵）	2 年
大米	糙米 白米或野生稻米
	1 年 2 年
糖	紅糖 綿白糖
	无限期（開封後 2 年） 无限期（開封後 2 年）
飲料	
可可和可可混合物	1 年
飲食粉混合物和飲料混合物	18-24 個月
盒裝果汁、水果飲料、潘趣酒	3 周
營養補充飲料（罐裝）	2-5 年
蘇打水（碳酸可樂飲料、調和飲料、無糖蘇打水）	9 個月（開封后 2-3 天）
蔬菜汁（保藏食品）	18 個月
水（商品瓶裝）	无限期
調味品和零食	
麥片棒或燕麥棒	6-12 個月
商品瓶裝調味料（燒烤、番茄醬等）	12 個月
甜點（包裝酥脆甜點）	4-6 個月
餅乾（鹹味餅乾、Ritz 餅乾、Triscuit 餅乾等）	8 個月
果醬、果凍和蜜餞	6-18 個月
肉乾（商品乾制）	12 個月
蛋黃醬	3-6 個月
非乳製品醬汁（意大利麵、玉米餅等）	2 年
花生醬	6-9 個月
爆米花（微波包裝）	6-12 個月
香料	香料（研磨） 香料（原狀）
	2-3 年 3-4 年
植物油噴霧	2 年
醋	2 年

此資訊進供參考。所有資訊均來自美國衛生與公共服務部 FoodKeeper (foodsafety.gov/keep-food-safe/foodkeeper-app)。資訊上次審核日期：2024 年 9 月。資訊有效期至：2026/10/31。