

# 賞味期限 と 消費期限

どちらも未開封で、表示された方法で保存した場合



## 賞味期限とは

おいしく飲んだり食べたりできる期限の目安です。ただし、一度開けてしまえば、その日には無効です。開封後は早めに飲んだり食べたりしましょう。

## 消費期限とは

劣化して衛生上の危害が発生する恐れがない期限のこと。期限内に飲んだり食べたりしましょう。

## この牛乳 まだ飲めるかな？

と思っても、一つでもあてはまるものがあったら飲まないようにしましょう。

### 1 目で見る



「変色」「分離」「フツツツ」

### 2 においをかぐ



いつもと違うにおい

### 3 なめてみる



「酸味」「苦味」

### 4 加熱する



「固まる」「分離」

# よくあるご質問

ヨーグルトの上に水分が出てきました。これは何？



ホエー(乳清)です。振動を与えたり、スプーンですくった後に、ホエーが分離します。ホエーには水溶性のたんぱく質、ミネラル、ビタミンなどの栄養素が含まれているので、捨てずに食べましょう。



アイスクリームが「ジャリジャリ」することがあるけど、どうして？

温度上昇でやわらかくなったり、溶けてしまうと、中の空気が逃げ出してしまいます。その後、冷凍しても、逃げた空気や細かい氷の結晶は、元には戻りません。お店で買ってから冷凍庫に入れるまでに、温度が上がらないように、気をつけてください。

アイスクリームに賞味期限がないのはなぜ？



-18℃以下できちんと冷凍保存されていれば細菌が増えることはなく、長期間保存しても品質変化はごくわずかなので、賞味期限の省略が認められています。

一般社団法人

日本乳業協会

Japan Dairy Industry Association

牛乳・乳製品に関するご質問、ご相談がありましたら、お気軽にご連絡ください。

<http://www.nyukyoku.jp/>

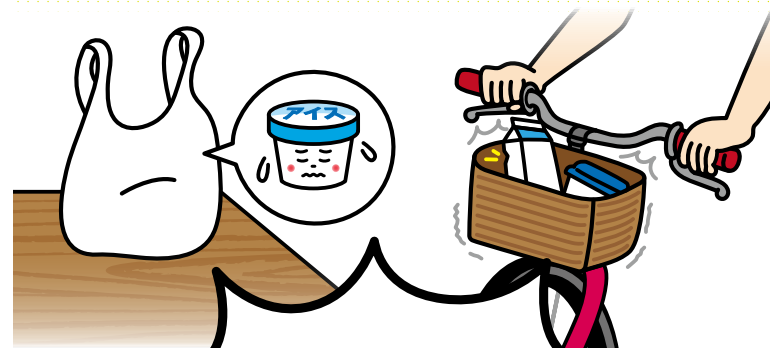
東京相談室 TEL.03-3261-8821

関西相談室 TEL.06-6350-3664

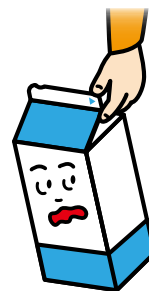
# そうなんだ!



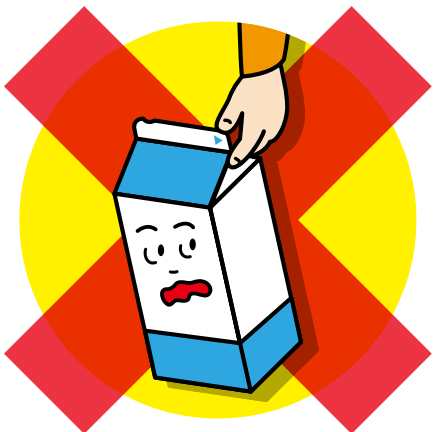
正しい牛乳・乳製品の取り扱い



こんなことはやらないで!



# 買い物の時の注意



牛乳やヨーグルトを自転車のカゴに入れて運ぶなどして、強い振動を与えたり、ぶついたり、つぶしたりしないようにしましょう。漏れなどの原因になります。



牛乳パックの「あけくち」に、指をひっかけて持たないで！  
漏れの原因になります。



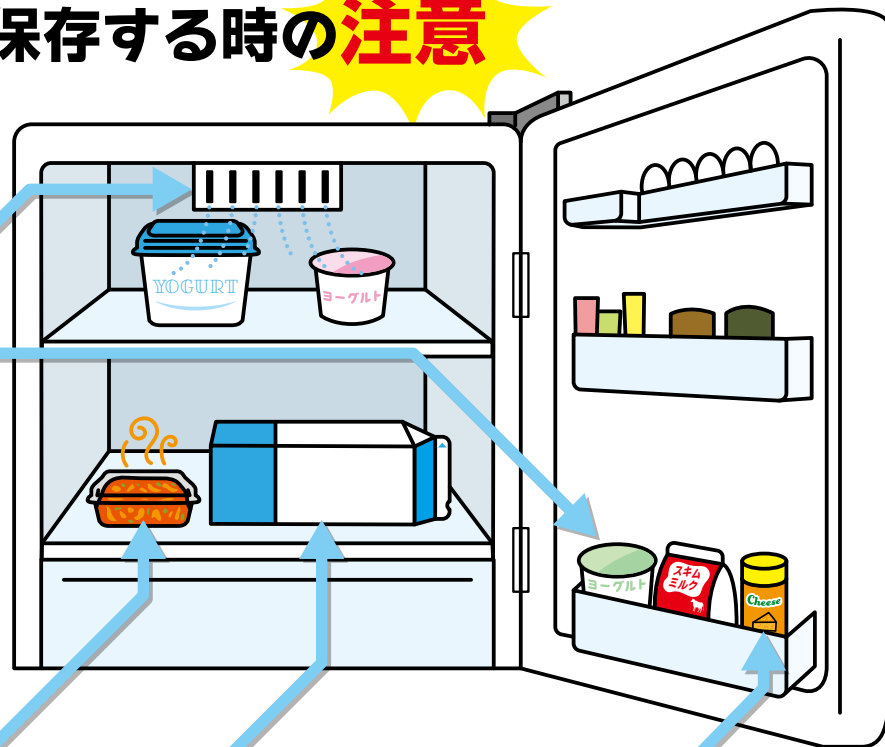
アイスクリームは一度溶けたものを、冷凍しても、元のおいしさには戻りません。  
買い物後は、早めに冷凍庫へ。

お宅の冷蔵庫  
こうなって  
いませんか？

## 保存場所に注意

ヨーグルトを吹き出し口付近に置いたり、チルドルームに入れると、凍ることがあります。  
一度凍ると、分離や液状化の原因になるので、避けましょう。  
また、ヨーグルトに振動を与えやすいドアポケットには置かないようにしましょう。

# 保存する時の注意



## ニオイの強いものの側には置かないで

牛乳・乳製品の容器は空気を通すので、他の食品のニオイが移ることがあります。ニオイの強いキムチや漬け物、魚などの近くに置かないようにしましょう。持ち帰りの際も、防虫剤や芳香剤などと一緒の袋に入れないように気をつけましょう。



## 立てて保存して！

牛乳パックの上部の「あけくち」は、開けやすくなっています。横にして置いていると、その部分から漏れることがあるので、横置きにしないようにしましょう。



## 冷蔵？ 常温？ 正しいのは？

スキムミルクや粉チーズは裏面の表示を見てみましょう。



保存方法  
直射日光、高温多湿をさけて  
常温で保存してください

このような表記や「常温で保存」と書いてあったら、開封後でも冷蔵庫には入れないでください。  
冷蔵庫での保存は、出し入れする時に生じる温度差によって、湿気を吸って、固まりやすくなったり、カビが生えやすくなります。