

বিশেষজ্ঞকে জিজ্ঞাসা করুন: মেয়াদ শেষ হওয়ার তারিখ (Expiry Dates)

Rachel Bessire, MPH, RD



খাদ্য প্যাকেজগুলির তারিখগুলির মানে কি?

মাংস, মুরগি এবং ডিমের প্যাকেটে যে তারিখগুলি থাকে, তার মানে দোকান বিভিন্ন পণ্য কতদিন পর্যন্ত প্রদর্শন করতে পারে এবং যতদিন পর্যন্ত পণ্যটি সেবা মানের (স্বাদ এবং চেহারা) থাকে। যদি নিরাপদ ভাবে ব্যবহার হয় তবে এই পণ্যগুলি ওই তারিখের পরেও খাওয়া নিরাপদ হতে পারে।

প্যাকেজযুক্ত, শেল্ফ-স্থিতিশীল খাবারগুলিতে ২ ধরনের তারিখ থাকে। একটি হ'ল পণ্যটি তৈরির তারিখ এবং অন্যটি হ'ল বেস্ট-বাই, ফ্রিজ-বাই, বা বিক্রয়-তারিখ। এই তারিখগুলি কখন কোনও খাবার কতদিন পর্যন্ত খেতে নিরাপদ তা আপনাকে জানায় না। তারিখটি কেবল কতদিন পর্যন্ত প্রদর্শন করা যেতে পারে এবং যতদিন পর্যন্ত পণ্যটি সেবা মানের (স্বাদ এবং চেহারা) থাকে তা জানায়।



বেস্ট-বাই - একটি পণ্য কবে পর্যন্ত সর্বোত্তম মানের থাকে উৎপাদক তার গ্যারান্টি দেয়। উদাহরণস্বরূপ, বিস্কুটের একটি প্যাকেট এই তারিখের পরে খাস্তা পরিবর্তে নরম হতে পারে। এটি সুরক্ষা বা ব্যবহারযোগ্যতা সম্পর্কে নয়।

সেল-বাই তারিখটি খুচরা বিক্রয়কারী কখন তাক থেকে কোনও পণ্য অপসারণ করবেন, নির্মাতারা সেই তারিখটি তাদের জানান। উদাহরণস্বরূপ, দুধ সাধারণত ওই তারিখের ৫-৭ দিন পরে টক হয়।

ফ্রিজ-বাই তারিখ হ'ল শেষ তারিখ যা কোনও পণ্যকে সর্বোত্তম মানের রাখতে হিমায়িত রাখা উচিত।

ইউজ-বাই - একটি পণ্য কবে পর্যন্ত সর্বোত্তম মানের থাকে তা জানায়। শিশুদের খাবার (ফর্মুলা) ছাড়া এটি সুরক্ষা বা ব্যবহারযোগ্যতা সম্পর্কে নয়।



একটি প্যাকেজযুক্ত খাবার এই সকল কারণে নিরাপদ না হতে পারে

খোলার সময় খাবারটি ক্যান থেকে বেরিয়ে আসে। খাবারে মোন্ডের চিহ্ন বা পচা খাবারে দুর্গন্ধ ক্যানটি মরিচা ধরা, তোবড়ানো বা ফোলা।

Sources:

<https://www.usda.gov/media/blog/2013/06/27/you-toss-food-wait-check-it-out>
<https://www.fsis.usda.gov/wps/portal/food-safety-education/get-answers/food-safety-fact-sheets/food-labeling/food-product-dating/food-product-dating>
<https://www.consumerreports.org/food-safety/how-to-tell-whether-expired-food-is-safe-to-eat/>



DetroitFriendshipHouse

Creating Healthy
Asian American Communities
in Michigan



Eastern Michigan University

Made possible from funding by the Centers for Disease Prevention and Control